

Хизер Шумейкер

НЕ ДЕЛИТЬСЯ- ЭТО НОРМАЛЬНО!



И другие неправильные
правила воспитания разумных
и отзывчивых детей

Хизер Шумейкер

**Не делиться – это нормально!
И другие неправильные
правила воспитания
разумных и отзывчивых детей**

«Азбука-Аттикус»

2012

УДК 373.2
ББК 74.100(7Coe)

Шумейкер Х.

Не делиться – это нормально! И другие неправильные правила воспитания разумных и отзывчивых детей / Х. Шумейкер — «Азбука-Аттикус», 2012

ISBN 978-5-389-11706-8

Воспитание – очень трудная работа, и порой нелегко понять, как поступать во многих неоднозначных ситуациях, с которыми сталкиваются современные родители дома и на детской площадке. В этой необычной и увлекательной книге Хизер Шумейкер описывает свою попытку сформулировать правила воспитания умных, чутких и самодостаточных детей. Опираясь на опыт и знания более ста детских психологов, педагогов и других специалистов, а также на собственный опыт матери двух маленьких детей, Шумейкер добирается до сути многих важных вопросов. Подсказка: многие правила окажутся совсем не такими, как вы думаете!

УДК 373.2
ББК 74.100(7Coe)

ISBN 978-5-389-11706-8

© Шумейкер Х., 2012
© Азбука-Аттикус, 2012

Содержание

От автора	6
Введение	7
Часть I. Возрождение свободной игры	11
Правило 1. Не лишайте ребенка игры	11
Правило 2. Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности	20
Правило 3. Детям необходим конфликт	27
Часть II. Бурные эмоции	40
Правило 4. Допустимы любые чувства. Но не любое поведение	40
Правило 5. Разрешите детям драться и лягаться	47
Правило 6. «Я тебя ненавижу»: ничего личного	54
Правило 7. Под диктовку малыша	60
Правило 8. Не бойтесь: пусть ненавидит младенца!	66
Часть III. Как делить людей и игрушки	71
Правило 9. Не делиться – это нормально	71
Правило 10. Пусть эта жадина играет с игрушкой хоть целый день!	80
Правило 11. Здесь не все друзья	85
Правило 12. «Я не буду с тобой играть» – это нормально	93
Правило 13. Повесьте объявление: «Девочкам вход воспрещен»	103
Правило 14. Спокойно воспринимать отказ	110
Часть IV. «Бегательная» комната: дети, власть и действие	114
Правило 15. Запрещайте стулья, а не пятнашки	114
Правило 16. Дайте детям власть	120
Правило 17. Бьют только друзей	128
Правило 18. Бомбы, пистолеты и плохие парни – все разрешено	137
Правило 19. Мальчики могут надевать балетную пачку	148
Часть V. Творчество, настойчивость и пустые фразы	156
Правило 20. Картины не обязаны быть красивыми	156
Правило 21. Рисунок не на бумаге	161
Правило 22. Перестаньте говорить: «Молодец!»	166
Часть VI. Грубость, вежливость и ложь	172
Правило 23. Дети не обязаны извиняться	172
Правило 24. Разрешите детям ругаться	177
Правило 25. Любите ложь своего ребенка	184
Часть VII. Деликатные темы	190
Правило 26. Половое воспитание начинается в детском саду	190
Правило 27. Дружите с мертвыми птицами	198
Часть VIII. Неправильные правила в реальном мире	205
Правило 28. Заводите врагов на детской площадке	205
Правило 29. Ошибайтесь!	211
Библиография	213
Благодарности	216

Хизер Шумейкер

Не делиться – это нормально! И другие неправильные правила воспитания разумных и отзывчивых детей

Heather Shumaker

IT'S OK NOT TO SHARE

© Heather Shumaker, 2012

© Перевод на русский язык Ю. Гольдберга, 2016

© Оформление, издание на русском языке. ООО «Издательская Группа «Азбука-Аттикус», 2016 КоЛибри®

* * *

Конечно, моей маме

И Рикку, который всегда верил

Хизер Шумейкер – известный американский автор, эксперт в области воспитания детей дошкольного возраста. Получила степень бакалавра по социологии и антропологии в Суортморском колледже и степень магистра по земельным ресурсам в Висконсинском университете в Мэдисоне, начала профессиональную деятельность в 1996 году. Пишет для радио, публикуется в New York Post, Organic Gardening, Parenting, Pregnancy, Huffington Post и других изданиях.

Автор двух книг о «неправильном» воспитании, Шумейкер пропагандирует свободную, неструктурированную игру дома и в детских дошкольных учреждениях. В основу «неправильных правил» Шумейкер легла философия Школы для маленьких детей – уникального детского сада в ее родном Колумбусе (штат Огайо).

Хизер Шумейкер живет на севере Мичигана с мужем и двумя сыновьями. Ведет блоги на Starlighting Mama.

От автора

Я благодарна многим семьям и преподавателям, поделившимся со мной своим опытом, который помог мне сформулировать эти идеи. Возраст и пол детей, упоминаемых в книге, остались неизменными, но имена и некоторые подробности были изменены, чтобы защитить частную жизнь семей.

Введение

Неправильные правила, о которых рассказывает эта книга, нельзя назвать исключительно моим изобретением. Семена этих идей были заложены долгим опытом работы крошечного детского сада, расположенного на берегу реки Олентанги в городе Колумбус, в штате Огайо, и использующего прогрессивные методики.

В этом скромном учреждении детям разрешено боксировать и бороться. Они могут рисовать свои руки и залезать на дерево. Никто не обязан вести себя тихо. Детей не заставляют делиться игрушками. Подход нестандартный, но в результате из Школы для маленьких детей (School for Young Children, SYC) вот уже сорок лет выходят уверенные в себе, отзывчивые дети, которые умеют договариваться и творчески подходить к решению проблем.

Я знаю об этой школе все. Сама посещала ее ребенком. А моя мама почти четыре десятка лет работала в ней воспитателем. Сегодня я воспитываю своих собственных детей, руководствуясь философией школы.

Эта книга появилась потому, что я вдруг поняла, как мало люди знают об идеях Школы для маленьких детей. Само название книги – «Не делиться – это нормально!» – противоречит некоторым глубоко укоренившимся представлениям о том, что правильно, а что неправильно, когда речь заходит о воспитании детей.

Насколько необычны эти идеи?

- Чтобы воспитать в ребенке щедрость, неправильные правила рекомендуют не заставлять ребенка делиться игрушкой, а позволить ему оставить игрушку себе на весь день; отдавать ее другому малышу он должен только добровольно, когда будет готов это сделать.
- Если ребенок нечаянно причинит кому-то боль, неправильные правила воспитания отзывчивости предписывают не говорить «извини».
- Согласно неправильным правилам, детей учат азбуке не тогда, когда они спокойно и тихо сидят, а во время импровизированного урока грамоты, на котором позволено хватать ручки, шуметь и галдеть.
- Неправильные правила предлагают не разнимать дерущихся детей, а снабдить их борцовским ковром и боксерскими перчатками.

Эти «перевернутые» правила имеют разумные причины, основанные на закономерностях развития ребенка. На самом деле идеи Школы для маленьких детей нельзя назвать радикальными – они просто непривычные.

Йен Уотерс, впервые услышав название этой книги, запротестовала. Йен преподавала в этой школе столько же, сколько моя мать, и семнадцать лет занимала должность директора. «Эти идеи нельзя называть неправильными!» – воскликнула она. – Никак нельзя. И бунтарскими тоже». «Да, но они очень необычные, – ответила я. – Согласитесь». Но Йен была непоколебима. «Это старые добрые принципы развития ребенка, которые работают, – сказала она. – Так и назови свою книгу».

Существует множество книг о воспитании, которые дают ценные советы относительно детского питания, приучения к горшку и т. д. Эта книга сознательно сделана выборочной. Нестандартные правила не касаются того, с чем мы согласны; они посвящены темам, в которых наблюдаются различия в подходах: раннее обучение, конфликты, драки, объявления «Девочкам вход воспрещен», социальное отторжение и социальная изоляция. Книга восхваляет грубые игры и не сторонится таких необыкновенно деликатных вопросов, как ложь, обещания, игра с оружием, игры с переменной пола (например, когда мальчик наряжается в платье), половое воспитание и смерть.

Все началось в 1969 г., в год моего рождения, так что вы можете убедиться, что я тут ни при чем. В 1969 г. основатели школы, Ли Роу и Дженет Стокер, решили создать новое дошкольное учреждение, работа которого будет определяться не правилами, а сводом прав ребенка. В число этих прав входили следующие: право на то, чтобы не прерывали его игру, право выбирать товарищей по играм, право не делиться и право чувствовать себя в безопасности. Разумеется, с течением времени появились и определенные правила (например, «Носить белье» и «Убирать за собой после обеда»). Тем не менее любое поведение должно подчиняться главному правилу: «Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности».

Принципы самой Школы для маленьких детей основаны на идеях новаторов в области дошкольного воспитания, в первую очередь на работах писателя и детского психолога Хаима Гинотта и воспитательницы детского сада в Огайо Мэри Николайсен. Среди других оказавших сильное влияние на философию школы можно назвать Дороти Бриггс, Рудольфа Дрейкурса, Сельму Фрайберг, Эду Лешан, Вивьен Пэли, а также Фреда Роджерса, ведущего детской телепрограммы «Наш сосед мистер Роджерс» (Mister Rogers Neighborhood). Эти идеи со временем обогатились работами таких педагогов, как Бев Бос и Хедда Шарапан, а также достижениями нейробиологии, доказавшей важность игры и эмоций.

Меня спрашивают, есть ли название у философии, которой руководствуется эта прогрессивная школа? Пока нет. В настоящее время она безымянная, но я предлагаю назвать ее игровой философией. В основе этих идей лежит игра и глубокое доверие к ребенку.

Когда мой первый ребенок вырос, я начала искать неподалеку от дома нечто подобное Школе для маленьких детей. Я живу в шестистах километрах от Колумбуса и поэтому, естественно, альма-матер мне не подходила. Но чем больше я искала, тем сильнее разочаровывалась. Во всех детских садах дети большую часть дня сидели. На свободную игру времени почти не оставалось. Взрослые организовывали игры детей, решали их проблемы. Везде упор делался на чтение, письмо и счет, тогда как дети хотели прыгать, бегать, смеяться и играть.

В процессе поисков детского сада, программа которого была бы основана на игре, я вернулась в Колумбус и пришла в Школу для маленьких детей. И испытала потрясение. Я забыла, насколько это смело и насколько глубоко здесь понимают детей. Каждый день ребенка наполнен риском и творчеством. Бурными играми, сопереживанием и храбростью. Я смотрела на трех- и четырехлетних детей, которые демонстрировали развитые социальные навыки и удивительную способность договариваться друг с другом. Я была в восхищении. А затем решила рассказать об этом.

Дело в том, что не у всех поблизости есть такая школа, как Школа для маленьких детей. Но идеи не знают преград. Каждый день в парке или на школьном дворе я встречаю родителей, которые хотят что-то изменить. Одни злятся на своих детей, другие напуганы требованиями школы или социальными ожиданиями. Все мы хотим, чтобы наши дети выросли цельными личностями. Все мы пытаемся воспитать заботливых, здравомыслящих и отзывчивых молодых людей. Поэтому мы должны объединить свои знания.

Эта книга делится секретами Школы для маленьких детей, чтобы вы могли применить их дома. Она предназначена родителям, педагогам, бабушкам и дедушкам – всем, кто воспитывает детей от двух до шести лет. В ней вы найдете советы, как себя вести в самых разных ситуациях: когда четырехлетний малыш топает ногами и кричит: «Папа, я тебя ненавижу!», когда юный супергерой принимается размахивать мечом или когда ребенок объявляет: «Кэти с нами играть не будет». Кроме советов, которые позволят сохранить присутствие духа, вы найдете в книге идеи, помогающие воспитать у детей важные жизненные навыки.

Книга очень своевременна. Сегодня в новостях преобладают насилие и агрессия. Независимо от того, где вы живете и какие детские сады есть поблизости, вы, как и я, хотите воспитать детей, которые могут этому противостоять. Детей, у которых сила сочетается с отзывчивостью. Детей, которые способны сопротивляться несправедливости и мирно разрешать конфликты.

В этом суть книги «Не делиться – это нормально». Нужно разговаривать, определять границы и должным образом выражать чувства. В конце концов, только так можно жить вместе с другими людьми. Неправильные правила не поощряют жадность или грубость. Наоборот. Трехлетний малыш может защитить свои права и установить соответствующие границы для другого ребенка, который берет его игрушку. Создается впечатление, что неправильные правила переворачивают с ног на голову некоторые распространенные взгляды, но на самом деле они расширяют представления о достоинстве и отзывчивости в воспитании детей.

Неправильные правила также являются противовесом от напряженного ритма детства. Игра и отдых ребенка находятся под угрозой, и так происходит по всей стране. Считается, что четырехлетний ребенок уже должен читать. Вы поймете, почему игра дает детям важные для жизни навыки – будь то способность противостоять социальному отторжению, не соглашаться с друзьями, справляться с сильными чувствами или управлять своими импульсами. Дети лучше усваивают эти навыки, так же как и все остальное, – через игру.

Этот сборник неправильных правил рассказывает о том, что действительно работает. Изложенные в книге идеи проверены временем на нескольких поколениях семей и представляют собой суммарный опыт семидесяти пяти воспитателей детского сада, накопленный за сорок лет. Подобно мне, вы могли забыть, что такое старомодные игры. Какие они смелые. Сколько в них риска, эмоций и силы. Но мы не должны их забывать – ради своих детей. Дети остро нуждаются в развитии социальных и эмоциональных навыков. И это главное. С этого нужно начинать.

В книге содержится двадцать девять неправильных правил, но на самом деле все они сводятся к одному, которое я называю золотым неправильным правилом: «Разрешено все, что не вредит людям и собственности». Когда вас затягивает торнадо воспитания маленьких детей, при любом сомнении обращайтесь к этому правилу. У меня дома растут трехлетний и шестилетний ребенок, и я не понаслышке знаю, что родителям вечно не хватает времени. Поэтому книга организована так, чтобы облегчить извлечение из нее главных идей: она представляет собой набор легко запоминающихся правил, а также конкретные приемы, которые при необходимости можно быстро найти.

Возможно, вы согласитесь не со всеми правилами. К каким-то идеям нужно привыкнуть. Некоторые правила могут показаться вам неприменимыми в данный момент, но заслуживающими внимания, когда ваш ребенок подрастет или в семье появится еще один ребенок, но с другим характером. Единственное, что я точно знаю о воспитании детей, – семейная культура бывает очень разной. Мы должны уважать привычки и ценности друг друга. В то же время я уверена, что матери и отцы могут многим поделиться с другими и многому научиться друг у друга. Читая эту книгу, вы увидите, что я делюсь не только своим опытом, но и мудростью, накопленной за сорок лет работы коллективом профессиональных воспитателей детского сада.

Начиная свой путь «неправильного» родителя, вы должны помнить, что вы не одиноки. До вас четыре тысячи семей признали этот метод воспитания и отдали своих детей в Школу для маленьких детей. «Отдельно хочу поблагодарить за то, что вы помогли мне справиться с огромной тягой ребенка к пистолетам и бомбам, – писала одна из матерей. – Для меня, убежденного пацифиста, это было серьезной проблемой». А вот что говорят другие родители: «Спасибо, что нашли подход к душе Джека, к его самовосприятию, его эмоциям... да и его гневу... это чувство ему хорошо знакомо. Я благодарна, когда он говорит: «Я так злюсь, что прямо ударил бы тебя!» – но не делает этого. Настоящий подвиг для четырехлетнего мальчика!» «Моя любовь к Школе для маленьких детей началась как брак по расчету, – пишет еще одна мать. – Но чем больше я видела, тем сильнее влюблялась». Или просто: «Вы спасли меня от тупика в отношениях с Софи».

Иногда я думаю, что писать книгу о воспитании – это слишком самонадеянно. Собственные дети часто ставят меня в тупик. Бывают дни, и немало, когда я совсем не похожа на идеаль-

ную мать, но даже в таких ситуациях запас знаний, полученных от моей матери и от Школы для маленьких детей, дает мне огромное преимущество. Что бы я без них делала? Когда я совсем сбита с толку поведением своих детей и не знаю, что делать, то пользуюсь личной «горячей линией» – звоню матери. Нам всем нужна такая «горячая линия». И я предлагаю ее вам – свод неправильных правил. Возможно, они помогут по-новому взглянуть на происходящее, подскажут свежие идеи и практические методы воспитания разумных и отзывчивых детей.

Часть I. Возрождение свободной игры

Не позволяйте формальному образованию мешать вам учиться.
Марк Твен

Правило 1. Не лишайте ребенка игры



Когда я была маленькой, на стене моего детского сада висел плакат с цитатой Дж. Ч. Пирса, автора «Волшебного ребенка» (Magical Child). «Каждая стадия развития является законченной, – утверждает он. – Нельзя считать, что трехлетний ребенок – это несовершенный пятилетний. Ребенок – это не несовершенный взрослый. Мы не просто находимся в пути к чему-то законченному!»

Эта книга о неправильных правилах рассказывает о том, как воспринимать ребенка таким, какой он теперь. О том, как удовлетворять насущные социальные и эмоциональные потребности вашего ребенка, а не первоклассника, которым он станет. О том, как ребенок

думает, решает проблемы, справляется со своим активным телом. Когда мы удовлетворяем потребности детей – таких, какие они сегодня, – мы даем им то, что им понадобится в будущем.

Если вы похожи на меня, то у вас «сегодня» может странным образом смешиваться с «завтра». Зачастую такое происходит, когда мы стараемся дать детям самое лучшее. Например, покупаем дидактические карточки, а им хочется ходить по грязи. Мы отдаем их в футбольную секцию, а им просто хочется погонять мяч на заднем дворе. Вместе с воспитателями детского сада и методистами мы часто уговариваем детей, чтобы они считали, читали, писали, давали правильные ответы и сидели тихо.

Самое ценное в раннем детстве ребенка (от двух до шести лет) – это игра. Свободная, неструктурированная, направляемая самим ребенком. Это старая идея, подкрепленная достижениями современной нейробиологии. Детям просто необходимо много играть. Усилия «обогатить» или заменить игру формальными уроками упускают из виду огромную роль раннего детства в развитии ребенка. На самом деле форсирование академических знаний часто приводит к обратному результату.

Причина неправильных правил

Время, проведенное ребенком за игрой, драгоценно. Игра формирует в мозгу связи, необходимые для мышления, творчества, сочувствия и многих других навыков, которые остаются с человеком на всю жизнь.

Современные семьи находятся в парадоксальной ситуации. Мы воспитываем детей в такое время, когда ученые все чаще повторяют, что свободная игра жизненно необходима для здоровья детей, а школы и методисты толкают в противоположном направлении – на путь раннего формального обучения. Разрыв между тем, что мы знаем о маленьких детях, и тем, как мы обращаемся с маленькими детьми, каждый год все увеличивается.

Кроме того, мы воспитываем детей в век акселерации. Еще недавно – в некоторых случаях всего два года назад – в детских садах половина времени отводилась играм. Сегодня, отчасти из-за глобальной конкуренции и таких образовательных проектов, как No Child Left Behind¹, программа первого класса школы переместилась в раннее детство. Весь день в детском саду до предела насыщен занятиями. И это происходит по всей стране – за исключением нескольких дошкольных учреждений, программы которых ориентируются на интересы ребенка. Чтобы подготовить трехлетних и четырехлетних детей к требованиям детского сада, их учат читать и писать.

Это называют «подготовкой к детскому саду». Хотя правильнее было бы назвать «лишением игры».

Очень часто мы готовим своих детей к детскому саду точно так же, как сами готовимся к работе. Упорные занятия, полезные рабочие навыки – годы усердной подготовки. Нам не следует подходить к этому со взрослой меркой. Ребенок готовится к школе и жизни в процессе бурной, спонтанной игры, беготни и свалки, ролевых игр в семью или пиратов. Крики, вопли, плач – без этого не обойтись. Как и без первой дружбы (и отторжения). И без риска – творческого, физического и социального. Без переодеваний и сказок. Без грязи и беспорядка во время игр. Без конфликтов. И без разрешения конфликтов. У маленьких детей очень насыщенная программа: игра.

Времена изменились, но дети остались такими же. Маленькие дети развиваются точно так же, как всегда. Другими стали наши ожидания. Мы пытаемся подготовить ребенка к следующей жизненной стадии раньше, чем он подготовлен естественным процессом развития. Это

¹ «Ни одного отстающего ребенка» (англ.) – этот принятый в 2002 г. закон, поставивший перед американской школой задачу дать качественное образование каждому ученику независимо от места жительства и социального статуса, пока не принес желаемых результатов.

все равно что ждать от десятилетних детей безопасного управления автомобилем или думать, что четырехмесячный младенец встанет и пойдет.

«Готовиться к детскому саду? – сказала моя воспитательница Йен Уотерс из Школы для маленьких детей в городе Колумбусе, штат Огайо. – Зачем требовать этого от детей? Маленьким детям нужно совсем другое. Ни к чему невозможно «подготовиться». Дети уже готовы. Но готовы к настоящему, а не к будущему. Вас в тридцать лет нужно готовить к старости? Нет. Вы еще не вступили в тот возраст. Мы должны встречать детей там, где они теперь».

Дети – не взрослые

Не торопитесь и не заставляйте детей учиться, пока им не исполнится шесть или семь лет. Это пустая трата их драгоценного времени. Ребенок развивается в том темпе, который определила эволюция. Примите этот естественный процесс и не пытайтесь ускорить его. Игра с мячом, с кубиками, переодевания – это именно то, что нужно ребенку, который учится тому, до чего созревает, с собственной скоростью. Детям нужно много времени на исследование мира и на игру – от этого зависит развитие их мозга и эмоциональное здоровье.

Один разумный отец выразился так: «Нельзя заставить пшеницу расти, дергая за нее». То же самое относится и к детям. Можно заставить трехлетнего ребенка учить цифры или четырехлетнего – буквы, но мы не должны этого делать. Следует подождать, пока ребенок будет готов – в свое время.

Польза неправильных правил

Когда мы позволяем детям играть и развиваться с естественной скоростью, в этом есть масса преимуществ. Мальчики усваивают жизненные уроки и учатся самостоятельно мыслить:

Я такой, какой есть.

Родители меня поддерживают и понимают.

Я могу попробовать новое, когда буду готов.

В книгах много увлекательных историй.

Мне нравится, когда их читают.

Я могу заниматься тем, что мне интересно.

Мне нравится учиться!

Жизнь прекрасна.

Почему это работает

Дети могут развиваться очень неравномерно, особенно в первые годы. У одних на первом месте физическое развитие, а другие в три года уже с удовольствием читают. Некоторым нужно беспрерывно прыгать и кричать. А кому-то – тихонько наблюдать из безопасного места. Ребенок нуждается в самой разной стимуляции – эмоциональной, социальной, физической и когнитивной, – чтобы у него была возможность развиваться в собственном, присущем только ему темпе.

В настоящее время исследователи мозга подчеркивают огромное значение детской игры. Выяснилось, что дети в буквальном смысле созданы для игр. Игра развивает социальные навыки, память, эмоциональную чуткость, творческий подход к решению задач, гибкость, умение контролировать свои желания. Она помогает ребенку понять мир и свое место в нем.

Американская академия педиатрии, а также многие педиатры, психологи и нейробиологи считают свободную игру лучшим способом развития маленьких детей. Вот, например, заголо-

вок с сайта CNN. com: «Хотите, чтобы ваши дети поступили в колледж? Позвольте им играть». А радиостанция NPR сообщает: «Старомодные игры формируют важные навыки».

А вот что я слышала вчера в парке: «Я волнуюсь за него. Когда он возвращается из садика, в его рюкзаке мало домашних заданий. Может, он не справляется?» Эта мать высказывает весьма распространенное среди родителей беспокойство. *Он даже не умеет писать свое имя. Может, нам нужно поработать над письмом?.. Я тревожусь за Эшли. Она все еще ошибается, когда считает до десяти.*

Неужели нам нужно оставить детей в покое? А кто же подготовит их к современному глобальному миру? Волноваться не стоит. Во многих других странах (включая большую часть Европы с ее почти поголовной грамотностью и развитыми экономиками) дети играют. В таких странах, как Швеция, Финляндия и Польша, формальное обучение чтению начинается только в семь лет. Почему именно в семь? Традиционно семь лет называют «возрастом разума». В любой стране мира именно в этом возрасте в сознании детей происходит серьезный сдвиг. Детские психиатры Теодор Шапиро и Ричард Перри определяют этот возраст как «семь плюс-минус один». Во многих культурах переходные обряды признают новые возможности семилетних детей, будь то поступление в школу в Финляндии или первое причастие у католиков. В этом возрасте развивающийся мозг естественным образом подготовился к формальному обучению и новому уровню мышления.

Я помню, что в шестилетнем возрасте только рассматривала картинки в книгах. Я не умела и не хотела читать. Слова меня раздражали. Но уже в семь лет я самостоятельно и с огромным удовольствием читала «Паутину Шарлотты». Ребенок, который действительно готов для формального обучения, быстро усвоит эти уроки. Надежда есть. И время тоже.

А вот для игр времени всегда мало. Четыре года ребенку бывает один раз в жизни. Сосредоточьтесь на том, что ему нужно в настоящий момент. Не навязывайте ему будущую учебу. Если сейчас вы позволите ему играть – свободно, так, чтобы у него было место для того, чтобы бегать, прыгать, кувыркаться, танцевать, рисовать, лепить, творчески решать задачи, – то потом он будет готов к формальному обучению. Когда в дошкольные годы дети приобретают социальные и эмоциональные навыки и уверенность в себе, переход к формальному обучению происходит естественно.

Украденное время: раннее обучение вредно

«Мой сын постоянно отвлекается, когда смотрит уроки обучения чтению по телевизору. Ему три года, – рассказывала мне озабоченная мать. – Каждый день у нас настоящее сражение. Он должен сидеть и внимательно смотреть на экран».

Дидактический материал, тесты и обязательные уроки для детей до семи лет крадут время у игр. Мы можем заставить детей запомнить цифры и буквы, изучить календарь. Если проявить настойчивость, то большинство четырехлеток смогут узнавать буквы и читать простые слова. Но какой ценой? Раннее обучение лишает ребенка игры, посредством которой и происходит практически все эмоциональное, социальное, физическое и когнитивное развитие ребенка. К мозгу ребенка предъявляют требования, в которых еще нет необходимости. Как напоминает нам детский психолог Дэвид Элкин: «Плохое образование учит не тому и не в то время». В ущерб социальным навыкам. В ущерб радости. Могут пострадать даже будущие успехи в учебе. Когда пятилетний ребенок приходит домой из садика и кричит: «Домашнее задание! Ненавижу домашние задания!» – это признак неблагополучия. Такой ребенок усваивает: *Я ненавижу школу. Учиться неинтересно.*

Долгосрочные исследования по психологии доктора Ребекки Маркон дают основания предположить, что раннее обучение может *негативно* повлиять на успехи детей в начальной школе. Она обнаружила, что дети, посещавшие детские сады, где программа развития была основана на играх, лучше успевали и лучше себя вели в начальной школе. Кроме того, они

более творчески и с большим желанием относились к учебе, чем те, кто начал обучение в раннем возрасте. Разница была заметна даже в шестом классе. Во всех дошкольных учреждениях с ранним обучением больше всего страдали мальчики. Эти выводы подтверждаются другими исследованиями. Доктор Лоуренс Швейнхарт проследил за развитием детей вплоть до двадцатилетнего возраста и обнаружил, что те, кто посещал детские сады с ранним обучением, в будущем чаще сталкивались с эмоциональными проблемами. Нейробиолог Адель Даймонд выяснила, что у детей, которые играли в детском саду, лучше развито мышление.

Свободная игра должна быть свободной. Она иницируется и направляется ребенком.

Лишение игры причиняет вред ребенку – в буквальном смысле. Исследователи из Йельского университета выяснили, что детей чаще исключали из дошкольного учреждения, когда у них не было возможности для энергичных игр. Доктор Стюарт Браун, руководитель Национального института игры, сообщает: эксперименты с животными показывают, что крысы, лишенные возможности играть, не могут найти себе пару и ужитья с другими крысами.

Каждый час занятий ребенка, когда он смотрит дидактический материал или что-то другое из разряда «мы сделаем тебя умнее», – это потерянное время. И потенциально опасное. Маленькие дети расстраиваются и испытывают стресс, когда от них требуют сидеть спокойно и выполнять задания, к которым их мозг еще не готов. Нейробиологи предупреждают, что слишком сильный стресс может повредить префронтальную кору, область мозга, чрезвычайно важную для памяти и обучения. За исключением случаев, когда ребенок сам с удовольствием читает или просто любит цифры, не нужно настаивать на обучении письму, чтению и счету. Маленьким детям в первые годы жизни обязательно нужно учиться, но их развивающийся мозг учится в основном в процессе игры.

Современный детский сад

Первый детский сад был открыт в 1937 г. Фридрихом Фребелем. Придуманый им термин, Kindergarten, в переводе с немецкого означает «детский сад». Сегодня никакого сада нет. Фребель и другие пионеры дошкольного воспитания запрещали в детском саду буквы и цифры. Это место было предназначено для того, чтобы малыши играли «в обществе детей младше семи лет, которые не учатся читать, писать и считать».

«Что вы помните о детском саде?» – однажды спросила я родителей. «О, – с мечтательным выражением ответил мне отец одного из детей, – мы ничем особым не занимались. По большей части играли, иногда пели, а также ели и спали».

Сегодня детский сад совсем не такой. Игрушки в основном пылятся на полках. «У нас есть кубики и домик для игр, но они редко используются, – рассказывала мне воспитательница детского сада. – На них не остается времени». При таком количестве структурированных занятий, включая счет, чтение, общественные и естественные науки, а также многое другое, время на свободную игру сокращается. В классах дети выполняют тесты и ежедневно делают домашние задания. Очень часто пятилетние дети неподвижно сидят большую часть тех семи часов, которые они проводят в детском саду.

Игра есть высшая ступень человеческого развития в детстве, поскольку только она является свободным выражением внутреннего мира ребенка.

Фридрих Фребель, создатель понятия «детский сад»

Сегодня многие детские сады основное внимание уделяют учебе, и поэтому они требуют, чтобы у детей, которые к ним приходят, уже были сформированы определенные социальные и эмоциональные навыки. В одном дошкольном заведении родителям выдавали памятку «Что нужно для детского сада». Кроме рюкзака и курточки с именем малыша в списке присутствовало такое требование, как умение вести себя в коллективе – не проявлять агрессию, не драться

и не толкаться. Это абсурд. Трехлетние и четырехлетние дети еще не должны обладать такими навыками. Они вырабатываются в детском саду.

Право ребенка на свободную игру

Когда Ли Роу и Дженет Стокер, основатели моего детского сада, задумали открыть Школу для маленьких детей, начали они не с набора правил. Первым делом они попытались сформулировать права ребенка.

Первым, и самым главным, правом было право на непрерываемую игру. «Дети все время учатся, – говорила мне Дженет. – Прерывать их игру все равно что прерывать взрослого, который глубоко задумался. Мы обязаны уважать время ребенка и его потребность в игре». Это право на непрерываемую игру является основой для многих неправильных правил, включая право на выбор товарищей по играм и право не делиться игрушкой.

Полдня в детском саду отличаются от времени, проведенном в семье, с привычным порядком. Дома приходится прерываться, например на еду или сон. Я переработала первоначальный список прав ребенка, составленный Дженет и Ли, и у меня получились «неправильные» права ребенка для дома.

Неправильные права ребенка

Ребенок имеет следующие права:

Право на неструктурированную свободную игру.

Право выбирать себе товарищей по играм.

Право использовать реквизит и выбирать тему игры.

Право, чтобы его не прерывали во время игры.

Право чувствовать себя в безопасности.

Право, чтобы у него не отбирали игрушки (не заставляли делиться).

Право на движение и активные игры.

Право на прогулки.

Право испытывать и выражать все свои эмоции.

Право задавать вопросы и понимать.

Право защищать свои права, устанавливая границы поведения других.

Право на то, чтобы быть выслушанным, на уважение и на твердую поддержку его прав взрослыми.

Право расти в своем, уникальном темпе в соответствии с естественным процессом развития ребенка.

Разумеется, не бывает правил без ограничений. Права одного человека не могут нарушать права другого (рекомендации по определению границ см. Правило 2: «Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности»).

Возрождение свободной игры

Свободная игра принимает самые разные формы. Ребенок может стучать одной палкой о другую. Он может карабкаться на дерево, рисовать, гримасничать, ковыряться в песочнице или говорить: «Давай будем притворяться». В любом случае эти действия спонтанны, инициированы ребенком и управляются им же. Ребенок реализует свои идеи и идеи товарищей по играм. Сосредоточившись на игре, которая ему интересна, ребенок учится, но так, как ему удобнее.

Свободная игра развивается непредсказуемо и не подчиняется каким-либо правилам. Конечно, время от времени ребенок может предпочитать структурированные занятия, например настольные игры или спорт, однако он не должен посвящать им большую часть своего времени. У него есть более полезные и интересные занятия.

Главные условия для свободной игры

1. Время для игры

Время имеет большое значение. Детям требуется много времени для неструктурированных игр (более часа на каждый период игры). Это означает, что первые годы ребенка должны быть свободны от формального обучения, и на этом этапе ему требуется много свободного времени.

2. Место для игры

Детям нужно место, где они могут все трогать, изучать и ломать. Где он может «победиться»? Где он может исследовать природу? Даже если ваш дом не слишком просторен, вы должны организовать ребенку место (внутри и снаружи), где он может играть.

3. Поддержка игры

Поддержка может принимать разные формы. Не мешайте ребенку, когда он играет. Выделите ему место для игры. Оденьте ребенка в подходящую одежду (в которой удобно и которую не страшно испачкать). Позвольте ребенку играть с другими детьми.

Свободная игра требует больших промежутков времени продолжительностью один-два часа или больше. Это позволяет ребенку по-настоящему погрузиться в игру. Доктор Джеймс Кристи и доктор Фрэнсис Уордл показали, что короткие периоды непрерывной игры (меньше тридцати минут) уменьшают сложность и серьезность детской игры. Дети отказываются от сложной игры, чтобы приспособиться к коротким промежуткам времени, но при этом свободная игра лишается многих преимуществ. Когда я ходила в детский сад, воспитатели придерживались правила, что ребенку требуется не менее сорока пяти минут, чтобы по-настоящему увлечься игрой с другими детьми. Разумеется, после начала серьезной игры для ее развития и завершения нужно больше сорока пяти минут.

Ложная свободная игра

Даже те детские дошкольные учреждения, которые заявляют о приверженности свободной игре, на самом деле не уделяют ей должного внимания. Посмотрите на режим дня. Если вы увидите, что «свободный выбор» теряется среди многочисленных структурированных занятий, групповых игр и формального обучения, вам сразу станет понятно, что упор делается не на свободную игру. Загляните в класс. Очень часто «свободная игра» – всего лишь перерыв, во время которого педагог готовит следующее структурированное занятие.

Однажды я наблюдала за воспитательницей детского сада во время «свободного выбора». Вместо того чтобы позволить детям играть так, как они хотят, и исследовать окружающий мир, она управляла игрой, распределяя роли. «Это ресторан, – говорила она пятилетним детям. – Ты, Ники, будешь принимать заказы. А ты, Бренна, можешь приносить еду. Кто будет поваром?» Лучше дать детям игрушечную кухню, и пусть они сами решают, как с ней играть.

Играть с ребенком – это прекрасно. И делиться идеями – тоже; это часть игры. Но, когда вы играете с маленьким ребенком, главным должен быть он. Не управляйте игрой. Следите за тем, чтобы это был компромисс.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Иногда мы, взрослые, боимся свободной игры. Что мы будем делать с детьми все эти часы? Мы бросаемся заполнять свободное время всевозможными заданиями, телевизором и структурированными занятиями. Игра занимает мозг ребенка, но взрослым она может казаться скучной. Я сама начинала паниковать, особенно когда мои дети были маленькими, а день казался таким длинным.

Не падайте духом. Именно этим и должен заниматься ваш ребенок. Когда семья привыкнет к свободной игре, то вашего участия почти не потребуется. Вы можете просто быть рядом, когда ребенок играет сам или с другими детьми, – и у вас появится возможность заняться чем-то еще.

Поощрение свободной игры

1. Обучение грамоте должно доставлять удовольствие

Маленьким детям не нужно изучать алфавит. Им нужно полюбить песенки и сказки. Петь песни, читать детские стихи, играть в пальчиковые игры. Все время читайте своему ребенку. Запишите, какие слова используют дети, чтобы выразить свои мысли и чувства (см. Правило 7: «Под диктовку малыша»), и используйте их во время игры. Позвольте детям просто влюбиться в сказки и в силу слов – читать они научатся потом.

2. Выходите на прогулки

На улице открывается целый мир для свободной игры. Идите в парк, прогуляйтесь по лесу или по соседним улицам. Поиграйте в мяч. Поищите места, где есть песок и вода.

3. Выбирайте игрушки, которые будят фантазию

В Национальном зале славы игрушек (в Рочестере, штат Нью-Йорк) почетное место занимает картонная коробка. А также палки и одеяла. Обеспечьте своему ребенку доступ к игрушкам, которые будят его фантазию. Прекрасно подойдут колокольчики, фонарики, забавные шляпы, старые ключи, ведра или корзины, кубики, маскарадные костюмы, одеяла, синтетическая глина или пластилин, обычные куклы или мягкие игрушки (известные персонажи ограничивают возможности игры). Не забывайте о песке, воде, камнях, лужах и картонной коробке.

4. Организуйте место

Детям необходимо пространство для игр. Выделите детям место, где они могут играть в свою любимую игру. Освободите помещение, убрав лишние игрушки и мебель. По возможности найдите в доме место, где возможны шумные, бурные игры. Ищите места, где вы можете сказать «да», а не «нет».

5. Сократите структурированные занятия

Ваша четырехлетняя дочь любит футбол? В девять лет она полюбит его еще больше. Просто гоняйте с ней мяч в парке или на заднем дворе. Включайте в игру других детей. Придумывайте игры и смейтесь. Если у ребенка младше шести лет насчитывается два или больше структурированных занятий в неделю, сократите их число наполовину.

6. Ищите детский сад, где работа с детьми построена на игре

Сделать это непросто. Если ваш ребенок уже ходит в детский сад, придите туда и понаблюдайте. Ищите дошкольное учреждение, в котором не меньше трех четвертей времени отведено на свободную игру, блоками в один-два часа. Проверьте, сколько времени на самом деле дети свободно играют, как в помещении, так и на улице, и насколько открыты их игры. При необходимости смените детский сад.

7. Не торопитесь

Маленькие дети растут в собственном темпе. Разгрузите свой день. Воспитание ребенка требует времени.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Пора гулять!

Что тебе нужно для твоего кораблика (домика, крепости, игры)?

Давай вместе прочитаем сказку.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Это что за цифра?

Это буква «В». Скажи: «В».
Ты сделал домашнее задание?

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

«О, вторник нам не подходит. У Джейсона плавание, а потом скрипка». Дети так заняты, что у них не остается времени для игр. Для общения ищите семьи, где детей не нагружают занятиями. Их можно встретить в парке и библиотеке.

Сложно удержаться от того, чтобы не сравнивать занятия своего ребенка с занятиями других детей. *Может, Люси тоже готова учиться играть на скрипке?* Даже если вы твердо убеждены, что заняты важным делом, собирая с ребенком одуванчики, со стороны может показаться, что вы небрежно относитесь к его воспитанию. Не поддавайтесь. Когда другие родители спрашивают: «Вы учит Люси музыке?» – отвечайте вежливо, но твердо: «В настоящее время мы в основном играем дома».

Правило 2. Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности

Свободная игра представляет собой неструктурированное времяпрепровождение, но это не значит, что в ней отсутствуют правила и ограничения. Например, трехлетняя Саманта любила изображать собаку. Она просила родителей подавать ей ужин в миске и ставить под стол. Потом она, забравшись на крышку стола, потребовала «собачью еду». Так семья и ужинала – родители на стульях, а командующий ими ребенок на столе.

Свободная игра предполагает ограничения – со стороны родителей и других детей.

Причина неправильных правил

Свободная игра не означает, что позволено все. Устанавливайте границы.

Саманта имеет право на неструктурированную игру и право самой выбирать тему игры (изображать собаку). Однако ее родители имеют право устанавливать границы времени и места. Не на столе. Не во время еды. Время для игр – после ужина.

В том, что касается игры, у родителей две задачи: 1) ограничить неприемлемое поведение и 2) неизменно обеспечивать права ребенка. Это значит, что, когда Джейми прыгает на своем новом диване, его нужно остановить. Но у Джейми также есть право на бурные, подвижные игры. Игру можно продолжить – только перенести в более подходящее место. Точно так же следует останавливать Пегги, когда она толкает сестру. Но у Пегги есть право играть одной, если она этого хочет, без маленькой сестры. Она имеет право выбирать себе товарищей для игр.

Права есть не только у детей, но и у взрослых. Помимо всего прочего, у родителей есть право на душевное равновесие и право жить в такой обстановке, которая им нравится. Ограничения – это способ жить вместе и удовлетворять свои потребности.

Польза неправильных правил

Понимание, что следует ограничить, а что разрешить, – это ключ к свободной игре и порядку в семье. Правильно установленные границы научат детей следующему:

Почти все мои игры разрешены.

Кое-что – например делать людям больно или ломать вещи – неприемлемо.

Главный не я, а родители.

Некоторые места подходят для бурных игр, а некоторые – нет.

Права есть не только у меня.

Родители позаботятся о моей безопасности.

Установить границы для игры

«Я никогда не запрещаю детям бегать, потому что они могут ушибиться, – говорит Йен Уотерс из Школы для маленьких детей. – Бегать – это нормально. Дети не могут сидеть на месте. А если они и упадут, то лишь лучше усвоят урок».

Какую игру считать приемлемой? Где границы допустимого? Мы, родители, в своем стремлении защитить детей иногда перегибаем палку, не доверяя их играм. Посмотрите, чего мы требуем от ребенка: «не бегать», «не брать камни». Мы предвидим потенциальные опасности, возможность испачкаться или расстроиться. В детстве мы сами играли в такие игры, но, став взрослыми, волнуемся, что ситуация станет неуправляемой.

Дети – не взрослые

Игры, придуманные детьми, обычно не представляют опасности. Не следует автоматически запрещать игру, на которой настаивает ребенок. Измените время или место. Установите ограничения. Они помогут всем чувствовать себя в безопасности, а также покажут ребенку границы допустимого. В наше время границы становятся размытыми. Мы разрываемся между необходимостью контроля и желанием заслужить любовь своего ребенка. Каков результат? Зачастую мы ставим слишком жесткие границы в игре и не ограничиваем поведение в других ситуациях. Пора сместить этот баланс. Ослабьте вожжи в мире игр, но не забывайте устанавливать ограничения, когда это необходимо.

Если ребенок ушибся, не запрещайте ему играть, а просто ограничьте некоторые аспекты игры. Иногда это время. Иногда место. Иногда правила обращения с тем или иным предметом. Например, если ребенок бежит с ножницами, мы не запрещаем ему пользоваться ножницами. Мы объясняем ему, что с ножницами в руках нужно ходить, а также учим правильно их держать. Бегать по цементному полу опасно – поэтому лучше прыгать. Именно так поступают в детском саду № 3 в нью-йоркском районе Вест-Виллидж. Если вы придете туда, то увидите детей, которые всюду прыгают по коридорам. Если речь идет об играх вне дома, установите ограничения на то, что представляет реальную проблему (нельзя бросать камни в людей), а не запрещайте саму игру (камни можно бросать в озеро).

Двухлетний Тайлер любит играть с палками. В парке он размахивает ими, иногда задевая других детей. Вы можете сказать: «Брось палку!» или направить игру ребенка и показать ему, что допустимо, а что нет. «Если хочешь играть с палками, надо отойти подальше от других. Стань вот сюда». Это ограничение, а не запрет.

Игра нуждается в ограничении и в том случае, когда другие не чувствуют себя в безопасности. Трехлетний Кэмерон рычал на другого трехлетнего мальчика, Логана. Он изображал тигра, а тигры должны рычать. Логан испугался. Допустима ли такая игра? В самой игре в тигра нет ничего плохого, но Логану не нравится, когда на него рычат, и у него есть право чувствовать себя в безопасности. Ограничение для Кэмерона может выглядеть так: «Ты можешь рычать, но не на Логана. Ему это не нравится». Границу может установить и сам Логан (см. Правило 3: «Детям необходим конфликт»).

Когда вы устанавливаете границу, проследите за тем, чтобы дети ее соблюдали. Будьте готовы силой увести или остановить ребенка. Не расстраивайтесь и не сердитесь, а просто спросите: «Ты перестанешь или тебе помочь?» И настаивайте на своем.

Почему это работает: золотое неправильное правило

Прохожие иногда останавливаются у детского сада, который я посещала в детстве. Они смотрят, как дети красят деревья в синий цвет, носятся на велосипедах или бродят по грязи и лужам. У некоторых детей в руках настоящие молотки. Другие раскрашивают руки зелеными узорами или бегают с игрушечными мечами.

Иногда люди спрашивают, есть ли в моем детском саду вообще какие-нибудь правила.

Правило одно: разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности. Это золотое неправильное правило, и им можно руководствоваться практически в любой игровой ситуации. Как узнать, не перешел ли ребенок в игре границы допустимого? Спросите себя: причиняет ли эта игра вред людям или собственности? Ответ позволит понять, когда пора устанавливать границы.

Приведу несколько примеров. Двухлетняя Хлоя случайно разливает краску на полу в столовой. Получается красивое пятно. Восхищенная, она снова льет краску на пол. Или пле-

мянник с племянницей устраивают борцовский поединок в гостиной. Они оглушительно кричат и уже приблизились к аквариуму.

Попытайтесь найти способ не запрещать игру. Разливать краску – увлекательное занятие. В результате возникают интересные узоры, а маленьким детям просто необходимо экспериментировать с материалами для художественного творчества. Однако игра Хлои должна иметь границы. Прежде всего убедитесь, что краска отмывается; постелите что-нибудь на пол или переместите игру на улицу. «Если хочешь разливать краску, можешь делать это здесь. Иначе краска останется в коробке». То же самое относится к борцовскому поединку. Такие игры рядом с аквариумом недопустимы – и шум тоже. Это не нравится другим людям (скажите детям: «Моим ушам слишком громко»), а аквариум может разбиться. Если дети хотят бороться, дайте им понять, что гостиная для этого не подходит. Переместите состязание во двор или в другую комнату.

Применяя золотое неправильное правило, следует рассматривать «вред людям или собственности» в самом широком смысле. Вред относится и к чувствам людей. А также к самому ребенку (ребенок не должен намеренно причинять себе вред). Под «людьми» понимаются все живые существа (нельзя причинять вред растениям и животным). Что касается собственности, то к ней относятся самые разные объекты, в том числе нарисованная ребенком картина, а не только официальная собственность, вроде дома или машины.

Золотое правило применимо к поведению в большинстве повседневных ситуаций, а не только к игре. Например, ваш двухлетний малыш разозлился и ударил вас. Людей нельзя бить. Такое поведение нарушает золотое правило. Как пишет Бекки Бейли: «В основе всех ограничений – безопасность. Любое поведение, выходящее за рамки требований безопасности, нуждается в ограничениях». Бейли, автор книги «Сознательная дисциплина» (Conscious Discipline) и других работ по определению границ, считает, что границы защищают детей от их собственных импульсов.

Игра может быть бурной – и это нормально, – но до тех пор, пока она не нарушает золотого правила.

Устанавливать границы, но не стыдить

Очень часто мы стыдим ребенка, когда поправляем его или устанавливаем границы. Хаим Гинотт решительно выступал за то, чтобы устанавливать ограничения, не ущемляя личность и характер детей. Он был убежден, что ребенку важно сохранить лицо, и проповедовал культуру достоинства и уважения при разговоре с детьми. Для этого полезно сделать дисциплину обезличенной. Дайте ясно понять, что вы осуждаете поведение, а не самого ребенка. Например, скажите: «Я вижу игрушки и книги на полу», а не «Ты такой ленивый и вечно не слушаешься! Сколько раз тебе повторять, чтобы убрал у себя в комнате!».

Гинотт утверждал, что дети гораздо лучше усваивают ограничения, когда внушение обезлично и носит характер информации. Объясните назначение того или иного предмета, например: «Стул для того, чтобы на нем сидеть, а не стоять» или «Кубиками не бросаются, в них играют».

Когда трехлетний Бенджамин бросает песок в Лидию, такое поведение неприемлемо. Если песок попадет в глаза, девочке будет по-настоящему больно. Лидия, которой три года, может сама установить границу и сказать ему: «Перестань!» (см. Правило 3: «Детям необходим конфликт»). Если Бенджамин не хочет или не может остановиться, вы должны вмешаться. Установите границы для подобных действий и проследите, чтобы поведение ребенка вернулось в приемлемые рамки. Вот как это может происходить:

Подчеркните, что вам не нравится поведение, а не ребенок.

1. Подтвердите ограничение.

«Лидия сказала: «Перестань». Ты должен послушать Лидию и больше так не делать».

2. Опишите свои действия и пресеките неприемлемое поведение.

«Ты не перестал. Придется держать тебя за руки, пока не остановишься».

3. Предложите выход.

«Покажи мне, что ты все понял. Пообещай, что больше так не будешь, и я тебя отпущу».

4. Доведите начатое до конца.

«Я вижу, что прямо сейчас ты не можешь прекратить бросать песок. Тогда я уведу тебя из песочницы. Будешь играть дома, пока не пообещаешь, что больше не станешь кидаться песком».

Устанавливать границы, избегая обвинений, гораздо легче, когда понимаешь, что ваши дети могут, а чего не могут – в соответствии с естественным процессом развития мозга. Например, нельзя считать свою дочь «плохой», если она хватает пакет с печеньем с полки магазина сразу после того, как вы запретили ей это делать. Ей и вправду очень хочется печенья, а контролировать свои желания она еще не умеет.

Адель Фабер и Элейн Мазлиш, изучающие взаимоотношения родителей и детей, много говорят о том, как важно устанавливать границы в уважительной манере. Они советуют дать детям возможность почувствовать последствия. Вместо того чтобы ругать ребенка за нарушение границ («Мелани! Разве я не говорила, что так делать нельзя? Ты плохая девочка. Никогда не слушаешься. Иди сюда немедленно»), просто заставьте его вернуться в пределы допустимого. Когда ребенок преступает границу, сначала предупредите, не обвиняя: «О черт! Разве ты забыл? Нельзя врезаться на велосипеде в стену». Если ребенок не слушает, следует настоять на выполнении установленного правила, снова воздерживаясь от обвинений. Например: «Дома нельзя врезаться на велосипеде в стену. Поиграй с чем-нибудь еще. После ужина можешь снова взять велосипед». Самих по себе последствий уже достаточно.

Права родителей и уместная власть

Когда я была маленькой, по вечерам, если родителей не было дома и с нами оставалась нянька, мы с братом любили играть в собачек. Мы лаiali и ползали на четвереньках. Я помню, что перед уходом моя мама рассказывала подросткам, которые сидели с нами, что у них тоже есть права. «Помните, что вы не должны играть в игру, если она вам не нравится», – говорила она.

У взрослых тоже есть права. Родителям Саманты не нравилось ужинать с «собакой» на столе, но они не знали, как это прекратить. Командовала их трехлетняя дочь. Она была очень красноречива и убедительна. А они не желали ограничивать ее фантазии и хотели понравиться дочери.

Именно родители обязаны научить ребенка, что в нашей культуре приемлемо, а что нет. У вас есть право устанавливать границы поведения ребенка.

Маленькие дети часто пытаются командовать. Трехлетние малыши раздают указания. Пятилетние бросают нам вызов. Можете не верить, но дети не всегда хотят того, что требуют. Когда такие маленькие дети получают слишком много неуместной власти, они часто чувствуют тревогу и неуверенность. Устанавливать границы необходимо как в играх, так и в повседневной жизни. От этого дети не перестанут вас любить. Настаивая на выполнении правил, вы посылаете ребенку ясный сигнал: родители – главные и они обеспечивают всем безопасность.

«Отсутствие границ может сильно пугать ребенка, – сказал Фред Роджерс, любимый ведущий детской телепрограммы «Наш сосед мистер Роджерс». – Страх может внушать не только внешний мир, но и мир внутренний; мир чувств может пугать, если вы не уверены, что сами способны справиться с этими чувствами».

Найти правильный баланс власти непросто. Чтобы не испытывать неловкости, устанавливая приемлемые границы для свободной игры, родители должны привыкнуть к должному балансу власти и к установке границ в повседневной жизни.

Иногда мы спрашиваем детей, вместо того чтобы указывать им. Определите, когда нужно интересоваться мнением ребенка, а когда нет. Например, можно спросить у маленького сына: «Ты хочешь зеленую рубашку или красную?» Вам все равно, какую рубашку он выберет, – главное, чтобы оделся. Не задавайте ребенку вопрос, если ответ «нет» для вас неприемлем. Дети часто говорят «нет»! В этом случае у вас выбор из двух неприятных вариантов: либо подчиниться диктату ребенка, либо проигнорировать его желание и поступить наоборот. Например, мать спрашивает мнение двухлетней дочери, вместо того чтобы решить самой:

– Можно, Сара возьмет нашу коляску?

– Нет!

– Но ведь ты с ней не играешь. Сара, можешь взять коляску.

Дети должны участвовать в принятии решений, только нужно тщательно выбирать вопросы.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Границы для свободной игры

Иногда игра требует других ограничений, а не тех, что мы установили. Сначала обдумайте проблему, а уже потом устанавливайте допустимые границы для ребенка.

Установка ограничений для игры

1. Найдите способ разрешить игру

Возможно, сама игра вполне допустима, вопрос в том, как в нее играть, где или когда. Ограничьте что-то конкретное. Устанавливая ограничение, одновременно попытайтесь предложить альтернативу: «Кубики не для того, чтобы ими кидаться. Хотите кидаться? Вот вам подушки».

2. Не преувеличивайте проблемы безопасности

Позвольте детям падать во время игры. Оставьте запреты только для действительно опасных ситуаций (оживленные улицы, берег быстрой реки) или скрытых угроз (сухая ветка, когда ребенок лезет на дерево, лед на дорожке).

3. Применяйте золотое неправильное правило

Проанализируйте игру. Действительно ли есть шанс причинить вред? Возможно, игра вам не нравится, но это не причина ее запрещать.

4. Помогите детям слушать, какие границы устанавливают другие дети

Ограничения могут исходить от кого угодно, и те, которые устанавливают сверстники, чрезвычайно важны. Когда дети устанавливают границы, это значит, что, скорее всего, нарушаются их права. Ребенок не чувствует себя в безопасности, или к нему не прислушиваются.

5. Устанавливайте ограничения последовательно

Дети не всегда могут остановиться сами. Признайте: «Тебе трудно остановиться прямо сейчас». Затем помогите ребенку оставаться в рамках дозволенного – при необходимости удержите или уведите его. Можно установить дополнительные ограничения: «Будешь играть рядом со мной, пока не пообещаешь больше так не делать».

Границы для повседневной жизни

Вчера я была в магазине со своим трехлетним сыном. Раньше Зак всегда ездил в тележке, но теперь ему нравится ходить. Я не возражаю, но мне нужно купить продукты и проследить, чтобы он не сбросил все крекеры с полки. Поэтому мы заранее определили правила поведения.

– Можешь ехать или идти. Но если пойдешь сам, то держись за тележку.

– Я буду держаться.

Иногда у Зака получается все время идти рядом со мной, а иногда нет. Трехлетние дети еще плохо управляют своими желаниями. Зачастую слишком велико искушение что-то потрогать или убежать.

– Вижу, ты не держишься за тележку. Значит, ты хочешь ехать.

Не обращая внимания на протесты Зака, я посадила его на сиденье.

– Да, тебе не нравится, – сказала я ему. – Но если хочешь ходить сам, ты должен держаться за тележку. В следующий раз попробуем опять.

Ситуация с тележкой не настолько серьезна, чтобы повышать голос. Мы кричим, когда наше терпение истощилось и ничего другого в голову не приходит. При установке повседневных ограничений говорите твердо и уверенно, но громкий голос и решительные действия прибегайте для серьезных случаев: когда малыш может опрокинуть на себя кастрюлю с кипящей водой или когда ребенок выбегает на оживленную улицу.

Научиться устанавливать эффективные границы – это очень важно для процесса воспитания, как в дошкольные годы, так и позже. Вот несколько идей.

Установка ограничений для повседневной жизни

1. Заранее сообщите о своих требованиях

Ребенок должен знать, какого поведения вы от него ждете. Например: «Когда мы придем в библиотеку, там нужно разговаривать тихо, а ходить бесшумно, как мышка». Или: «В магазине, куда мы идем, на полках лежит много вещей. Трогать их не разрешается. Руки держи в карманах».

2. Ожидания должны быть обоснованными

Для этого потребуется кое-что знать о развитии детей. Должен ли четырехлетний ребенок одеваться самостоятельно? Способен ли трехлетний малыш убирать свою комнату? Наши ожидания в отношении детей иногда преувеличены или занижены. Нужно выяснить, что должен уметь ребенок в этом возрасте.

3. Не кричите. Выходить из себя можно только в серьезной ситуации

Дети не любят, когда на них кричат. Они перестают вас слышать, а вы зарабатываете себе головную боль. Реакция должна соответствовать серьезности ситуации. Если вы постоянно кричите на детей, они привыкают и перестают обращать на вас внимание. Бурная реакция допустима только в серьезных случаях (когда ребенок бьет другого ребенка или выбегает на проезжую часть).

4. Не спрашивайте ребенка, если не хотите услышать отрицательный ответ

Установите необходимый баланс власти. Можно спрашивать мнение ребенка, но важные решения вы должны принимать сами.

5. Не бросайте слова на ветер

«Слоны не бросают на ветер слова», – все время повторяет слон Хортон из сказки Доктора Сьюза. К сожалению, родителям соблюдать этот принцип гораздо труднее. Мы скоры на угрозы. («Если ты не перестанешь, мы немедленно уходим. Я серьезно!») А потом идем на попятную. Постарайтесь избегать фразы: «Я серьезно». Вы всегда должны говорить серьезно. Чтобы найти правильные слова, возьмите паузу – выиграйте время. Говорите меньше, а когда говорите... то серьезно. Не бросать слова на ветер – значит доводить дело до конца.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Управление игрой

Это неудачное место. Где бы мы могли этим заняться?

Эта комната не подходит для борьбы.

Если ты хочешь играть с палками, нужно отойти подальше от других людей.

Кубики не для того, чтобы ими кидались. Лучше взять подушки.

Установка границ поведения

Я не могу тебе этого разрешить.

Ты сам прекратишь – или тебе помочь?

Я вижу, что теперь ты не можешь с собой справиться. Я тебе помогу.

Я буду держать тебя за руки, пока ты не успокоишься.

Ты не слушаешь, что говорит Брайан. Если не перестанешь, придется тебе играть в другой комнате.

Мне жаль, что тебя это расстраивает. Потом попробуешь еще.

Я знаю, что тебе это не нравится, но мне нужно уберечь тебя от опасности.

Скажешь, когда будешь готов. Пообещай, что больше так не будешь, и вернешься.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Не бегай!

Брось палку!

Нет, нельзя, и больше меня не спрашивай.

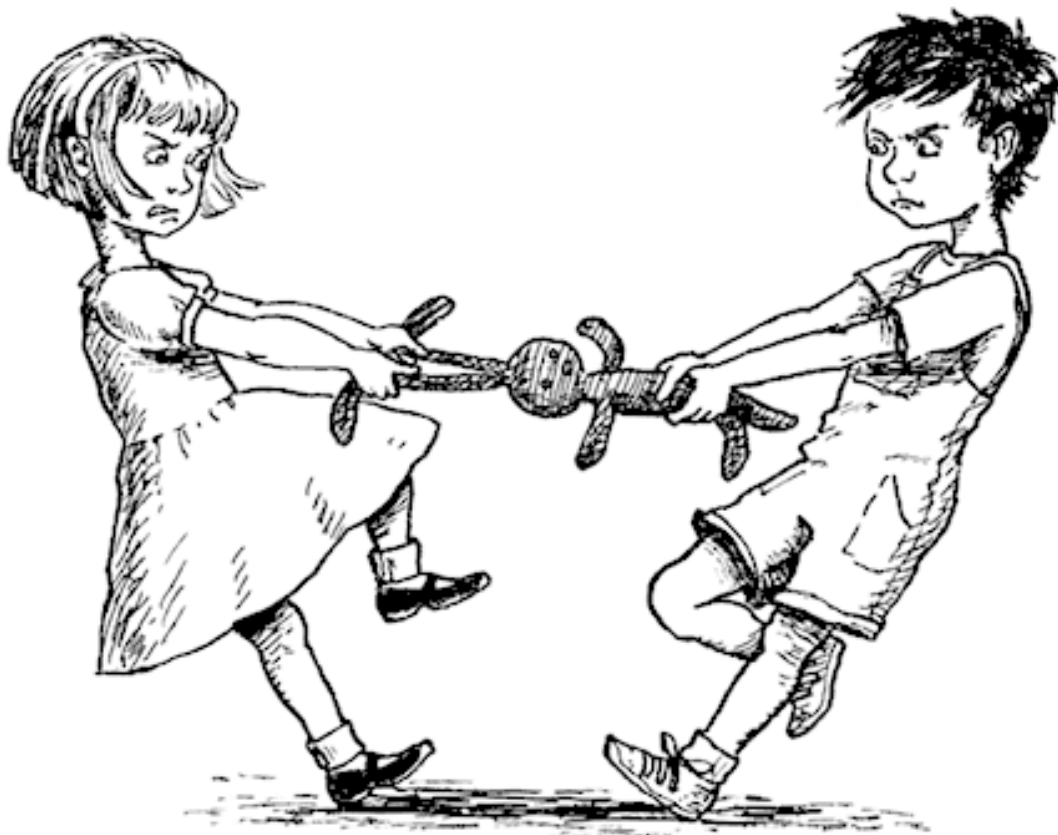
Потому что я так сказал.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Что делать, если вы разрешаете ребенку лазать по деревьям в парке или стучать палками по земле, а другие родители это своим детям запрещают? Полезно твердым голосом объяснить ребенку границы допустимого. Это проинформирует всех (вашего ребенка и окружающих), что разрешено в вашей семье, а что нет. Другие родители могут не согласиться с вашим подходом, но получают сигнал, что вы отвечаете за ребенка и следите за тем, что происходит. Если никому, кроме вашего ребенка, не разрешено подбирать палки, отойдите в сторонку. Там ваш малыш сможет лупить палкой по земле в свое удовольствие, не искушая других детей.

В общественных местах, таких как супермаркет, бывает нелегко настаивать на установленных ограничениях. Возможно, придется отказаться от покупок. Или в следующий раз не брать с собой ребенка. Хорошенько подумайте, прежде чем устанавливать границу. Затем твердо ее придерживайтесь.

Правило 3. Детям необходим конфликт



Мой сын Майлз пришел из детского сада с домашним заданием на тему: «Жить в мире». Нужно было раскрасить лицо в книжке-раскраске и спеть на мотив детской песенки «Плыви, плыви, моя лодка» (Row, Row, Row Your Boat): «Давайте жить в мире, давайте играть вместе...»

«Нельзя рассказывать детям о мире с помощью песни, – сочувственно сказала мне Йен Уотерс, когда я приступила к работе над этой книгой. Йен работает в Школе для маленьких детей. – Это милое занятие, которое предпочитают взрослые. Дети будут петь, если им нравится мелодия. Но жить в мире песня не научит. Дети учатся, когда сталкиваются с проблемами».

Умение разрешать конфликты – это, наверное, главный навык, которым должен овладеть ребенок в раннем детстве. В этот период ваш малыш должен получить опыт взаимодействия с другими людьми, столкнуться с конфликтами и научиться разрешать проблемы таким образом, чтобы никому не навредить.

Причина неправильных правил

Умение договариваться требует практики. Дети получают важные социальные навыки, когда сталкиваются с конфликтами – и учатся разрешать их.

Решение проблем – это социальный навык, причем очень важный. Без него страны вступают в войну, а семейная жизнь превращается в ад. Дипломатов ООН специально учат искусству разрешения конфликтов. Если дать ребенку шанс, он тоже станет опытным переговорщиком.

Для усвоения любого навыка детям требуется практика. Ребенок должен снова и снова «сталкиваться» с другими детьми во время игры и вступать с ними в конфликт. *У него машинка – я ее хочу! Она заняла мое место. Я тут сидела!* Каждое из этих мелких столкновений – прекрасная возможность развития навыка урегулирования конфликта. С вашей помощью ребенок научится отстаивать свои права, защищать других и приобретет сложные социальные навыки переговорщика.

Даже двухлетние дети способны научиться мирному разрешению конфликтов. Малыши могут защищать свои права, бросать вызов другому человеку и заявлять о своих чувствах – это первые шаги в разрешении проблемы. Дети постарше, от четырех до шести, могут стать настоящими дипломатами: иногда они договариваются сами, вырабатывая взаимовыгодное решение и придерживаясь его.

В детском саду, который посещала я, дети успешно разрешают конфликты уже на протяжении сорока лет. Научить этому достаточно просто, а умение договариваться – это, возможно, самое важное, чему вы можете научить своего ребенка. Данное правило имеет огромное значение, и ему посвящена самая длинная глава книги. Навык разрешения конфликтов – основа всего. Конфликты – неотъемлемая часть нашей жизни, от мелких вопросов, например кто будет пить из чашки с зайчиком, до таких серьезных, как контроль над нефтяными запасами.

Польза неправильных правил

Вступая в конфликт, ребенок может приобрести навыки, которые останутся с ним на всю жизнь, в том числе позитивную уверенность, независимость и умение договариваться, что поможет в разрешении будущих конфликтов. Он усваивает следующее:

Я могу постоять за себя и справиться с тем, что мне не нравится.

Я знаю, как устанавливать границы для других детей.

Когда у меня с кем-то возникают проблемы, я прямо говорю ему, что мне не нравится.

Я должен слушать, что говорят другие, и останавливаться, когда они устанавливают границы.

Иногда то, что меня беспокоит, не представляет проблемы.

Наши желания могут не совпадать, но вместе мы что-нибудь придумаем.

Мне не всегда нужна помощь взрослого. Многие из моих проблем я могу разрешить самостоятельно.

Мир и конфликт

Конфликты – неотъемлемая часть повседневной жизни человека, хотя все хотели бы их избежать. Мы не учим детей разрешать конфликты, потому что боимся их. Они нам просто неприятны. Многие стремятся избежать столкновения любой ценой.

Мы, родители, естественно, желаем своим детям мира. Мы учим детей «быть добрыми», «хорошо вести себя с сестрой». Но мир не будет долговечным, если избегать конфликтов. Неразрешенные проблемы всплывут снова.

Мир – это не отсутствие конфликта. Мир – это разрешение конфликта, основанное на уважении.

Мир не достигается подписью под договором, песней или лозунгом. Достижение мира – это работа. Работа по разрешению конфликта.

Священник нашей церкви однажды попросил прихожан написать пятиминутный очерк, начинающийся фразой «Конфликт...» «Конфликт полезен, – написала я. – Он дает нам шанс

столкнуться с новыми идеями, развиваться и меняться вместе». Мой ответ был единственным, в котором рассматривалась положительная сторона конфликта.

Конфликт не обязательно связан с насилием. Я предпочитаю рассматривать конфликт как столкновение двух разных идей. Когда идеи сталкиваются, возникает не только возможность агрессии и обиды, но также шанс для развития, сотрудничества и творчества.

Разумеется, никто об этом не думает, когда дети ссорятся из-за того, кому достанется синяя чашка и почему Нора *опять* заняла место у окна.

Для этого и нужно посредничество в конфликте.

Почему это работает

Детям может потребоваться несколько лет, чтобы научиться понимать причины конфликта. Психолог Кевин О'Коннор говорит, что такая последовательность навыков формируется приблизительно к одиннадцати годам. Большинство дошкольников не видят конфликта до тех пор, пока сами не почувствуют дискомфорт. Объясняя простыми словами, что произошло («твоя рука его ударила»), вы помогаете детям понять, как их действия отражаются на других людях.

Психолог и педагог Бекки Бейли считает, что конфликт помогает ребенку развивать социальную осведомленность и эмпатию. Характерный для ребенка эгоцентричный взгляд на мир меняется, когда он взаимодействует со сверстниками. Во время конфликта он сталкивается с другой точкой зрения, не такой, как у него.

Многие специалисты в области дошкольного воспитания подчеркивают важность вовлечения детей в разрешение конфликтов, участниками которых они стали. Малыш должен понять, что это его проблема, а не взрослого и что нужно напрямую вступить в переговоры с другим ребенком. Вы обеспечиваете только моральную поддержку. Специалисты по детской коммуникации Адель Фабер и Элейн Мазлиш показывают, что наша поддержка вселяет в детей уверенность и это зачастую приводит к самым оптимальным и оригинальным решениям.

Дети – не взрослые

Разговоры о том, что нужно жить мирно, для ребенка не имеют смысла. Как и требование «быть хорошим». Детям необходима возможность переживать конфликты и учиться находить приемлемые решения. Что я буду делать, если возникнет конфликт? Что я скажу? Как установить границы поведения другого ребенка? Когда дети знают ответы на эти вопросы, они необыкновенно успешно сами разрешают свои конфликты.

Вчера мои дети соорудили крепость из одеял. Все было замечательно, пока младший, Зак, не бросил тяжелую пластмассовую игрушку, которая попала брату прямо в голову. Шестилетний Майлз захныкал и в знак протеста покинул крепость. Трехлетний Зак тоже заплакал, лишившись товарища по играм. «Что ты можешь сделать, чтобы Майлз не боялся?» – спросила я Зака. А потом наблюдала, как дети выработали решение, которое мне и в голову не пришло. «Майлз, я буду бросать только мягкие игрушки, ладно?» – сказал Зак. «Только покажешь мне, прежде чем бросать. Я скажу, можно или нет», – ответил Майлз. Зак согласился и вручил ему синее одеяло. «Здорово!» – крикнул Майлз. Они возобновили игру, и Майлз чувствовал себя в безопасности, поскольку контролировал ситуацию.

Травля

Президента Обаму в детстве дразнили из-за больших ушей и необычного имени. Каждый год тринадцать миллионов американских детей сталкиваются с травлей. Это третья часть всех школьников – даже больше, если считать самих забияк.

Программы по искоренению травли весьма популярны, но большая их часть не затрагивает истинную суть конфликта. В детском саду, куда ходит мой сын, дети делают маленькие брошюры под названием «Руки – для того, чтобы помогать». В церкви в группе детей от трех до пяти лет раскрашивают объявления «Здесь травля запрещена!». Ни то ни другое не поможет детям избавиться от этого явления. Эффективные программы по борьбе с травлей учат детей, как правильно реагировать на конфликт. Что сказать. Как поступить. Как защитить себя и воспрепятствовать поведению, которое им не нравится. Как вмешаться в конфликт и вступить за другого. Причем одних советов недостаточно – нужна практика.

Практика абсолютно необходима. Избавляя ребенка от конфликта, мы лишаем его шанса приобрести ценный опыт. Представьте, что вы учите малыша считать. Когда он говорит: «Один, два, три, четыре, шесть, десять», – вы же не наказываете его, а даете возможность попрактиковаться еще. К навыкам разрешения конфликта следует относиться точно так же. Если ребенок не умеет договариваться, ни в коем случае не ограждайте его от конфликтов. Подбодрите его, объясните, что делать, поддержите – и в конечном итоге успех придет.

Свободная игра как источник конфликта

Конфликт – это возможность, которая доступна в самом раннем возрасте. К счастью, игра предоставляет такие возможности в неограниченном количестве. Неструктурированная игра – наилучший способ обучения детей искусству мирного взаимодействия, поскольку спонтанная свободная игра служит источником самых разных проблем. Свободная игра дает детям возможность взаимодействовать друг с другом и самим разрешать конфликты.

Дети учатся жить в мире, преодолевая проблемы.

Я знаю многих родителей, которые отдают детей в детский сад именно для того, чтобы они научились взаимодействовать с другими детьми. И это правильно. Но сегодня в детских садах почти нет места для свободной игры и конфликта. Слишком много занятий посвящены «миру» и порядку, а дети нуждаются в столкновении интересов и в риске конфликта.

Чрезмерно структурированное занятие меньше всего подходит для того, чтобы научиться мирному взаимодействию. Почему? Потому что это область упущенных возможностей. Взрослые бросаются на помощь, чтобы разрешить проблемы или погасить конфликт. Если дети привыкнут надеяться на правила или на взрослых, они упустят шанс приобрести социальные навыки непосредственного взаимодействия со сверстниками.

Вот, например, как воспитательница гасит конфликт. Трое детей играют с водой за специальным столиком. К ним подходят еще двое и хотят присоединиться к игре. «Ладно, мальчики, – говорит воспитательница. – Еще три минуты. Потом уступите место другим». Проходит три минуты, и воспитательница объявляет: «Время вышло. Займитесь чем-нибудь другим». Два новичка надевают фартуки, а трое мальчиков, игравших с водой, уходят.

Это можно рассматривать как успех. Дети уступили место, и никто не ссорился. Но небольшая ссора не повредит. В данном случае воспитательница избежала конфликта, предложив решение еще до того, как дети обнаружили проблему. Зачем было ограничивать тех троих, которые уже играли с водой? При свободной игре вокруг столика с водой могут собраться пять, шесть или даже десять человек. Если им мешает недостаток места, у них появится великолепная возможность заняться урегулированием конфликта. *Что тут происходит? Я вижу, вас много. Вам всем хватает места? Что вы можете предложить?* Относитесь к конфликту как к возможности. Не спасайте детей (не вините, не читайте нотации). Предложите им инструменты и совет.

Посредничество в конфликтах между детьми – не такое уж трудное дело. Разумеется, некоторые конфликты затягиваются, но обычно переговоры выглядят так:

Четырехлетние Дэниел и Джейсон играют в детском бассейне. Джейсон брызгает водой на Дэна.

Дэн. Перестань!

Джейсон продолжает брызгать.

Дэн. Перестань!

Взрослый. Я слышал, ты сказал: «Перестань!»

Что он должен перестать?

Дэн (*шепотом, взрослому*). Брызгать на меня водой.

Взрослый. Вот и скажи ему.

Дэн (*Джейсону*). Не брызгай на меня!

Джейсон перестает брызгать.

Конечно, у нас не всегда находится время или желание помогать в разрешении каждого конфликта. Но чем чаще мы это делаем, тем быстрее учатся дети. Крик «Мама!» слышится все реже и реже. Практика улаживания конфликтов делает детей более независимыми.

Отсутствие навыков

Дети, не умеющие договариваться, видны сразу. Они ждут, чтобы взрослые разрешили их проблемы, и при возникновении конфликта бегут за помощью. Вот, например, что произошло дома у Гилбертов.

Соседские дети, которые пришли в гости, все время кричали: «Миссис Гилберт, Кевин не дает мне играть с его грузовиком!» или «Миссис Гилберт, Эдриен не разрешает мне быть принцессой!». Миссис Гилберт повернулась к ним и заявила: «Вот и скажите ему! Скажите ей!» Соседские дети не догадывались, что могут разрешить проблему сами. Пап и мам не следует втягивать в детские конфликты. Навязывать родителям роль судьи и присяжных – это нечестно. Это пустая трата времени. И самое главное, такая тактика лишает детей возможности приобрести основные навыки общения.

Разумеется, маленьких детей нужно направлять, прежде чем они научатся самостоятельно разрешать конфликты со сверстниками. Но начинать учиться могут даже двухлетние дети. Польза от разрешения конфликтов состоит в том, что у детей вырабатываются навыки, которыми они могут пользоваться сами, в отсутствие взрослых. Почему? Потому что это эффективно. Дети, вовлеченные в решение своих проблем, будут брать на себя активную роль в разрешении конфликтов, с которыми они столкнутся во взрослой жизни.

Заявить о своих чувствах и желаниях – первый шаг к разрешению конфликта с другим человеком.

Практика, практика и еще раз практика

Разрешение конфликта требует сложных социальных навыков. Навыки эти не врожденные, и для их приобретения детям нужна практика. А это означает, что нужно потратить много времени на спонтанное, неструктурированное взаимодействие с людьми. Лучшая практика – игра. Свободная игра дает ребенку возможность «столкнуться» с другими детьми и вступить в конфликт. Чем больше практикуется ребенок – когда нужно говорить, что говорить, как набраться смелости и постоять за себя, – тем легче ему будет ориентироваться в сложной сети социальных отношений.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Ниже приводятся конкретные методы обучения детей навыкам разрешения конфликтов. В первом разделе перечислены десять шагов успешного посредничества, а затем дана пошаговая итоговая инструкция. Второй раздел посвящен возможным стратегиям, в том числе адап-

тации техники переговоров для маленьких детей в возрасте двух или трех лет, в также действиям в тех случаях, когда вы стали свидетелем конфликта, но не видели его начала.

Раздел 1: Десять шагов по разрешению конфликтов между детьми

1. Помогите детям остановиться

Первым делом помогите детям положить конец поведению, которое им не нравится. Прежде чем бросаться на помощь своему ребенку, задайте вопросы и скажите о том, что видите. Это поможет формированию у детей социальной осведомленности, научит их понимать язык тела.

Опишите ситуацию: «Я вижу, что вы подняли руки. Хотите, чтобы он бросал вам мяч?», «Я слышу, что Сара кричит: «Перестань!» или «Я слышала, что ты сказал: «Не надо». Что тебе не нравится?».

Поставьте под сомнение то или иное поведение: «Тебе не нравится, когда она так делает?», «Ты хочешь, чтобы он на тебя брызгал?», «А ты любишь, когда он разбрасывает твои кубики?» или «Ты хочешь, чтобы тебя толкали?».

Продолжайте задавать подобные вопросы. Возможно, никакого конфликта нет («Я хочу, чтобы меня толкали, потому что мы играем в бульдозер»), но вопросы дают детям понять, что у них есть право установить границы и положить конец ситуации, которая им не нравится. «Тебе понравилось, что она сделала? Нет? Тогда скажи ей!» Так дети узнают, что у них есть выбор.

2. Сведите детей вместе

Некоторые дети избегают конфликта. Другие бегут за помощью к взрослым. Детям требуется быть рядом друг с другом, чтобы они могли совместно решать проблемы. Верните ребенка на место конфликта. Можно обнять его за плечи, чтобы успокоить. Физический контакт со взрослым придает всем детям, участвующим в конфликте, уверенность и помогает понять, что вы позаботитесь о них. Особенно полезно обнять плачущего ребенка, выслушивая другого. Это простое действие успокоит малыша. *Меня выслушают. Я тоже смогу высказать свое мнение.*

3. Признайте чувства

Сочувствие – абсолютная необходимость. Дети соберутся вместе и будут говорить друг с другом, если они верят, что вы действительно понимаете их чувства. Вы должны сразу же признать чувства обеих сторон: «Я точно знаю, что ты разозлился, когда он взял твой совочек. А ты, Джон, выглядел испуганным, когда он кричал на тебя. Ты действительно испугался?» Дети должны знать, что вы их понимаете: «Иногда я тоже сержусь, когда берут мои вещи. И мне не нравится, когда на меня кричат. Громкий голос может испугать». Каждый ребенок, вовлеченный в конфликт, должен верить, что вы действительно поможете ему. В противном случае дети могут замкнуться и перестанут участвовать в решении проблем. Завоюйте их доверие с помощью сочувствия.

4. Выберите правильного адресата – прямое взаимодействие

«Я говорю! Мама, Дэнни меня толкнул! Мама!»

Проблема в том, что ребенок обычно обращается не к тому человеку. Мама, конечно, поможет, но выслушать претензии должен совсем другой – вторая сторона конфликта.

Вместо того, чтобы бежать к маме, папе или воспитателю, ребенок может научиться иметь дело непосредственно с тем, с кем у него возник конфликт. Тогда озвучивание своих претензий превращается в «Скажи ему, что тебе не нравится» вместо «Я говорю!». Когда ребенок бежит к вам и жалуется, что Дэнни его толкнул, отвечайте ему: «Ты должен поговорить с Дэнни». А потом помогите последовать вашему совету.

Очень важно подсказать ребенку точные слова. «Скажи ему: мне не нравится, когда ты меня бьешь». Детям постарше или более опытным в разрешении конфликтов можно просто напомнить: «Скажи ему».

Детям младше шести лет обычно требуется ваше присутствие. Направляйте их. Помогите обратиться непосредственно к другому ребенку. Если дети просто встретились на детской площадке и не знают друг друга, познакомьте их. Например, Ноа прибегает за помощью и указывает на другого малыша.

Ноа. Он меня толкает!

Взрослый. Похоже, тебе это не нравится. Ты должен ему сказать.

Взрослый идет вместе с ребенком к Тейлору.

Взрослый. Это Ноа. Его кое-что беспокоит.

Ты можешь сказать, что тебе не нравится.

Ноа. Не толкай меня.

Взрослый. Он не хочет, чтобы ты его толкал.

Ты можешь пообещать, что больше не будешь?

Тейлор. Ладно.

5. Слушать сверстников

Некоторые дети не слушают других детей, когда те пытаются установить границы. Призыв слушать сверстников может показаться ребенку очень странным. Дети не привыкли слушать других детей. Обычно правила устанавливают взрослые, и дети не обращают внимания на требования друг друга. Если конфликт улаживают сверстники, то слова детей воспринимаются серьезно. Задача взрослого – направлять переговоры и помогать детям слушать друг друга. Вы должны быть рядом, чтобы поддержать своего юного переговорщика. Повторите слова ребенка, чтобы придать им вес. Если ребенок шепчет, говорите громко.

6. Обозначьте проблему

Двухлетним и трехлетним детям особенно нужна ваша помощь, чтобы описать проблему. Например, малыши могут просто кричать: «Нет! Нет! Нет!» Именно так кричал Гейб, который построил разветвленную дорожную систему для своих машин и не хотел, чтобы Скарлетт к чему-нибудь прикасалась. «Нет! Нет! Нет! Уходи!» – вопил он. Помогите такому ребенку, как Гейб, сформулировать проблему. Вы можете спросить малыша: «Ты боишься за свои машинки? Ты не хочешь, чтобы Скарлетт трогала твои машинки? Скажи ей: «Не трогай мои машины!» Помогите детям формулировать конкретные требования, когда они устанавливают границу.

7. Подкрепление

Ребенок должен словами выразить свои желания и чувства. Ваша задача – направлять ребенка и подкрепить его слова. Вы можете помочь детям учиться слушать, повторяя их слова и при необходимости вмешиваясь.

Повторение – великолепный инструмент для обучения. В некоторых случаях взрослый играет роль эха – достаточно громко повторяет слова ребенка так, чтобы их слышали оба участника конфликта. Если ребенок шепчет, следует решительным голосом повторить: «Она сказала: «Не трогай меня!» Иногда возникает необходимость выступать представителем обоих детей: «Я слышал, как Джейми сказал...», «Рейчел говорит, что не любит, когда ей бросают песок в лицо». Если вы нарисуете четкую картину происходящего, дети поймут. Составляйте фразы так, чтобы сообщение всегда исходило от ребенка.

Одного повторения бывает недостаточно; иногда необходимо вмешаться. Бывает, что дети не хотят (или не могут) остановиться сами. Бывает, что они вас просто не понимают. Ваш ребенок должен быть уверен, что вы всегда поможете разобраться в ситуации.

Одним солнечным утром после церковной службы дети качались на качелях. Шестилетний Эмерсон начал бросать щепки в моего сына Майлза, которому тоже шесть. Майлз сначала

смеялся. Потом крикнул: «Перестань! Больше не кидай в меня щепки!» Эмерсон решил, что это новый поворот в игре, и продолжил кидаться щепками. Майлз заплакал.

– Тебе помочь? – спросила я. – Ты ясно сказал, что тебе не нравится, но он не остановился.

Майлз кивнул, и я повернулась к Эмерсону:

– Эмерсон, я слышала, как Майк просил больше не бросать в него щепки. Ты должен останавливаться, когда тебе говорят: «Хватит!»

Данный метод делает упор не на выполнение правил, а на умение слушать. Ребенок должен слушать, какие границы устанавливают другие дети. Вмешательство взрослого лишь подкрепляет слова ребенка – даже если вам приходится прибегнуть к действию.

8. Решение проблемы

После того как оба ребенка разберутся в сути проблемы, а также в своих чувствах, пора искать приемлемое решение. Спросите детей: «Что можно сделать, чтобы уладить ваш спор?» Если они затрудняются с ответом, предложите идеи или информацию: «Я знаю, что иногда дети устанавливают очередь. Может, попробуете?»

9. Добейтесь согласия

Ни в коем случае не пропускайте этот шаг. Попросите ребенка вслух выразить свое согласие. Например: «Джимми попросил не бросать в него песком. Ты перестанешь?» Ребенок, который скажет «да» или кивнет, с большей вероятностью перестанет бросать песком в Джимми, чем тот, кто не ответит (или ответит отрицательно). Можно также использовать письменное обязательство. Считайте конфликт неразрешенным, пока не получите утвердительный ответ.

Более подробно об устных договоренностях, письменных соглашениях и детях, которые отказываются договариваться, см. раздел «Стратегия разрешения конфликтов».

10. Реализуйте найденное решение

Обычно дети соблюдают договоренности. Поэтому попытайтесь реализовать найденное решение, даже если оно кажется вам необычным. Скажите детям: «Попробуем вашу идею и посмотрим, что получится». Если не выйдет, вы можете придумать что-то еще: «Хм... это не слишком помогло. Давайте попробуем другой вариант. Как насчет?..»

Десять шагов по разрешению конфликтов между детьми

1. Помогите детям остановиться

Укажите, что вы видите. Интерпретируйте слова и язык тела. («Я вижу, что вы подняли руки. Хотите, чтобы он бросал вам мячи?») Задавайте вопросы. («Тебе не понравилось, что он взял твой мяч?»)

2. Сведите детей вместе

Дети должны находиться достаточно близко друг от друга, чтобы видеть и слышать друг друга. («Ты должен слушать Дэнни».) Спуститесь на уровень детей. Обнимите их, выслушайте, посмотрите в глаза. Поддержите обоих детей.

3. Признайте чувства

Проявите сочувствие. Покажите, что вы понимаете чувства каждого ребенка. («Ты злишься, что он разрушил твой замок».) Спросите, что чувствует ребенок. (Ты расстроилась, что он взял твою игрушку?) Констатируйте факты. («Тебе это не нравится. Ты хотел бы получить эту игрушку».)

4. Обращайтесь к нужному человеку – прямое столкновение

Помогите малышу обращаться напрямую к другому ребенку. («Скажи ей» / «Скажи ему».) Подскажите детям правильные слова. («Скажи ей: «Мне не нравится, когда ты меня бьешь»».) Присутствуйте при их разговоре.

5. Слушать сверстников

Отдайте инициативу детям. Убедитесь, что каждый ребенок знает, что он должен слушать другого. Направляйте и поддерживайте детей в процессе переговоров.

6. Обозначьте проблему

Помогите детям сформулировать конкретные ограничения. («Я слышал, как ты сказал Александру: «Перестань!» Что должен перестать делать Александр?») Сформулируйте, что ребенку не нравится. Повторите слова ребенка. («Бенни говорит, что ему не нравится, когда ты его толкаешь».)

7. Подкрепление

Повторите сказанное ребенком. Это подкрепляет и усиливает сообщение. При необходимости вмешайтесь – помогите ребенку остановиться и слушать.

8. Решение проблемы

Спросите: что можно сделать, чтобы разрешить проблему? Сообщите информацию. («Я знаю, что, когда играешь в воде, можно промокнуть».) Предложите идеи. («Я знаю, что иногда дети устанавливают очередь. Может, попробуете?»)

9. Добейтесь согласия

Попросите детей вслух высказать согласие. («Ты перестанешь?») Или составьте письменное соглашение.

10. Реализуйте найденное решение

Сначала попробуйте реализовать решения, предложенные детьми. Если это не поможет, возвращайтесь к шагу решения проблемы и попробуйте новый вариант.

Раздел 2: Стратегия разрешения конфликтов

Письменные соглашения

Один из способов установить границы для сверстника – это продиктованное письмо. В приведенном примере четырехлетний Лиам ясно описывает, что ему не нравится, и сам дает некоторые обещания, в результате чего письмо превращается в контракт безопасности.

Дорогой Макс!

Не называй меня злым и не называй меня глупым.

Не говори: я тебя убью.

А я не буду тебя толкать и бить.

Лиам

Даже если Макс и Лиам не умеют читать и не станут друзьями, такое письмо обладает властью, устанавливает четкие границы и дает каждому из мальчиков чувство безопасности.

Устные ограничения

Устные договоренности тоже работают. Чтобы ограничение было эффективным, убедитесь, что ребенок согласен, и только после этого конфликт можно считать исчерпанным. Подойдет и просто кивок. Трехлетняя Джессика играла с детской железной дорогой. К ней подошел Брайан, который тоже любил эту игру, и разобрал пути. С помощью взрослых Джессика установила границы для Брайана и ясно дала понять, что он должен делать, чтобы участвовать в игре: «Можешь играть в железную дорогу, если не будешь ломать пути». «Ладно», – согласился Брайан.

Отдайте инициативу ребенку. Помогите детям слушать друг друга и устанавливать ограничения для сверстников.

Такие соглашения требуют умения слушать. Каждый ребенок имеет возможность рассказать о своих чувствах и сообщить, что не должен делать другой. Для некоторых детей непривычно слушать сверстников.

Главное в таком социальном договоре – отдать инициативу ребенку. Один трехлетний ребенок устанавливает границы для другого трехлетнего ребенка. Это договор между Максом и Лиамом. Дети, которые научились устанавливать границы для сверстников, не позволяют нарушать свои права, когда взрослых нет рядом.

Разрешение конфликтов маленьких детей (двух или трех лет)

Для самых маленьких прекрасно работает язык тела. Начните с решительного вида. Проинструктируйте детей: «Протяните руку, вот так. Говорите громко. Скажите: «Перестань!»

Говорите за тех детей, которые не могут или не хотят говорить, повторяйте их слова. Проследите, чтобы слова исходили от ребенка. (Например, «Рейчел говорит: «Не бери мои кубики!») Маленькие дети быстро все поймут и начнут вам подражать. Не бойтесь делегировать полномочия малышам. Чем раньше они начнут, тем выше вероятность, что умение улаживать конфликты станет их второй натурой.

Когда дети не слушаются

Дети не всегда делают то, что мы от них требуем, – даже при разрешении конфликтов. Иногда ребенок отказывается сотрудничать или не соглашается прекратить делать то, из-за чего возникла проблема, даже после всех объяснений и переговоров. Попытайтесь вовлечь в процесс обоих детей. Если ничего не выходит, возможно, придется продолжить беседу с непослушным ребенком.

Вы должны понимать, что предстоит дополнительная работа, если вы спросите: «Ты перестанешь кидаться песком?» – а ответом вам будет молчание или «нет». Проявите настойчивость. Сначала подтверждение: «Ты должен остановиться, когда Джимми говорит: «Хватит». Потом переходите к действиям: «Мне придется тебя увести. Я вижу, тебе трудно остановиться прямо сейчас».

Иногда достаточно просто увести ребенка. В других случаях ребенку понадобится больше внимания. Сосредоточьтесь на его чувствах: «Я вижу, ты сердисься». Ребенок еще не успокоился, и от вас потребуется больше времени и терпения. На этой стадии конфликта вы должны помочь тому ребенку, который проявляет более сильные чувства (рисует картину, отражающую его гнев, быстро бежит; см. Правила 5–7 из раздела «Бурные эмоции»). Сначала успокойте его, а когда он будет готов, переходите к разрешению проблемы.

Когда вы не видели, что случилось

Вы входите в комнату и видите, что два ребенка спорят из-за игрушки. Кто взял ее первой? Что будет справедливым? Что на самом деле произошло?

Нас расстраивают такие ситуации, потому что мы хотим быть справедливыми судьями. Но разрешение конфликтов самими детьми позволяет уклониться от роли судьи. Не видели, с чего начался конфликт? Объявите о том, что видите: «Похоже, вам обоим нужна эта игрушка» или «Ого, кажется, вы разозлились!».

Вам не обязательно быть свидетелем начала конфликта, чтобы понять его суть. Иногда так даже проще, поскольку вам приходится помочь детям самим уладить спор. Расслабьтесь и используйте основные шаги для разрешения конфликтов. Констатируйте факты. Задавайте вопросы. Не волнуйтесь из-за того, чего вы не знаете, а опирайтесь на то, что вам известно. Установите очевидное и сосредоточьтесь на эмоциях, чтобы помочь детям распутать ситуацию.

В песочнице два ребенка с плачем ухватились за одну игрушку и тянут каждый в свою сторону.

Появляется взрослый.

Взрослый. В чем дело? Кажется, вы расстроились. Вам обоим нужна эта лопатка. (*Опишите, что вы видите.*)

Гэвин. Я первый ее взял!

Рэй. Я с ней играл! Она моя!

Взрослый. Да, вы рассердились. Каждый считает, что взял лопатку первым. (*Говорите только то, что знаете.*) И вы оба хотите с ней играть.

Помните: даже если вы присутствовали при начале конфликта, то не всегда можете догадаться, что думают дети. Разницы никакой нет. Задавайте вопросы и вовлекайте детей в процесс выработки решения. Воссоздайте ход событий и обдумайте ответы детей: «Похоже, вы копали, а потом пошли в туалет», или «Проблема в том, что Гэвин хотел копать и взял твою лопатку», или «Ты хочешь выкопать большую яму, а Гэвин волнуется, что из-за этого разрушится его дорога. Как нам поступить?». Такой пересказ показывает детям, что вы их слушаете, и помогает перейти к выработке решения.

Вы не следователь. И вам даже не обязательно точно знать, что произошло. Нужно лишь разобраться в чувствах детей, выслушать каждого и составить план действий.

Сохраняйте нейтралитет

Конфликты могут возникать даже тогда, когда один ребенок не подозревает о проблеме. Сохраняйте нейтралитет, помогая детям выявить проблему. Даже если один из ссорящихся «виноват», помогите ему сохранить лицо, и он будет охотнее сотрудничать в выработке решения.

Уилл и Эйджи толкают друг друга.

Взрослый. Что у вас тут происходит?

Эйджи. Он ударил меня по руке!

Взрослый (*нейтральным тоном*). Ты знаешь, как это получилось, Уилл?

Уилл. Нет.

Взрослый. Эйджи, ты можешь сказать ему: «Осторожней, не задень меня».

Родители должны изо всех сил стараться оставаться нейтральными. Не нужно набрасываться на своего ребенка или автоматически поддерживать младшего. Лучше всего вы справитесь с родительскими обязанностями, если не будете принимать чью-либо сторону, даже эмоционально. Многие из нас склонны быть строже со старшими детьми (и младшие отлично умеют этим пользоваться!) или несправедливо перекладывать вину на своего ребенка. Так проще. Мы смущаемся. Поведение своего ребенка мы проецируем на себя и считаем, что другие взрослые нас осуждают. Помните, что у всех детей есть чувства, а для танго нужны двое.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Помогите детям прекратить неприемлемое поведение

Стойте! Что случилось?

Тебе нравится, когда она так делает?

Ты хочешь, чтобы Бобби толкал тебя? Скажи ему, чтобы перестал.

Вытяни руку, вот так. Говори громко. Скажи: «Перестань!»

Сведите детей вместе, обращайтесь к тому, к кому следует

Ты должен обращаться к Дэнни, а не ко мне.

Я не уверен, что Рейчел об этом знает. Давай ей скажем.

Говори с ней громко. Так, чтобы она услышала.

Рейчел хочет тебе что-то сказать.
Дэн, вернись. Ты должен выслушать Рейчел.
Ты сам скажешь или тебе нужно помочь?
Мяч будет у меня, пока мы не разберемся.

Обозначьте проблему, признайте эмоции

Я слышал, ты сказал: «Перестань!» Что он должен перестать?
Я слышал, ты сказал: «Не надо». Что тебе не нравится?
Тебе это не нравится. Ты злишься. Тебе хочется этот паровозик.

Призыв слушать сверстников и подтверждение

Я слышал, Сэм сказал: «Не кидайся щепками». Ты должен слушать Сэма.
Когда кто-то говорит: «Перестань!» – ты должен остановиться.
Он не слушает. Скажи: «Мне нужна помощь».
Ты всегда можешь обратиться за помощью к взрослым.
Джессика, Рейчел не любит, когда толкаются. Она просит не толкать ее.

Добейтесь согласия

Хорошо, это твое правило. Если хочешь играть с грузовиками, ты должен выполнять правило Сары.

Ты можешь это сделать? Ты перестанешь?
Он сказал: «Перестань!» – но я вижу, тебе трудно остановиться. Придется тебя увести.

Когда вы не видели, что случилось

Я слышу, вы ссоритесь. Что случилось?
Похоже, вам обоим нужна эта игрушка.
Кажется, вы злитесь. Вы оба считаете, что взяли ее первыми.
Вы оба хотите играть с ней прямо сейчас.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Эй, вы двое. Немедленно прекратите.
Мне все равно, кто первый начал. Вы оба неправы.
Он младше; отдай ему мячик.
Если не можешь играть нормально, я отберу ее у тебя.
Не хочу этого слышать.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Обучая детей, как вести себя во время конфликта и как открыто высказывать свои желания и чувства, вы можете столкнуться с разными взглядами на воспитание. Большинство детей готовы делиться своими чувствами и помочь в разрешении конфликта. А вот взрослые могут чувствовать себя неловко. Изменить вы этого не можете. Попробуйте объяснить свои цели: «Мы с Терезой пытаемся найти решение проблемы. Вы не возражаете, если мы позволим детям попробовать самим уладить конфликт в песочнице?»

Будьте готовы к самым разным реакциям, когда применяете эту методику в присутствии других. Однажды утром на детской площадке мальчик толкнул моего сына и попытался отнять у него велосипед, а когда я подошла к ним, убежал. В то время Майлзу было три года. «Тебе понравилось, когда мальчик тебя толкнул?» – спросила я Майлза. «Нет!» – ответил сын. Вид у него был злой и немного испуганный. «Пойдем объясним ему, что ты чувствуешь, – предложила я. – Можешь сказать, чтобы он тебя больше не толкал». Мы нашли того мальчика, при-

жимавшегося к ноге матери. Поздоровавшись, я предоставила слово своему ребенку. «Майлз хочет кое-что сказать вашему сыну», – сообщила я матери. Майлз сказал, что ему не нравится, когда его толкают. Мать была шокирована и не знала, как реагировать. Затем схватила сына за руку и потащила прочь. «С нами не хотят водиться, – заявила она ему. – Мы не будем этого терпеть. Давай пойдем отсюда».

В других случаях это действует как волшебное заклинание – даже на детей, которым такой подход абсолютно незнаком. Как-то раз на детской площадке девочка пожаловалась Карен на ее сына. «Вы должны его остановить, – сказала она. – Он залез на горку с большой палкой». «Похоже, ты считаешь это неправильным, – ответила Карен. – Пойдем скажем ему». Они вместе подошли к горке, и Карен приступила к переговорам: «Лейлу кое-что беспокоит, и она хочет сказать тебе об этом». Лейла говорила, а сын Карен слушал – оба ребенка получили ценный урок по разрешению конфликтов.

Часть II. Бурные эмоции

Лучший выход – всегда напрямик.
Роберт Фрост

Правило 4. Допустимы любые чувства. Но не любое поведение



Четырехлетний Бенджамин очень злился на мать. Он не хотел идти в детский сад. В первый же день он бросил коробку для завтрака и ударил маму. Женщина смутилась, но не остановила его. К ним подбежала воспитательница.

«Эй! – громко крикнула она, стараясь, чтобы ее реакция была такой же энергичной. – Людей не бьют. Ты можешь злиться, но людей бить нельзя. В том числе маму».

Причина неправильных правил

Злость, обида или страх – все это нормально. Покажите детям, что допустимо, а что нет, когда возникают эти чувства.

Родители часто говорят: «Я просто хочу, чтобы мой ребенок был счастлив». Истинное счастье не означает, что нужно все время чувствовать себя счастливым; это умение справляться со всем диапазоном человеческих эмоций. И этому умению можно научить.

Помню, как сидела по-турецки на полу в игровой комнате детского сада и пела: «Если ты счастлив и знаешь об этом, хлопай в ладоши». А во время следующего куплета мои маленькие ножки барабанили по полу: «Если ты злишься и знаешь об этом, топай ногами».

Если вы не знаете этих стишков, вот самая распространенная версия:

Если ты счастлив и знаешь об этом, хлопай в ладоши (повторить).

Если ты счастлив и знаешь об этом, на твоём лице улыбка.

Если ты счастлив и знаешь об этом, хлопай в ладоши.

Эта детская классика может преподавать важные уроки относительно эмоций, которые встречаются в жизни. Но берегитесь – слова песенки меняются в зависимости от того, кто ее поет. В моем детском саду мы громко выли, когда пели «грустный» куплет («Если ты грустишь и знаешь об этом, можешь поплакать»), и прибавляли куплеты о самых разных эмоциях (страх, волнение, одиночество). Во многих современных версиях в каждом куплете повторяется «счастье-счастье-счастье», как будто цель – заставить весь мир улыбаться.

На самом деле мы не можем каждую секунду испытывать счастье. Как родители мы не понаслышке знаем, что дети тоже не все время счастливы. Они способны бурно радоваться, а уже через секунду могут быть охвачены гневом, отчаянием или страхом.

Переживания у детей очень сильные, и они могут нас ошеломить. Поэтому мы при помощи слов пытаемся подавить эти уродливые, нежелательные эмоции. Мы говорим детям: «Нечего плакать. Ты большой мальчик» или: «Это нехорошо. Ты не должен так чувствовать». Вам как родителю нужно научиться принимать неприятные чувства – особенно если они направлены на вас.

Дети злятся, плачут, цепляются за вас, хнычут. Мы должны принимать чувства, стоящие за этим поведением, но не должны мириться с антисоциальным или раздражающим поведением. Ограничивать необходимо даже поведение счастливых детей.

Польза неправильных правил

Принять чувства ребенка и научить эмоциональным навыкам – это дары, которые останутся с ним на всю жизнь.

Я не должен скрывать свои чувства.

Я не обязан быть все время счастливым. Мои родные все равно будут меня любить.

Чувствовать можно все, что угодно, – это нормально.

Чувства приходят и уходят.

Люди меня слушают. Мои чувства и мысли важны.

Я знаю, как выразить свои чувства, не причинив вреда никому и ничему.

Почему это работает

«Рыба плавает, птицы летают, а люди чувствуют», – сказал Хаим Гинотт. Детский психолог Гинотт написал классический бестселлер «Между родителем и ребенком» (Between Parent and Child), которым руководствовались несколько поколений родителей, стремившихся понять и принять чувства своих детей, особенно неприятные и злые. «Хочется вам, чтобы дети выросли честными, – писал Гинотт, – не хвалите их за то, что они лицемерят, говоря о своих чувствах, будь эти чувства добрыми, злыми или нейтральными».

Маленькие дети живут в мире чувств. Двухлетний ребенок, который кидает в других кубики и кричит, очень рассержен, но, скорее всего, одновременно напуган, неуправляем и

непонят. Он охвачен бурной яростью и не знает, как с ней справиться. Это наша задача. Мы, родители и воспитатели, должны научить его соответствующим навыкам адаптации. Постепенно, в дошкольные годы, дети учатся сдерживать сильные эмоции, просто идентифицируя их, принимая и направляя их проявление.

Эмоции и действия тесно переплетены, но следует помнить, что разбираться с ними нужно по отдельности. Как объяснял Гинотт, большая часть проблем с дисциплиной состоит из чувств и действий. Каждая составляющая требует отдельного подхода. Чувства следует описать и выразить. Действия необходимо ограничить и перенаправить. Задача взрослого – помочь ребенку найти приемлемый способ выразить свои чувства. Двухлетнего малыша, который кидается кубиками, следует остановить, но ребенку все равно нужно выразить свои чувства.

Дети – не взрослые

Эмоции детей могут вызвать у нас ощущение неуправляемости. Сосредоточьтесь на том, чем вы в состоянии управлять: на действиях ребенка. Пресеките неприемлемое поведение, но позвольте ребенку выразить свои чувства. Признание того или иного чувства, будь то гнев или обида, не усилит его. А нежелательные чувства не исчезнут просто по нашему хотению. Невозможно диктовать ребенку чувства, как невозможно заставить его спать.

Никому не нравится быть напуганным. Или несчастным. Или одиноким, раздраженным, сердитым и растерянным. Но один из лучших способов избавиться от этих чувств – выразить их.

Мы часто пытаемся отрицать или преуменьшать негативные чувства, как свои, так и своих детей. Мы говорим: «Ну, это совсем не больно. Нечего реветь!», или «Не говори так со мной», или «На самом деле ты так не чувствуешь». Иногда мы просто хотим избавиться от негативного чувства и мгновенно все исправить. Или отрицаем чувства ребенка, потому что они нам неприятны. Психологи Дороти Бриггс и Сельма Фрайберг полагают, что подобные методы ошибочны и могут только навредить. Они решительно поддерживают право ребенка на чувства.

Если мы учим детей выражать только положительные чувства, то отрицаем часть их личности – и готовим почву для неприятностей. Подавленные чувства не исчезают, а уходят в подполье. Они могут создавать препятствия для обучения в школе и разрушать социальные связи на протяжении всей жизни.

Психиатр Стенли Гринспен называет эмоции «архитекторами разума». Его исследования демонстрируют жизненно важную роль эмоций в развитии мозга ребенка. Когда дети испытывают разнообразные чувства, в их мозгу формируются связи, необходимые для формального обучения.

Вы должны заложить основу для здоровых эмоциональных привычек. Все чувства ребенка – это возможности научить его справляться со всем диапазоном эмоций, с которыми ему предстоит столкнуться в жизни.

Появление эмоционального интеллекта

Маленькие дети могут быть настоящим сгустком эмоций, но их способность понимать человеческие чувства и справляться с ними только формируется. Трехлетний малыш может не знать, что захлестнувшие его ярость или страх скоро пройдут. Поэтому и для родителей, и для детей полезно помнить, что чувства переменчивы. Они сильны и реальны только в данный момент.

У детей формируется «эмоциональный интеллект» – термин, который популяризовал Дэниел Гоулман в своей книге «Эмоциональный интеллект: почему он может быть важнее IQ» (Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ). Маленькие дети не знают, что эмоция, которую они переживают, имеет название или что другие люди могут чувствовать то же самое. Зачастую ребенок не может определить эмоции других. *Ой... она расстроена? Я не знал.* Кроме того, дети не понимают, что делать с этими сильными чувствами, и еще не умеют управлять собой. Дошкольники плохо контролируют свои импульсы. Ребенок может затеять драку и не остановится без помощи взрослого.

Агрессия, гнев и скрытые чувства

На тревогу и страх дети часто реагируют агрессией. Если ребенок беспокоится, он может ударить, толкнуть или пнуть кого-то из стоящих рядом. Это распространенная реакция. Вместо бесконечных выяснений, «кто первый начал», попытайтесь устранить страх. Вот пример, в котором два трехлетних ребенка ссорятся из-за игрушки. Сэм подходит к Заку, который первым взял игрушечную пожарную машину. Зак плачет и отталкивает Сэма.

Взрослый. Зак, я слышу, ты кричишь. Ты боишься, что он может взять твою машину?
(*Выявить страх.*)

Зак кивает.

Сэм, ты хочешь взять машинку Зака? (*Получить информацию.*)

Сэм. Нет.

Взрослый. Сэм говорит, что не будет брать твою машину. (*Подтвердить информацию.*)

В данном случае цель – увидеть эмоции ребенка. Если у вас это не получается, попробуйте понаблюдать за чужими детьми на детской площадке. Иногда легче различить эмоции других. Став свидетелем злости или агрессии, не торопитесь вмешиваться, а сначала подумайте, чем может быть вызвано такое поведение ребенка: страхом, тревогой, растерянностью, фрустрацией или другой скрытой эмоцией. Задайте вопросы, чтобы понять чувства ребенка. «Ты боишься, что Сэм сделает тебе больно?» «Тебя что-то беспокоит?» «Ты расстраиваешься, потому что хотел чего-то другого?» «Тебя что-то пугает?»

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Эмоциональное обучение – процесс медленный и трудный. Многие взрослые так и не овладевают этими навыками. Тем не менее дело мастера боится. Чем больше ребенок упражняется, тем лучше он способен выражать свои эмоции и контролировать свое поведение.

У чувства есть название

«Тебе грустно. Ты скучаешь по маме».

«Ты так злишься. Очень хочешь на улицу!»

«Смотри, Джоуи выглядит испуганным. Похоже, ему не нравится твоя маска».

Первый шаг – констатировать очевидное. Назовите эмоцию, которую наблюдаете. Тогда ваш ребенок получит возможность осознать ее. *Ага, вот что такое злость.* Кроме того, идентификация эмоции помогает ребенку понять, что другие люди тоже могут ее испытывать. Гнев, печаль, радость или страх – это неотъемлемая часть жизни.

Детям нужны названия. Они быстро учатся говорить, но многим трудно выражать свои мысли и чувства словами. Когда их мозг захлестывают сильные эмоции, ограниченные речевые навыки становятся особенно заметными. Малышам нужны слова, чтобы справиться со своими чувствами. Детям младше трех лет достаточно основных названий (гнев, грусть, счастье). В

четырёхлетнем возрасте ребенок уже готов воспринимать нюансы эмоциональных состояний и различать такие эмоции, как ревность, разочарование, отчаяние и т. д.

Тем не менее вы должны сопротивляться искушению самому определять чувства ребенка, например: «Ты просто устал». Возможно, вы правы, но при таком подходе игнорируются чувства самого ребенка. Все мы хуже справляемся со своими чувствами, когда устали, однако сами чувства по-прежнему важны.

Если ситуация поставила вас в тупик или нужно выиграть время, попробуйте спросить ребенка, что он чувствует. «Ты сердишься на Сидни? Что она такого сделала, чтобы разозлить тебя?» Или просто: «Что ты сейчас чувствуешь?»

Ограничьте поведение

Дети могут испытывать любые чувства, но для их поведения следует установить четкие границы – что приемлемо, а что нет. Нельзя бить маму или младшего брата. Нельзя разбивать лампу на кухне. Обидные прозвища тоже недопустимы. Поведение ребенка опасно для других людей или собственности? Вмешайтесь и остановите его.

Используйте разрядку действием

Детям трудно усидеть на месте даже в спокойном состоянии. Если же ребенок испытывает сильные эмоции, вы должны быть готовы к *действию*. Необходимую эмоциональную разрядку детям могут дать активные действия: они бегают, что-нибудь рвут, пинают ногами или ломают. Не пытайтесь препятствовать этому выходу энергии. Направьте его в безопасное русло. Вы можете предложить множество приемлемых вариантов (см. Правило 5: «Разрешите детям драться и лягаться»).

Найдите альтернативы

Мой пятилетний сын однажды вручил мне рисунок, на котором были изображены отравленные оливки. Мне это понравилось. Рисунок показал, что ребенок уже гораздо лучше справляется со своими эмоциями. На ужин у нас было любимое блюдо Майлза, и ребенок злился и проявлял нетерпение. Несколько минутами раньше он визжал и топал ногами, потому что ужин еще не был готов. Потом, по собственной инициативе, ушел в свою комнату и взял маркеры. Когда Майлз вручил мне рисунок, мы оба улыбнулись. «Я больше не злился, когда нарисовал его», – сказал он.

Дети могут дать выход своим эмоциям разными способами – писать, рисовать, бегать. Главное – найти безопасный способ, чтобы они могли выразить то, что чувствуют. Если вы предложите детям несколько конкретных вариантов, то потом удивитесь, что они используют эти средства даже без подсказки с вашей стороны.

Неправильные правила, приведенные в данном разделе, «Бурные эмоции», предлагают приемлемые эмоциональные альтернативы (см., в частности, Правило 5: «Разрешите детям драться и лягаться» и Правило 7: «Под диктовку малыша»).

Иногда помогает быстрое подтверждение чувств, но все зависит от темперамента ребенка. Например, пятилетняя Стелла впадает в панику, когда мать пытается помочь ей выразить свои чувства. Некоторые дети теряются. Если вы помогаете ребенку справиться со своими чувствами, это нормально, только сначала удостоверьтесь, что вы поняли и приняли их чувства.

Шаги к умению управлять эмоциями

1. Признать и назвать

Помогите детям понять, что они чувствуют. «Ты злишься». Помогите детям распознавать выражение лица и другие признаки эмоций, которые испытывает человек. «Посмотри на Джоуи. Он выглядит испуганным».

2. Принять и оценить

Примите чувства своих детей. Не отвергайте никакие эмоции – даже негативные. Ребенок не должен быть все время счастлив. Позвольте детям грустить, когда им грустно, или злиться, когда они рассержены. Подобные чувства бывают у всех людей, даже у взрослых.

Сильные чувства приходят и уходят. Чувства могут быстро меняться.

3. Выразить чувства приемлемым образом

Зачастую чувства требуется выразить, прежде чем они исчезнут. Сильные чувства – это нормально, однако поведение должно быть ограничено (например, нельзя драться). Найдите приемлемую разрядку: «Нельзя пинать Ната, но ты можешь пинать эту коробку».

Предложите это ребенку; попробуйте что-то новое.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Признать и понять чувства

Ты действительно на меня злишься.

Ты хочешь еще печенья, а я не даю. Это тебя злит!

Ты так злишься, что тебе хочется меня ударить.

У тебя грустный вид. Ты скучаешь по маме. Мне тоже грустно, когда я скучаю по кому-то.

Если тебе грустно, ты можешь поплакать.

Ага! Ты расстроился из-за того, что не получается собрать эту головоломку.

Это ты сейчас так чувствуешь. Но я знаю, что чувства могут меняться.

Ограничить поведение

Ты можешь на меня злиться, но драться нельзя.

Злиться можно, а бить Мейсона – нет.

Людям нельзя причинять вред.

Я не могу позволить тебе выбегать из дома, даже если ты скучаешь по маме.

Ты можешь расстраиваться, но пинать ногой игру неправильно. Ты можешь ее разбить.

Чувствовать _____ – это нормально, но я не могу позволить тебе _____.

Скрытые чувства

Тебя что-то пугает?

Ты переживаешь из-за Энтони?

Ты боишься, что он возьмет твою игрушку?

Ты боишься, что он причинит тебе боль?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Все в порядке – это не больно.

Не плачь.

Большие мальчики / большие девочки не плачут.

На самом деле ты этого не чувствуешь.

Я знаю, что ты не серьезно.

Давай улыбнись.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Когда кто-то из моих детей плачет, незнакомые люди часто подходят к нему и пытаются подбодрить. «Слезам горю не поможешь, – говорят они. – Ничего страшного. Такие большие мальчики не плачут. Где твоя улыбка?»

Многим людям, с которыми вы общаетесь, неприятны «уродливые» чувства. Если ребенок слышит от вас, что его эмоции важны, можно не обращать внимания на комментаторов. Люди желают добра и хотят помочь. Иногда отвлечение или новое лицо помогают ребенку успокоиться. Если ребенок шумит или его действия беспокоят окружающих, отойдите в сторону. Найдите место, где ребенок может свободно выразить свои чувства.

Полезно также сказать что-то успокаивающее, когда на сцене появляется новое лицо, например супруг или нянька. «Джо сейчас действительно очень расстроен. Он скучает по бабушке. Я сказала ему, что взрослые тоже грустят». Это создает безопасную обстановку, в которой можно выразить свои чувства.

Правило 5. Разрешите детям драться и лягаться

Драться, лягаться, кусаться – это недопустимое поведение. Неужели? Бить, лягать, кусать людей нельзя, но иногда вашему ребенку требуется выразить свои эмоции, что-нибудь сломав, ударив, пнув. Задача состоит в том, чтобы найти безопасный способ разрядки.

Причина неправильных правил

Для некоторых детей лучший способ успокоиться – выброс физической энергии. Если разозлившемуся ребенку нужно что-то ударить, предложите ему безопасный объект.



Швырнуть пластилин, стукнуть один о другой деревянные кубики, пнуть мяч – все эти действия вполне допустимы. Как и ударить боксерскую грушу или лягнуть картонную коробку. Некоторые дети любят лупить подушки. Диван тоже мягкий и всегда под рукой. Маленькие дети выражают свои эмоции действием. Дайте выход их вулканической энергии.

Четырехлетний Джек регулярно кусался, плевался, дрался и лягался. Воспитатели в детском саду изо всех сил старались помочь ему сдерживать свой гнев. Лучше всего помогал бег вокруг елки, которая росла во дворе. Джек бегал кругами, выплескивая свои чувства. Устав, он успокаивался. В конце концов он научился гасить вспышки гнева еще до их начала – самостоятельно бегал вокруг дерева.

Джек в возрасте четырех лет усвоил этот урок на всю жизнь. И в подростковом возрасте, и когда он станет взрослым, он будет знать, что должен найти альтернативные способы для выражения своего гнева.

Действия и гнев неотделимы друг от друга. Когда дети испытывают прилив адреналина, успокаивать их еще рано. Такой ребенок, как Джек, настолько рассержен, что не способен рассуждать, не говоря уже о том, чтобы предпринимать сложные когнитивные действия для разрешения конфликта. Прежде всего ребенку нужно справиться с приливом энергии. Уведите его в такое место, где он может быть громким и активным, дайте ему возможность выплеснуть накопленную энергию. Но не забывайте о золотом неправильном правиле: разрешено все, что не вредит людям и собственности.

Дайте ребенку возможность активных действий. Физическое напряжение и усталость помогают высвободить эмоциональную энергию и позволяют детям снова успокоиться. После того как прилив физической энергии иссякнет, детей можно привлекать к решению проблемы.

Польза неправильных правил

Это очень важные уроки для любого маленького ребенка:

Бить людей – в том числе маму и папу – строго запрещено.

Я могу сердиться, но причинять вред людям все равно нельзя.

Я знаю, как выпустить пар, не причиняя вреда людям и вещам.

Когда я злюсь, мне хочется кого-нибудь ударить, но есть лучшие способы разрешения проблем.

Мои родители все равно будут любить меня, даже если я иногда злюсь.

Родители обеспечат мою безопасность.

Я могу им доверять.

Взрослые помогут мне, когда у меня не получится сдержать свои чувства.

Почему это работает

В четыре года мой сын Майлз очень сильно злился. Этот период продолжался около трех месяцев. Он выходил из себя как по серьезным поводам, так и по мелочам, тут же пуская в ход руки, ноги или зубы. Моя реакция была мгновенной. «Я не позволю тебе меня бить, – говорила я, держа его за руки. – Людей бить нельзя. Если тебе нужно что-то ударить, вот тебе диван».

Возможно, вы думаете: «Если я позволю ему бить диван, не разозлится ли он еще больше? Не хотелось бы ухудшить ситуацию и поощрять насилие».

Рассматривайте это как выпуск пара. Возможно, вашему ребенку требуется отлупить диван, но с каждым ударом он растрчивает как эмоции, так и физические силы. Психолог Дороти Бриггс считает, что для маленьких детей физическая активность – это превосходный способ избавиться от негативных эмоций. Некоторые психологи, работающие с детьми, держат у себя в кабинете специальные подушки для битья. Мы, взрослые, тоже избавляемся от стресса и гнева с помощью физической активности – ходим, бегаем, играем в такую жесткую игру, как баскетбол. Двигаясь, мы снимаем напряжение.

Маленькие дети выражают свои эмоции с помощью тела.

Конечно, рассерженные взрослые часто выражают свой гнев с помощью слов. Но маленькие дети только учатся говорить. Когда их охватывает гнев, они размахивают руками и ногами. Фред Роджерс из детской телепрограммы «Наш сосед мистер Роджерс» утверждал, что это абсолютно нормально. Взрослея, дети учатся управлять своими импульсами (то есть могут себя остановить) и выражать свой гнев другими, творческими способами – через рисунок, рассказ или разговор. Но пока дети – это сгусток чувств. И чувства проявляются посредством тела.

Дети – не взрослые

Ребенок, который дерется, слишком рассержен и плохо соображает. Нужно проследить, чтобы он не причинил вреда, но само действие запрещать не следует. Конечная цель – разрешение конфликта, но ребенку нужно время, чтобы к этому подготовиться. Сначала позаботьтесь о выбросе адреналина. Если малышу нужно что-то ударить, направьте его агрессию на подушку, диван или другой подходящий объект. Эта простая замена подкрепляет мысль, что людей бить нельзя. После того как пар выпущен, можно успокоиться и начать переговоры.

Когда ребенок дерется, лягается или что-то ломает, он растрчивает неуправляемую энергию. Просто выберите подходящие объекты. Даже если ребенок злится, его нужно учить, что приемлемо, а что нет.

Замена объекта агрессии

Если ребенку вообще запретить драться и лягаться, это может вызвать обратную реакцию. Энергия требует выхода. Дороти Хиггс считает, что предпочтительнее ударить объект-заместитель, чем подавлять желание ударить. В мире маленьких детей тело является выразителем эмоций.

Помогает замена объектов. Вместо того чтобы запрещать ребенку само действие – боднуть головой, ударить, лягнуть, – нужно это действие перенаправить. Если ребенок выражает свои чувства через удары, пусть так и будет. Видимо, у него сильная потребность ударить прямо сейчас. Такой метод эффективен отчасти потому, что ребенок чувствует, что его ценят и понимают – даже на пике скандала. Его «потребность ударить» признается. Его не останавливают, а позволяют выражать себя так, как он хочет и умеет.

Перенаправление агрессии

1. Необходимо действовать энергично, чтобы завладеть вниманием ребенка. Говорите громко, двигайтесь быстро.
2. Пресеките неприемлемое поведение. Остановите руку или ногу ребенка.
3. Повторяйте простые предложения.
«Я не позволю тебе бить меня» (Мию, кошку, лампу).
«Ты можешь злиться, но Мию бить нельзя».
«Людей не бьют».
4. Предложите альтернативу. «Если тебе нужно что-то ударить, бей диван. Ему не больно».
5. Когда ребенок немного успокоится, попытайтесь выслушать его и переходите к разрешению проблемы.

Психолог Хаим Гинотт говорил, что объекты-заменители – это ключ к установке эффективных границ. Граница состоит из двух частей, утверждал он: 1) недопустимое поведение, 2) приемлемый заменитель. Когда мы говорим детям: «Не бей брата», – это лишь половина необходимой им информации. Детям также нужно понимать, какой заменитель приемлем (подушка). Более того, для рассерженного ребенка абсолютно допустимо представлять, что подушка – это брат. Замена брата подушкой подкрепляет идею, что людей бить нельзя.

Действия и гнев неотделимы друг от друга. Не бросайтесь сразу же успокаивать ребенка.

Если вы разрешаете драться и лягаться, это не означает, что вы поощряете насилие. Сама замена объекта («Собаку бить нельзя, но ты можешь ударить подушку») подкрепляет сообщение, что бить живых собак недопустимо.

«А как насчет йоги? – спрашивают родители. – Глубокое дыхание хорошо успокаивает».

Йога и другие успокаивающие техники могут успешно использоваться детьми, но многие родители и педагоги делают ошибку, пытаясь успокоить детей слишком рано. С этим этапом торопиться не нужно. Сначала признайте сильные эмоции ребенка. Дети, имеющие возможность выплеснуть свою агрессию, вскоре успокаиваются. Когда первоначальный выброс адреналина рассеется, ребенок сможет плакать, разговаривать, дышать по системе йоги или сидеть у вас на коленях.

У каждого ребенка свой темперамент. Одни дети используют для атаки слова, другие – крик или кулаки. Эта глава посвящена тому, как обращаться с физической энергией. Вербальная агрессия более подробно описывается в Правиле 6: «Я тебя ненавижу»: ничего личного.

Маму и папу не бьют

Джейсон разозлился. Мама пыталась урезонить его, но мальчик не слушал. Он просто был в ярости. Мать уговаривала его, а Джейсон начал драться. Я наблюдала, как развиваются события. Я знала Джейсона и его родителей, наши дети ходили в один детский сад, и я считала возможным вмешаться. Когда Джейсон ударил маму, она растерялась и не попыталась остановить его.

«Послушай, Джейсон. – Я подошла к нему вплотную и заговорила строгим голосом. – Маму бить нельзя».

Удивленный моим вмешательством, мальчик тут же остановился.

«Спасибо, – поблагодарила его мама. Потом помолчала задумавшись. – Вы правы. Маму бить нельзя. Ни в коем случае. Спасибо».

Родители обычно сразу же останавливают ребенка, если он бьет младшего брата или сестру, но забывают о себе. Правило «Не причинять вреда» должно включать маму и папу. Послание ребенку должно быть исчерпывающим: нельзя причинять вреда людям, животным и собственности. Тело человека и его чувства неприкосновенны. Это правило применяется ко всем людям – включая самого ребенка и его родителей.

Ударив кого-то из родителей, дети испытывают сильнейшее чувство вины. Иногда они не могут остановиться сами, но всегда хотят, чтобы их остановили. Это ваша задача. Возьмите ситуацию под контроль. Нельзя позволять ребенку бить маму или папу. Установите четкую границу: «Я не позволю тебе меня бить».

Не пугайтесь

Разъяренный ребенок бывает похож на дикое животное. Его ярость может пугать, но не позволяйте обмануть себя. Скорее всего, ребенок сам напуган и не в состоянии управлять собой. Как напоминает Дороти Бриггс, вспышка гнева – это всего лишь более эмоциональное сообщение: «Я не управляю собой! Я в отчаянии!»

Я отчетливо помню, как чувствует себя разъяренный ребенок. В детстве я сама устраивала громкие скандалы. Вопила, плакала, бросалась на пол, пинала кухонные табуретки. Я не пыталась что-то получить (например, леденец); причиной скандалов были растерянность и отчаяние. Эти истерики продолжались довольно долго, и поэтому я так отчетливо помню свои чувства. Меня захлестывали эмоции, и в разгар вспышки гнева первоначальная причина уже не имела значения; я просто хотела, чтобы кто-нибудь вмешался и взял ситуацию в свои руки. Спас меня от меня самой.

Вы не должны забывать, что в состоянии предложить ребенку безопасность и контроль. В ситуации, когда ребенок становится неуправляемым – дерется, лягается или как-то еще

выплескивает свои эмоции, – напомните себе, что ребенок сам хочет, чтобы его ограничили. «Меня всегда удивляло выражение облегчения на лице ребенка, когда отец или мать говорит: «Этого делать нельзя. Я тебе не позволю», – отмечает Т. Берри Бразелтон, педиатр и автор популярных книг о развитии ребенка.

Возможно, вам придется удерживать ребенка, чтобы он не мог ударить вас или кого-то еще. Примените силу, чтобы не позволить ребенку причинить вред себе, другим людям или вещам. Я сажусь на своих детей верхом и держу их за руки, когда они дерутся и не в состоянии контролировать себя – да, даже в присутствии посторонних, даже воскресным утром в церкви. Иногда лучше увести ребенка в такое место, где он может выплеснуть свою энергию, не причинив никому вреда. Когда ребенок успокоится, займитесь его страхами и другими эмоциями.

Обязанность родителей – поддержать детей, вселить в них уверенность. Как сказал Гинотт, детям нужно слышать от нас: «Ты не должен бояться своих импульсов. Я не дам тебе зайти слишком далеко. Это безопасно».

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Не ограничивайте ребенка. Дайте ему возможность активных действий. Физическое напряжение и утомление помогают многим детям высвободить эмоциональную энергию и снова успокоиться.

Существует масса безопасных способов перенаправить агрессию дошкольника. Все они высвобождают физическую энергию. Многие громко кричат. Эти идеи особенно полезны для активных, а также не слишком разговорчивых детей, которым просто нужно выразить свои чувства. Когда ребенок устает физически, он в большей степени склонен разговаривать и участвовать в разрешении проблемы – или, по крайней мере, станет менее агрессивным.

Обеспечьте ребенку возможность драться и лягаться

Проверенный метод перенаправления гнева – битва с газетой (или другим большим листом бумаги). Взрослый держит большой лист бумаги (можно также с помощью скотча повесить бумагу в дверной проем) и предлагает рассерженному ребенку порвать его ударом руки или ноги, как в карате. Уничтожение газеты позволяет ребенку дать выход эмоциям и сопровождается громким треском, который соответствует падению уровня энергии ребенка. Еще один подходящий объект для агрессии – полимерная глина или пластилин.

Если ребенку необходимо что-то бросать, помогите ему выбрать объект. Пусть нарисует то, что его разозлило, а потом бросает в рисунок подушки. Подкрепите свои действия словами: «Ты сердишься на папу. Я не могу позволить тебе сделать больно папе, но ты можешь бросать подушки в этот рисунок. Папе это не повредит». Однажды я предложила такое Майлзу, а мишенью был традиционный круг, в центре которого было написано «убирать игрушки». Майлз очень злился – сегодня ему очень не хотелось наводить порядок в своей комнате. Выразив свои чувства, он был готов помочь мне убрать игрушки на место.

Заведите чучело для битья

В Школе для маленьких детей имелось «чучело» – полутораметровая тряпичная кукла в форме человека, обязанностью которой было принимать на себя удары и пинки. Лица у чучела не было и одежды тоже, только голова, туловище, длинные руки и ноги. Чучело помогло многим поколениям детей выразить свои огорчения. «Я не могу позволить тебе ударить Мию, – твердо заявляли воспитатели. – Но ты можешь отлупить чучело. Чучелу не больно, когда ты его бьешь».

Некоторым взрослым неприятна мысль об использовании в качестве объекта замещения фигуры, похожей на человека. Но метод эффективен, поскольку учит ребенка перенаправлять

свою агрессию и не бить людей, а также напоминает, что они должны найти подходящий неодушевленный объект. Если вы против этого метода, пусть ребенок лупит диван.

Полезные идеи по части выражения гнева

Ударить или пнуть какой-нибудь объект, которому это не причинит вреда.
Бить картонную коробку как в карате.
Лупить подушку.
Рвать газету (или пробивать в ней дыры, как в карате).
Ударить диван.
Ударить большую мягкую игрушку или «чучело».
Отлупить боксерскую грушу.
Бросать грязь в дерево.
Бросать подушки в мишень (которая может представлять собой рисунок того, что разозлило ребенка).
Громко шуметь и бегать.
Выбежать из дома и кричать.
Закрыться в ванной и кричать.
Лупить полимерную глину кулаками или деревянным молотком.
Стучать деревяшками.
Разрушать сооружения из кубиков.
Прыгать на пузырчатой упаковке.

Полезная демонстрация

Если рядом есть другие дети, то вид рассерженного ребенка, кромсающего газету или ударами ног разбивающего картонную коробку, обязательно соберет толпу. Это полезный побочный эффект. Наблюдая, другие дети получают урок управления гневом. «Дэнни сердится. Я не могу позволить ему ударить человека, но он может разбить эту коробку». Прекрасный пример для братьев и сестер, соседей и одноклассников, поскольку они в данный момент способны рационально мыслить и усваивать наглядный урок: злиться можно, только необходимо найти безопасный выход для своего гнева.

Довести дело до конца

Выплеснуть гнев – это всего лишь первый шаг. Не останавливайтесь на этом. Помните, что физическая активность помогает снять напряжение, но не устраняет причину проблемы. Переходите к следующему этапу – разрешению проблемы (см. Правило 3: «Детям необходим конфликт»).

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Ты разозлился.
Ты можешь злиться, но бить Мию нельзя.
Людей (мам, братьев), животных, лампы не бьют.
Ты можешь злиться, но бить меня я не позволю.
Я буду держать твои руки, пока ты не прекратишь.
Я не могу позволить тебе бить меня, но ты можешь ударить диван (картонную коробку, подушку, дерево).
Дай выход своей злости: изо всех сил ударь диван.
Ему не больно.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Немедленно успокойся!

Так делать нельзя.

Не дерись!

Мы не лягаемся.

Хорошие девочки не дерутся.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Как и в случае других «неправильных» методов, полезно объяснять свои действия, когда вы находитесь в общественном месте. Скажите: «Я не позволю тебе трогать машину, но, если тебе нужно что-то ударить, можешь ударить вот это дерево». Не всем это понравится. Некоторые посчитают, что вы поощряете насилие, другие будут беспокоиться о дереве. Учитывая громкую и непредсказуемую природу вспышки гнева, сопровождающейся ударами и пинками, лучше как можно скорее уйти с ребенком подальше от других людей.

Правило 6. «Я тебя ненавижу»: ничего личного

«Ты такая плохая! Я не хочу, чтобы ты была моей мамой. Я тебе ненавижу!»

Подобная фраза гарантирует вам шок. Возможно, вы погрузитесь в глубины самоанализа. *Как ты мог сказать такое? После всего, что я для тебя сделала? Что случилось с моим любимым мальшиком и откуда взялось такое чудовище? Я тебя люблю. Я же твоя мать – я дала тебе жизнь!*

Сделайте глубокий вдох и постарайтесь принять ситуацию такой, какая она есть: это вспышка гнева маленького ребенка, который пытается выразить свои чувства. Такие моменты бывают. Это звучит очень эмоционально, но редко бывает правдой. Чувства приходят и уходят.

Причина неправильных правил

Резкие слова означают лишь то, что ребенок в данный момент расстроен. Сосредоточьтесь на его чувствах.

Я помню, как в пятилетнем возрасте кричала матери: «Я тебя ненавижу!» Эти слова пугали меня. Я понимала, что они опасны, и в глубине души осознавала, что это неправда. Я любила маму со всей страстью своего маленького сердца. Но была вне себя и ничего не могла с собой поделать. Я понимала лишь, что ужасно злюсь, и выбирала самые обидные слова, какие только могла придумать. Но, произнеся их, чувствовала себя одинокой и уязвимой – *неужели мама тоже перестанет меня любить?* Сердце у меня замирало, пока не раздавался успокаивающий голос матери: «Я знаю, что ты разозлилась. И я люблю тебя даже тогда, когда ты на меня злишься». Она не отвергала моих слов («Нет, не нужно так говорить! Это неправда!») Думаю, тогда я разозлилась бы еще больше. Но мама была для меня источником силы в те моменты, когда я нуждалась в ней больше всего.

Сохраняйте самообладание, даже когда оно изменяет ребенку. Не стоит всерьез воспринимать обидные слова ребенка. Они лишь отражают силу его эмоций. Помните, что ребенку нужна ваша помощь; он рассчитывает на вас.

Польза неправильных правил

Ваш ребенок усвоит эти уроки детства и будет помнить их всю жизнь:

Я могу совладать с сильными чувствами.

У меня есть выбор. Я знаю, что помогает мне успокоиться.

Хорошо, когда кто-то тебя слушает.

Мои мысли важны. Я могу помочь разрешить мои проблемы.

Родители меня понимают. Иногда я говорю неправильные слова, но родители знают, что я их все равно люблю.

Родители сильные, и на них можно опереться, когда мне трудно.

Почему это работает

«Слово «ненавидеть» в нашем доме запрещено».

Обеспечить выполнение подобного рода правил невозможно. Наверное, вам хотелось бы запретить фразы вроде «я тебя ненавижу», но вы не в состоянии остановить ребенка, особенно когда он себя не контролирует. Детский психолог Хаим Гинотт напоминал: «Сильные чувства не исчезнут оттого, что их запретили». Когда слушатель сочувственно признает негативные чувства, эмоции утрачивают остроту. И наоборот, сталкиваясь с враждебной реакцией взрослых, дети могут чаще использовать резкие слова. Независимо от того, что говорит ребенок, вы должны обращаться непосредственно к чувствам, которые скрываются за словами.

Когда шестилетняя Дженни злилась, она экспериментировала – кричала родителям: «Я тебя ненавижу!» И заметила интересную особенность. Когда она бросала эти дерзкие слова маме, та реагировала странно. Принимала все на свой счет и пыталась остановить дочь. «Нельзя так говорить. Ты же так не думаешь, Дженни. Не нужно так себя вести». Когда Дженни говорила такое отцу, он спокойно отвечал: «Вижу, что ты сердишься, но это резкие слова. Когда ты такое говоришь, люди могут обидеться». Дженни перестала говорить отцу: «Я тебя ненавижу», но продолжала использовать это оружие против матери.

Дети – не взрослые

Не расстраивайтесь из-за грубых слов. Помните, что их произнес маленький ребенок, сосредоточенный на своих проблемах. Даже если ребенок злится на *вас*, тут нет ничего личного. На самом деле это скорее всего означает, что вы хороший родитель и установили необходимую границу. Прислушивайтесь к чувствам, которые стоят за словами. Велика вероятность, что ребенок сердится, расстраивается и ему нужна помощь, чтобы более приемлемым способом выразить свои чувства.

Малыши нуждаются в вашей поддержке, когда сражаются со своими чувствами. Адель Фабер и Элейн Мазлиш, авторы книги «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили», предлагают много приемов, помогающих детям выразить эмоции, но почти всем детям требуется признание их чувств, а не критика, отрицание или совет. Фабер и Мазлиш поддерживают физическое действие (ткнуть кулаком в глину, ударить подушку, отлупить боксерскую грушу), а также методы с использованием карандаша и бумаги, например рисование. Делясь своими чувствами, дети могут от них избавиться. Если вас расстраивают слова «Я тебя ненавижу», можно сказать ребенку, что вы чувствуете, когда слышите такое. Фабер и Мазлиш считают, что важно сохранять спокойствие, и предлагают сказать нечто вроде: «Если тебя что-то злит, скажи мне это по-другому. Тогда, возможно, я смогу тебе помочь».

Помните, что фраза «Я тебя ненавижу» только кажется оскорбительной, но на самом деле ее не нужно принимать на свой счет. Маленький ребенок необыкновенно эгоцентричен; он говорит только о себе.

Оставить худшее для дома

Когда мне было пять лет, я однажды очень удивила воспитательниц детского сада, закатив грандиозный скандал. «Ага, – сказала моя мама, когда забирала меня домой. – Думаю, это значит, что она привыкает к детскому саду».

Вне дома маленькие дети испытывают серьезную эмоциональную нагрузку. Многие дети стараются «держать все в себе» и управлять своими эмоциональными реакциями. Но контролировать эмоции – очень тяжелая работа, особенно для дошкольника. К тому времени, когда он возвращается домой, запасы энергии заканчиваются. Сил контролировать свои эмоции у ребенка уже нет. Например, когда четырехлетняя Джилиан проигрывала в карты, то по возвращении домой начинала размахивать руками и громко вопить. Однако в детском саду подобных сцен она не устраивала. Такие дети, как Джилиан, будут кричать «Я тебя ненавижу!» как раз тем, кого любят больше всего. Дома ее ничто не стесняет, а сил справиться с эмоциями уже не осталось.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Я знаю, что громко кричащий ребенок может вас испугать, но вы должны взглянуть на происходящее шире. Используя правильные инструменты, вы спокойно и уверенно справитесь с такой ситуацией.

Некоторые дети кричат и визжат. Некоторые дерутся. Кто-то предпочитает выражать свои эмоции словами: «Я тебя ненавижу!» Один ребенок может забиться в дальний угол, другой словно цепенеет. Предложите ребенку более эффективные средства избавления от стресса. Независимо от склонностей и темперамента ребенка, существуют способы помочь ему выражать свои чувства, научиться владеть собой и потренироваться в навыках разрешения проблем.

Лучше всего работает сочетание эмоциональных средств. Во время бурной сцены дайте ребенку возможность активно выразить свои чувства. На следующий день, когда он уже успокоится, подкрепите свои идеи с помощью книг, кукол и т. п.

На пике скандала

Методы, лучше всего помогающие на пике скандала, обычно связаны с активными действиями (см. Правило 5: «Разрешите детям драться и лягаться»). Помните, что не следует торопиться и гасить потребность ребенка в физической разрядке. Тем не менее некоторым детям больше подходит тишина или одиночество. Растратив физическую энергию, ребенок готов перейти к более спокойным занятиям.

Нарисовать свои чувства

Некоторые дети любят рисовать то, что чувствуют. Дайте им бумагу и скажите: «Покажи мне, как ты сердисься. Изобрази на бумаге». Можно также нарисовать себя. Помогите ребенку изобразить то, что его разозлило, или тех, о ком он скучает. Повесьте рисунок на стену. Если это объект гнева, скажите ребенку, что он может швырять в него подушками.

Написать о своих чувствах

Возьмите цветные маркеры или карандаши. Найдите лист бумаги. Письмо с описанием того, что в данный момент чувствует ребенок, может многое изменить.

Не бойтесь писать о грубых, сильных чувствах, переживаемых ребенком. Например: «Ребечка так злится, то хочет вопить тысячу миллионов лет, не останавливаясь, даже чтобы поесть». Если ваша дочь кричит: «Мама, я тебя ненавижу!» – не расстраивайтесь, а просто запишите эти слова. Возможно, полезной будет такая формулировка: «Ребечка так злится, что говорит: «Мама, я тебя ненавижу!»

Помните, что, записывая фразу, вы не подтверждаете ее истинность, а просто помогаете ребенку выразить свои чувства и даете ему понять, что вы его слышите. Какими бы уродливыми или неприязненными ни выглядели чувства ребенка, он должен знать, что его любят и готовы выслушать (более подробно см. Правило 7: «Под диктовку малыша»).

Гримасы

Предложите ребенку гримасничать перед зеркалом, выражая свои чувства. Детей завораживают собственные лица, а злое лицо часто выглядит глупым, что может снять напряжение. «Корчить рожи» можно и перед окном. Проиграв в настольную игру, мой сын Майлз часто выскакивает на улицу и пять раз обегает вокруг дома. Каждый раз, пробегая мимо кухни, он корчит рожи перед окном. Изнутри я отвечаю ему тем же. На четвертом или пятом кругу Майлз обычно начинает хихикать. Этот метод хорошо работает, потому что гримасы высвобождают гнев, а не подавляют его. Майлз снова начинает улыбаться, потому что уже не злится.

Счет и дыхание

Числа и ритм могут успокаивать. Если ребенок умеет считать, научите его считать до десяти – несколько раз – в тех случаях, когда он расстроен. Покажите, как прижать ладонь к груди и глубоко дышать. Помогает также йога для детей. Или выход на улицу. Смена обстановки отвлекает ребенка и может действовать успокаивающе.

Бить и ломать

Не забывайте о важности энергичных действий. Бить или швырять подушки, пинать картонные коробки, лупить дерево палкой – все это приемлемые и эффективные действия для детей, обуреваемых сильными чувствами (см. Правило 5: «Разрешите детям драться и лягаться»).

Идеи, как справиться с бурными эмоциями

В кульминационный момент

Предоставить место для энергичных действий.

Ударить что-либо, чему не больно.

Вместе написать письмо.

Нарисовать рисунок.

Гримасничать перед зеркалом или окном.

Считать или глубоко дышать.

Выйти на улицу.

Когда ребенок спокоен

Читать книги о чувствах.

Использовать куклы для изображения эмоций.

Играть в игры типа «стой-иди», обучающие управлять собой.

Беседовать за лепкой.

Попросить ребенка предложить решение.

Составить письменное соглашение.

После того как ребенок успокоится

Для маленьких детей очень важно повторение. Ребенок испытывает те же чувства, что и мы, но не умеет управлять собой, а также за время, прошедшее между вспышками гнева, забывает, как сдерживать свои эмоции. Для развития этого навыка необходимо повторение.

У вас есть много разных средств, чтобы научить ребенка справляться со своими эмоциями, – от игры в красный и зеленый свет до домашнего кукольного спектакля. Выберите время, когда ребенок спокоен и доброжелателен. В тот же день, когда случился эмоциональный срыв, или в любой другой день на той же неделе.

Книги и песни

В вашей библиотеке есть масса превосходных историй, которые расскажут маленьким детям о чувствах. Книги для детей и взрослых можно найти в приложении. Чтение об эмоциях помогает детям распознать свои чувства и принять их, показывает, что их чувства нормальны и свойственны всем людям. В зависимости от книги ребенок также узнает, как допустимо выражать свой гнев и другие эмоции. Совместное чтение книг – это превосходный способ обсудить неприятные темы.

Можно привлечь и музыку. Многие хорошие детские песенки помогают детям понять и принять неприятные эмоции.

Куклы

Вам не обязательно быть артистом кукольного театра. Возьмите плюшевого зверя или куклу и попробуйте. Ваш единственный зритель – это ваш ребенок.

Куклы помогают детям ясно представлять свои эмоции и поведение, поскольку они видят эти эмоции отдельно от себя. Нет ничего плохого в том, что трехлетний Томми видит, как плюшевый мишка злится и переворачивает мусорное ведро, – даже если вчера Томми сам это делал. Когда мишка просит помочь, Томми дает ему полезные советы. «Что еще я могу делать? – громко спрашивает кукла. – Иногда я так злюсь, что мне хочется что-нибудь пнуть!» Воспроизведите событие, например, сегодняшнего дня или сосредоточьтесь на эмоциях, с которой не может справиться ребенок. Привлеките на свою сторону куклу. Просто удивительно, как одинаково дети реагируют на просьбу о помощи своего игрушечного друга. Привыкнув использовать для воспитания куклы, вы обнаружите, что достаете их с целью научить ребенка самым разным вещам – держаться за руку при переходе улицы, аккуратно есть в гостях у бабушки, привыкнуть к новорожденному брату или сестре.

Игры

Такие игры, как «замри» или «красный и зеленый свет», – это увлекательный способ научиться управлять собой. Чтобы справиться с сильными эмоциями, нужно уметь контролировать свои импульсы, и этому навыку можно обучить. Игры с остановками тренируют префронтальную кору мозга, которая играет важную роль в контроле над импульсами. Чем больше дети тренируются останавливать свое тело и сдерживать свои желания, тем легче им справляться с эмоциями.

Игры с остановками обучают контролю над импульсами.

Подойдут любые игры с остановками. Например, «Саймон говорит», когда дети должны выполнять приказы одного участника игры, но только в том случае, если они начинаются с определенной фразы («Саймон говорит»). Можно играть в «замри»: дети танцуют под веселую музыку, пока не прозвучит команда «замри» или музыка не смолкнет.

Посоветуйтесь со специалистом

Моя мать перепробовала все средства, чтобы прекратить мои детские истерики. Однажды, когда я спокойно играла, она спросила *меня*, что мне поможет в таком состоянии. Я ответила: «Обними меня». В следующий раз она так и сделала, и это помогло.

Не бойтесь спросить ребенка о том, что ему поможет. Только спрашивать нужно в тот период, когда ребенок спокоен. Обещайте, что выслушаете его, но не обещайте использовать предложенные идеи (хотя вы можете быть удивлены, как часто эти идеи оказываются полезными). Попробуйте разбить разговор на следующие этапы. 1) «У нас есть проблема» – например, одевание по утрам занимает слишком много времени и раздражает меня. 2) «Что мы можем сделать, чтобы разрешить эту проблему?» 3) «Что ты предлагаешь? А еще? А вот что я думаю». Можно пойти еще дальше и закрепить выработанный план действий в соглашении. Например: «В следующий раз, когда я сильно разозлюсь и начну кричать, мама меня обнимет» (более подробно о соглашениях с детьми см. Правило 7: «Под диктовку малыша»).

Беседа во время лепки

В некоторых случаях легче всего просто поговорить. Когда вы беседуете с ребенком о его поведении и эмоциях, полезно чем-то занять малыша. Например, во время обсуждения деликатной темы пусть играет с синтетической глиной или пластилином. Можно перебрасываться мячом, когда вы говорите о ревности или гневе. Этот прием часто бывает успешным с мальчиками, которым легче выразить себя с помощью движения.

Включите фантазию

Активные дети хорошо реагируют на приемы, использующие бег и крики. Более спокойные дети обычно предпочитают рисовать свои чувства цветными карандашами. Ориентируйтесь на характер ребенка. Средства эмоциональной разрядки могут быть такими же разными, как дети.

Не бойтесь придумывать что-то новое. Ребенок постоянно меняется, и поэтому то, что помогало на прошлой неделе, может оказаться бесполезным на следующей. Пробуйте новые идеи и наблюдайте, какие из них подходят для вашей семьи. Поощряйте тихого ребенка более активно выражать свои чувства. А активному, непоседливому малышу помогите найти приемлемый способ разрядки, не доводя дело до истерики. Придумывайте новое и спрашивайте ребенка, что предлагает он. Иногда лучшие решения исходят от самих детей.

Моделируйте чувства

Есть много способов моделировать эмоции в повседневной жизни. Можно плакать в присутствии ребенка. Скажите ему: «Мне грустно. Я плачу, потому что...» Тренируйтесь видеть за поведением ребенка эмоции, которые вызвали это поведение. Когда он дерется или толкается, спросите его: «Ты чего-то боишься?»

Устройте «уголок злости»

Найдите в доме место, куда может уходить ребенок, когда злится. Там должны быть бобовые пuffs, подушки, боксерская груша, бумага и цветные карандаши, зеркало, перед которым можно кривляться, барабаны, синтетическая глина и т. д.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Я знаю, что ты теперь чувствуешь.

Давай это запишем. Ребенка так разозлилась, что говорит: «Я тебя ненавижу».

Ты сейчас очень на меня злишься.

Покажи, как ты рассержен. Вот здесь, на бумаге.

Когда я чувствую то же самое, вот что мне помогает.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Не смей мне это говорить.

Ты это не серьезно, милый. Я знаю, что ты любишь маму и папу.

Ты не должна это чувствовать.

В нашем доме не говорят «ненавижу».

Плохая девочка! Плохой мальчик!

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Вы не в состоянии управлять ребенком, когда у него случается эмоциональный срыв. Но вот свою реакцию вы можете контролировать. Лучший способ избежать сцены на публике – сразу же признать чувства ребенка. Это не всегда помогает, но, если ваш трехлетний малыш кричит: «Я тебя ненавижу!» – когда пришла пора идти из парка домой, сначала признайте его чувства, а затем установите границу: «Я вижу, ты на меня сердишься. Тебе не хочется бросать игру. Но нам пора домой».

Правило 7. Под диктовку малыша

Вчера мой сын Зак заплакал в машине. Ему вдруг потребовался плед, который остался дома, забытый под диваном. Я пыталась успокоить Зака, не выпуская руль из рук: «Заку грустно... Ты скучаешь по своему пледу... Ты хочешь, чтобы мы принесли плед в машину», но плач не стихал. Мы остановились, и я нашла лист бумаги. «Давай напишем, как ты скучаешь по пледу», – предложила я. Зак перестал плакать. Вот что говорилось в записке:

*Милый плед!
Я по тебе скучаю. Я тебя люблю.
Твой Зак*

Слезы Зака высохли, и он всю дорогу крепко сжимал в руке письмо.

Причина неправильных правил
Записывая слова ребенка, вы признаете его чувства, делаете их реальными. Ребенок видит, что его уважают и понимают.

Когда ребенок злится, грустит или нервничает, письмо может значительно облегчить его страдания. Здесь самое главное – выразить чувства. Плюс сделать их осязаемыми. Малыш может держать в руке записку, смотреть на нее, трогать ее. Возможно, исправить ситуацию у вас не получится, но не следует недооценивать силы перенесенных на бумагу слов. Это значит, что кто-то услышал ребенка, кто-то понял его.

В детском саду трехлетняя Абигайль очень скучала по дому. Воспитательница спросила ее, что нужно написать, и девочка продиктовала письмо:

*Я скучаю по маме, потому что мне страшно одной.
Абигайль*

Абигайль положила письмо в свой шкафчик, после чего стала играть с детьми.

Не волнуйтесь, если ребенок еще не умеет читать и даже не знает букв. Я начала писать письма, когда моим детям было по два года. Они не умели читать, но понимали, какое это действенное средство. Если в доме есть книги и газеты, дети в таком возрасте уже понимают силу слова, перенесенного на бумагу. Письма помогают и малышам, еще не умеющим читать и писать.

Письменный рассказ о своих переживаниях – это еще один способ обозначить эмоцию. Ребенок понимает, что его слушают, его ценят, и зачастую это для него важнее, чем настоять на своем.

Польза неправильных правил
*Письма помогают создавать доверие между вами и ребенком, и важность этого доверия трудно переоценить. Ребенок понимает:
Взрослые знают, что я чувствую.
Мои чувства и мысли важны.
Обо мне не забыли.
На бумаге можно выразить самые глубокие чувства. Написанные слова многое для меня значат.
Когда-нибудь я научусь читать и писать.
Писать – это помогает.*

Почему это работает

Писать письмо вместе с маленькими детьми – мощный инструмент для обуздания сильных эмоций. Это проверенный метод, который выявляет истинные чувства ребенка и помогает преодолеть их.

Письмо способно выразить самые потаенные чувства ребенка. Оно помогает даже детям, не умеющим читать и писать.

Почему это так хорошо работает? Письма суммируют и подтверждают эмоции ребенка. Сам процесс диктовки помогает детям отвлечься от испытываемых чувств: гнева, одиночества, страха.

Письма также делают чувства осязаемыми; ребенок может трогать бумагу, держать ее в руках, зная, что на ней отражены его чувства.

Составление письма – это также превосходный урок обучения грамоте. Подумайте: записка ребенка напрямую связывает его с чтением и письмом, показывает, что *его записанные слова имеют силу*. Исследование, выполненное доктором Стенли Гринспеном, демонстрирует тесную связь эмоций с обучением. Эмоции очень важны для развития символического мышления (буквы, цифры и т. д.). Маленьким детям требуется эмоциональная связь с событиями, чтобы запомнить и осмыслить их. Гринспен утверждает, что развивающийся мозг использует эмоции для формирования символического мышления. Заучивание алфавита лишено эмоциональной окраски – в отличие от письма. Это лучшая основа для последующего обучения грамоте. Дети понимают, что перенесенное на бумагу слово имеет значение. Именно это я называю «значащей грамотностью». Слова не только рассказывают истории – при помощи письма можно выразить самые глубокие чувства. Это очень важный урок для ребенка.

Дети – не взрослые

Зачем писать письмо с ребенком, который не умеет читать и к тому же плачет и топает? Это может выглядеть контрпродуктивным, но попробовать стоит. Дети понимают силу слов и быстро успокаиваются, когда диктуют письмо. Кроме управления эмоциями этот метод представляет собой глубоко личный и исполненный смысла урок грамотности.

Когда писать письмо

Если ребенок разозлился, это видно сразу. Мой муж утверждает, что крики слышны даже за три квартала от нас. Однажды вечером я точно знала, что предстоит скандал. Зак, которому в то время было два года, увлеченно размазывал зеленую акварель по влажному листу бумаги. И прекращать свое занятие не собирался. Но ему пора было спать – в нашем доме строго соблюдается режим. Я уже предупредила Зака, и, кроме того, он явно устал.

Я сказала сыну, чтобы он заканчивал рисовать и надевал пижаму. Он громко запротестовал. Я повторила свое требование и забрала краску. Зак устроил скандал. Когда мне показалось, что ребенок меня услышит, я сказала, не обращая внимания на неутихающий плач: «Ого, как ты сердисься. Зак хочет рисовать. Ты любишь рисовать. Ты не хочешь надевать пижаму. Ты злишься на маму». Потом я увела сына от стола со словами: «Ты, конечно, можешь сердиться, но рисовать мы закончили. Пора спать».

Вспомните, как вы сами были ребенком. Вы не просто злились, но обычно чувствовали беспомощность и отчаяние. Другими словами, вы не верили взрослому. Откуда ребенку знать, позволят ли ему еще заниматься этим интересным делом? Вот почему мне нравится этот «неправильный» метод – совместное письмо.

В тот вечер мы с Заком написали: «Дорогая мама, Зак хочет рисовать завтра». Я написала имя сына, а он поставил под ним свою закорючку. Слезы высохли. Мы несколько раз прочли

письмо, чтобы малыш запомнил его смысл. Потом обсудили, куда его положить. Зак решил прикрепить листок к двери спальни, чтобы он обязательно его увидел. В тот вечер он несколько раз вспоминал о письме – радостно и уверенно. А на следующий день Зак опять рисовал.

Подходящее время для писем

Когда ваш ребенок злится.
Когда ему приходится ждать.
Когда вам нужно отложить нечто такое, чего малыш требует немедленно.
Когда ребенок скучает – по маме, по игрушке, по бабушке.
Когда ребенку больно или он напуган.
Когда ребенок хочет сообщить что-то важное другому ребенку.
Когда вам обоим требуется что-то запомнить.
Когда вы решаете проблему и составляете план.

Писать письма полезно детям любого возраста и темперамента. Некоторые послания серьезные:

Дорогая школа, я тебя ненавижу! Я не хочу сюда ходить. В школе скучно. В школе нет ничего интересного.
Лео

Мамочка! Я очень, очень серджусь! Я хочу играть на улице прямо сейчас! Ты мне не разрешаешь.
С любовью, Джейк

Или рассказывают об одиночестве:

Я хочу домой.
Калев

Мамочка, я по тебе скучаю.
Мило

Мне грустно. Моя мама только что ушла. Я люблю свою маму. Я люблю свою маму. Друзья пришли ко мне на день рождения.
Джесси

Письма могут рассказывать о трудностях:

Дорогая мама, я упал и ударил локоть. Было очень больно. Я плакал.
С любовью, Бэтмен

У меня был плохой день.
Ханна

Или содержат план действий после конфликта:

Я уберу крепость к 8:10 вечера.

Зак получит леденцы после сна.

Я боялся, что мальчик схватил лопатку и совок. Я хочу помочь, если он опять их схватит.
Йен

Завтра Бен первым делом будет играть со своими пожарными.

Все эти письма рассказывают об эмоции и подтверждают мысли и чувства ребенка. Письмо – это способ поделиться.

Подписать соглашение

Джексон не умел сдерживать себя. Рассердившись, он бил других детей. Воспитатели в детском саду не могли ему доверять, и ему приходилось сидеть в помещении. Джексон очень хотел снова играть на улице, и поэтому они вместе с воспитателем составили план и записали его яркими маркерами на листе бумаги:

План Джексона, чтобы он мог играть на улице:

Завтра я не буду драться.

Обещаю: никаких драк.

Если я рассержусь, то отойду.

Если я кого-то ударю, то уйду с улицы.

Я могу играть в кубики или рисовать в безопасном месте.

Позвать на помощь воспитателя.

Через неделю Джексон перестал драться. Он придерживался плана, который помогал составлять, и был искренне заинтересован в успехе.

Заклучите с ребенком соглашение. Если он еще не умеет читать и писать, пусть это вас не останавливает. Вместе запишите желаемое поведение. Если хотите, можно добавить рисунки и символы. Например, план четырехлетнего Дарби гласит: «Никаких драк, даже если я очень злюсь. Когда я злюсь, я скажу любому человеку, что мне не нравится. Скажу себе остановиться. Я буду рвать бумагу вместо того, чтобы бить папу».

Прочтите соглашение вслух. Убедитесь, что ребенок знает, что написано на бумаге. Напишите свое имя, чтобы скрепить соглашение, а затем дайте ребенку ручку, чтобы он тоже поставил свою подпись или любой знак. Не беспокойтесь, как это будет выглядеть; скажите: «Теперь ты напиши свое имя». Маленькие дети видят, как вы пишете. Возможность войти в мир взрослых очень привлекает их, и они серьезно относятся к своей роли. Поместите соглашение на видное место так, чтобы оно было на глазах у ребенка. Например, на стене над детской кроваткой, на холодильнике или рядом с дверью во двор.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Да, признаю. Поначалу это кажется странным – брать ручку и бумагу, когда ребенок заходится криком или горько плачет. У нас нет привычки писать под диктовку двухлетнего ребенка. Но это помогает, причем с детьми разного возраста.

1. Возьмите ручку

Если и вы, и ребенок не привыкли писать о чувствах, обратитесь к стандартным вопросам. Помогите ребенку, сказав ему: «Давай это запишем! Давай напишем письмо о том, что ты чувствуешь. Что мы скажем? Может, так: «Дорогая мама, Ребекка сердится. Она не хочет домой...» Когда ребенок поймет, о чем речь, отдайте инициативу ему. Записывайте все, что он говорит.

2. Пусть ребенок формулирует сам

В точности записывайте слова ребенка. Не обращайте внимания на грамматические ошибки или на несуществующие слова. Суть в том, чтобы ухватить мысли ребенка и превратить их в текст на бумаге.

Не бойтесь слов ребенка. От переноса на бумагу они не становятся истиной. Болезненные чувства изменятся и исчезнут. А у ребенка останется очень важное ощущение, что его выслушали.

Иногда ребенок так расстроен, что не может говорить. В таком случае запишите свои предположения о том, что расстроило ребенка. Если вы ошиблись, малыш, скорее всего, вас поправит. Это уже огромный прогресс – вы вовлечены в диалог и обсуждаете проблему.

3. Прочтите письмо вслух

Произносите вслух каждое предложение, когда его пишете. В конце прочтите все письмо. Это поможет ребенку понять, что слова, которые он произносит, напрямую связаны со словами на бумаге. Детям нравится повторение, и, вполне возможно, ребенок попросит вас прочесть письмо несколько раз. Слыша, как к нему возвращаются его слова – повторяемые точно так же, как он их произнес, – малыш обретает уверенность в себе.

4. Попросите ребенка поставить подпись

К этому моменту большинство детей уже так заинтересовались процессом составления письма, что перестали плакать. Пора еще глубже вовлечь ребенка в этот процесс. Дайте ему ручку. Скажите: «А теперь напиши свое имя. Это твое письмо». Не переживайте из-за того, что получится; важно само действие. Ребенок понимает, что он помогает писать письмо. Пусть рисует свои каракули.

5. Озвучьте ожидания

Прежде чем продиктовать фразу «Я по тебе скучаю», дети должны понять, что само по себе письмо не сделает так, чтобы мама пришла, – просто мама узнает, что они чувствовали. Точно так же перенесенное на бумагу желание не исполнится автоматически. Детям следует знать, что письмо не волшебное, однако оно поможет им выразить свое отчаяние или грусть.

6. Выберите правильного адресата

У меня возникает странное чувство, когда дети адресуют мне гневные письма. Почему весь этот гнев направлен на меня? Я не сделала ничего плохого, и мне хочется, чтобы меня любили. Держите подобные мысли при себе. Беспокоиться нужно не за себя – вы здесь для того, чтобы помочь своим детям справиться с эмоциями. Адресовать письмо нужно именно тому человеку, на которого направлены чувства ребенка. Если ребенок скучает по Нане, писать нужно Нане. Если малыш злится на папу, адресуйте письмо непосредственно папе. Если гнев вызвали вы сами – пишите письмо самому себе.

7. Перечитайте и отправьте готовое письмо

Когда вы закончите, позвольте ребенку самому выбирать, куда положить письмо. Некоторые дети предпочитают вывесить его на двери своей комнаты, на холодильнике или на другом видном месте. Другим нравится опускать письмо в воображаемый почтовый ящик. Кому-то вообще все равно – закончив дело, они теряют к нему интерес. В любом случае не забудьте перечитать письмо вслух, когда оно готово.

8. Принимайте письма спокойно

Если адресат вы, то рассерженное или жалобное письмо может стать для вас шоком. Невозможно представить, что ваш маленький ангел думает такое. Возможно, вы почувствуете себя виноватым в том, что оставили ребенка, или захотите все время быть рядом с ним. Постарайтесь реагировать спокойно. Помните, что такие письма от ребенка – это остановленные мгновения. Подобно фотографиям они отражают чувства маленького человечка *в тот момент*. Перенос чувств на бумагу не делает их истинными, а печаль – вовсе не такое плохое чувство. Печаль свидетельствует о глубокой любви, и это часть человеческой жизни. Воспринимайте письмо как информацию, как время, которое ваш малыш хотел бы разделить с вами. Прочтите письмо и спросите ребенка, хочет ли он поговорить об этом. Вполне возможно, все уже давно прошло.

9. Не используйте высокие технологии

Мы живем в быстро меняющуюся цифровую эпоху, но, когда речь идет о написании писем вместе с детьми, вы должны оставаться верными доброй старой бумаге, цветным карандашам и ручкам. Детям нужно все видеть своими глазами, прикасаться и держать в руках. Кроме того, если отправить текстовое сообщение, ребенок будет ждать ответа. А вы, скорее всего, почувствуете себя виноватым: *О! Мой ребенок плачет и скучает по мне... я должен бежать к нему!* Письмо не предполагает, что вы немедленно броситесь на выручку. Оно лишь выражает эмоции. Письмо поможет вашим детям примириться с печальными сторонами жизни, выразить свою грусть и идти дальше. Используйте простые средства, понятные маленькому ребенку. Дайте ему потрогать письмо, что-нибудь нарисовать на нем, поплакать над ним, положить в «почтовый ящик», а потом заняться другими делами.

10. Доведите дело до конца

Некоторые письма содержат план: «Завтра утром мы снова достанем краски». Если вы о чем-то договорились в письме, слово нужно сдержать. Возможно, вам удобнее проигнорировать обещание («Да, конечно, я сказала, что ему можно будет рисовать, но он опять разведет такую грязь...»), однако очень важно довести дело до конца. Если ребенок забудет, напомните ему и покажите записку. Сдержанные обещания укрепляют доверие и повышают эффективность следующих писем.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Давай это запишем!

Давай напишем письмо о том, что ты чувствуешь.

Ты прямо сейчас хочешь к маме. Давай напишем о твоих чувствах.

Письмо не приведет к тебе маму, но ты расскажешь ей, как тебе плохо без нее.

Что мы напишем в твоём письме?

Может, так: «Дорогая мама, Ханна грустит. Она хочет своего плюшевого мишку».

Может так: «Дорогой папа, Кaleb сердится. Он так разозлился, что ему хочется что-нибудь пнуть».

Вот рисунок твоего заплаканного лица.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Все будет в порядке. А теперь перестань плакать.

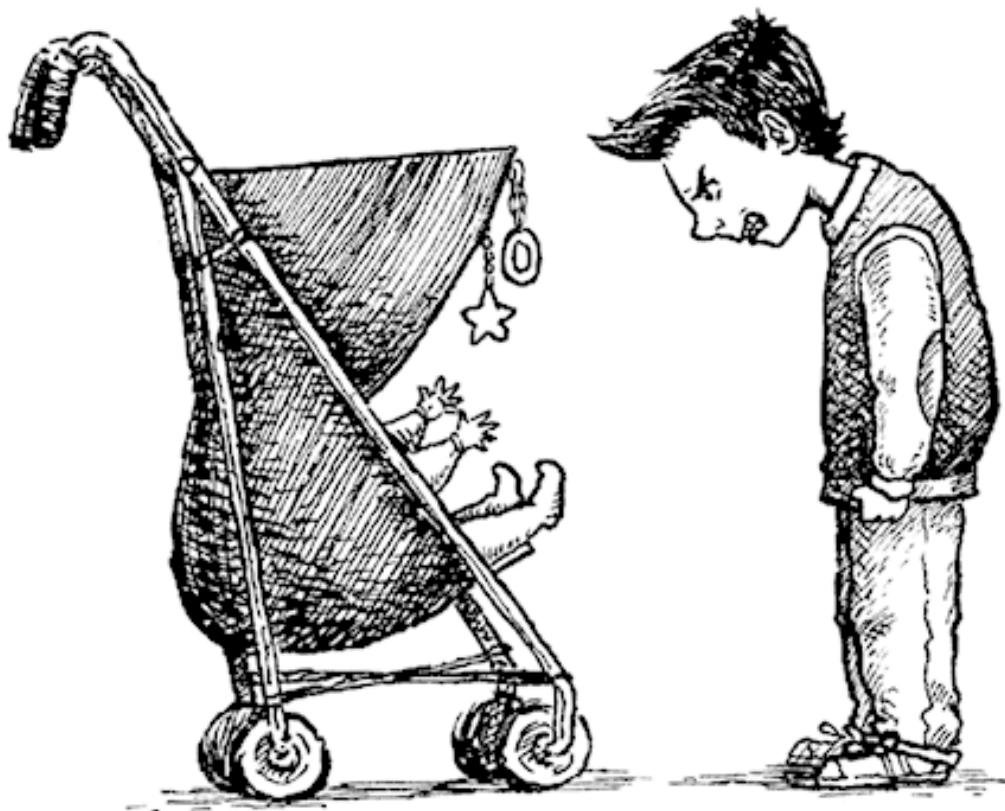
Сегодня никаких слез, даже если ты будешь по мне скучать.

Нет, на самом деле ты так не чувствуешь.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Невозможно сосчитать, сколько раз я на ходу вытаскивала ручку и бумагу. Заранее приготовьте принадлежности для письма. Письма – мой любимый метод предотвращения прилюдных скандалов. Кроме того, это прекрасная возможность поделиться этой «неправильной» идеей с другими родителями.

Правило 8. Не бойтесь: пусть ненавидит младенца!



При появлении еще одного ребенка в семье почти все ожидают ревности со стороны старшего брата или сестры, но в то же время настаивают на минимальном уровне любви. «На самом деле ты любишь свою сестру», – говорим мы.

Когда нам холодно, мы заставляем детей надеть свитер. Когда мы голодны, то часто думаем, что и остальные члены семьи проголодались. Поэтому вполне естественным кажется предположение, что дети испытывают те же эмоции, что и мы.

Джефф, которому два с половиной года, попросил дать ему подержать новорожденного брата. Но через несколько секунд нахмурился и попытался бросить младенца на диван. Вы любите малыша, но не стоит ожидать, что старший ребенок разделяет ваши чувства. У дошкольника есть собственные чувства – непостоянные, но от этого не менее важные.

Причина неправильных правил

Ревность нужно признать. Защитите младенца от физической травмы, но не стоит волноваться из-за бурной реакции старшего брата или сестры.

Джулиус часто проявлял агрессию к маленькой сестренке. В два года он был активным, энергичным ребенком, любившим играть на улице. Новорожденная требовала внимания матери и ей нужно было часто спать, из-за чего Джулиусу приходилось сидеть дома больше обычного. Он толкал Элли, пытался сбросить ее на пол, а также нападал на маму.

Первым делом обеспечьте младенцу физическую безопасность. Остановите старшего ребенка – держите его за руки, а при необходимости сядьте на него верхом. Твердо заявите ему, что он может сердиться сколько угодно, но никому нельзя причинять вред. Активному ребенку

вроде Джулиуса это придется повторить несколько раз: «Людям нельзя причинять вред. Ты можешь сердиться, но трогать малыша я тебе не позволю».

Польза неправильных правил

Когда вы принимаете «чудище с зелеными глазами», то есть ревность, для ребенка это очень важный урок. Он понимает:

Родители все равно меня любят.

Родители понимают, что маленький ребенок в доме – это нелегко.

Мне не нравится младенец, и в этом нет ничего страшного, но причинять ему вред нельзя.

Я могу поделиться своими чувствами, даже теми, которые меня пугают.

Быть честным с родителями безопасно.

Я не должен притворяться.

Передумать – это нормально. Чувства могут меняться.

Почему это работает

Если ваш трехлетний ребенок кричит: «Я ненавижу младенцев! Я хочу, чтобы Элла исчезла, взорвалась, чтобы ее выбросили в мусор!» – скорее всего, он очень зол. Не паникуйте, услышав грубые слова. Ребенок просто выражает переполняющие его чувства. Возможно, младшая сестренка в который раз разрушила башню из кубиков. Возможно, она пускает слюни на его лего или плюнула в его ботинок. Младенцы могут доставлять массу неудобств.

Признайте эмоции ребенка. Покажите ему, что вы понимаете, что он чувствует. Помогите сформулировать и прояснить проблему. Например: «Ты злишься. Ты хотел бы, чтобы она куда-нибудь ушла. Тебе надоело, что она рушит твою башню». Сочувствие способно творить чудеса. Кроме того, вы можете согласиться с сыном: «Маленький ребенок в доме – это нелегко».

Нам очень хочется, чтобы братья и сестры ладили, но мы не должны отмахиваться от враждебных чувств. Конечно, хочется сказать ребенку: «Нет, это неправда. Ты не можешь этого чувствовать!» Но дело в том, что ребенок действительно испытывает эти чувства. Возможно, ему хочется взорвать младенца или выбросить его в мусор. Он посылает вам недвусмысленный сигнал об обиде и гневе. Не возражайте ему. Его чувства настоящие, и больше всего ему нужны понимание и сочувствие.

Психолог Дороти Бриггс утверждает, что ребенок должен «обладать» чувствами и что для него полезно признавать любые чувства, даже самые горькие или неприятные. «Понимание не усугубляет чувств, – напоминает Бриггс. – Оно лишь дает разрешение поделиться ими».

Дети – не взрослые

Особенно трудно принять негативные чувства ребенка тогда, когда они направлены на того, кого мы любим, – другого ребенка в семье. Не торопите любовь. Покажите, что вы любите всех членов семьи, но не ждите, что старший брат или сестра будут испытывать точно такие же чувства. Ваша цель – атмосфера заботы. Помните, что любовь к каждому члену семьи приходит в разное время.

Психолог Хаим Гинотт тоже считал, что не стоит беспокоиться, когда дети слишком сильно злятся на своих братьев и сестер. Гораздо лучше, если ребенок говорит: «Я ненавижу брата!» – чем если он симулирует любовь. Многих детей пугают эти темные, сильные чувства. Ребенок скрывает их, возможно думая: «Если мама узнает, что я на самом деле чувствую, она перестанет меня любить». Адель Фабер и Элейн Мазлиш, авторы книги «Братья и сестры

без соперничества» (Siblings Without Rivalry), черпают немалую часть своих идей из работы Гинотта. Забота о братьях и сестрах, считают они, включает открытое выражение своих чувств.

Ревнивые дети очень ранимы. Им нужна наша поддержка не меньше, чем новорожденному. Самое главное, что необходимо внушить ребенку: ты можешь сколько угодно злиться на брата или сестру, но причинять вред младенцу нельзя.

Физическое нападение

Ревность часто проявляется в виде агрессии. Если ребенок пытается причинить физический вред брату и сестре, ваша реакция должна быть быстрой и жесткой. Вы должны немедленно остановить ребенка – точно так же, как если он дерется или лягается, – и внушить ему, что нападать на людей нельзя. Дайте понять старшему ребенку, что все равно любите его и всегда будете любить. Можно сказать: «Я люблю всех детей в нашей семье. Я люблю тебя даже тогда, когда ты злишься. Я люблю Элли, даже когда она совсем маленькая». Братья и сестры вовсе не обязаны друг другу нравиться или любить друг друга. Большинство любит, но это чувство возникает естественным путем.

Постоянная ревность

Четырехлетняя Молли любила своего младшего братика и считала его милым. Но когда Адам начал ползать, она стала раздражаться – он мешал ей играть. Когда вы приносите новорожденного домой, то обычно беспокоитесь из-за возможного соперничества детей, но рассчитываете, что они привыкнут друг к другу. Однако по мере того как младенец растет, необходимо внимательно следить за потенциальными конфликтами.

Советы родителям: периоды и причины конфликтов между братьями и сестрами

Рождение и появление дома

(внимание к младенцу; родители не высыпаются)

Ползание: возраст от 6 до 10 месяцев

(самостоятельное передвижение позволяет вмешиваться в занятия старших)

Развитие речи: возраст 2 года

(новое соперничество в разговорах)

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Вашему ребенку, который злится и ревнует, требуются ограничения, честность и сочувствие. Принимая нового члена семьи, дети приобретают очень полезные навыки взаимодействия с другими людьми, и эти навыки останутся с ними на всю жизнь. Это первый большой урок толерантности: мне всегда будут встречаться люди, которые мне не нравятся и с которыми я не согласен, но я обязан обращаться с ними уважительно.

Предложить информацию

Дети живут сегодняшним днем, и им почти невозможно представить время, когда маленькая Элла не будет рушить башню из кубиков или засовывать стеклянные шарики себе в рот. Ребенку кажется, что у него *всегда* будет маленькая сестренка или маленький братик.

Подбодрите ребенка, напомните ему, что младенчество не может длиться вечно. Скажите: «Я знаю, что дети вырастают» или «Я знаю, что Элла не всегда будет маленькой». Покажите ребенку фотографии его самого в младенческом возрасте, чтобы он видел, как он сам меняется со временем.

Детям также нужно знать, что их чувства могут меняться. «Это ты чувствуешь *теперь*. Я знаю, что чувства меняются». Или: «Я знаю, что дети иногда меняют свое мнение». Такие

фразы помогают детям понять, что их раздражение и ненависть – это не навсегда. Кроме того, это позволяет ребенку сохранить лицо и избежать неловкости тогда, когда дети подружатся.

«Особое время»

Когда отношения в семье становятся напряженными, очень помогает выделение «особого времени». Это означает двадцать или тридцать минут наедине с одним ребенком – время, когда ваше внимание будет всецело сосредоточено на нем. Скажите: «Это особое время я проведу с тобой, и мы будем делать все, что ты хочешь». Согласитесь с любым предложением ребенка. Отложите телефон и другие гаджеты. Выберите время, когда вы не нужны другим детям. Можно что-то делать вместе, а можно просто смотреть, как ребенок играет. Это «особое время» должно быть регулярным – возможно, не каждый день, но уж точно несколько раз в неделю. «Особое время» может превратиться в привычку вести душевные беседы, которые вы оба будете ценить даже в спокойные периоды.

«Особое время» помогает потому, что ребенок знает, что его очередь обязательно наступит, и ему не нужно бороться за внимание мамы или папы. Ваше полное внимание дает ему чувство уверенности и безопасности. Даже проводя с ребенком целый день, вы неизбежно отвлекаетесь на свои дела. Помните, что вы самый главный человек в жизни ребенка.

Используйте новые методы для старших детей

Мой старший сын, Майлз, сразу же невзлюбил маленького брата. В то время ему было три года. «Мне не нравится Зак, – заявил он. – Лучше бы он вообще не родился». Конечно, мы предполагали, что поначалу возникнет ревность, но неприязнь Майлза длилась два года. Он мог сообщить незнакомому человеку: «Я ненавижу маленьких детей». На День святого Валентина он приклеивал сердечки Зака вверх ногами, объясняя: «Они перевернутые, потому что я его не люблю».

По мере того как ребенок растет, пробуйте новые методы. Старшие братья и сестры могут кричать: «Я ненавижу младенца!» – когда тот еще маленький, но в возрасте одного или двух лет дети уже различают недобрые слова. Говорить они не умеют, но все понимают.

По-прежнему принимайте чувства старшего ребенка. Дайте ему возможность выразить их, но ограничьте форму этого выражения. Например, вы можете сказать: «Элла услышит твои слова и расстроится. Она еще не умеет говорить, но все понимает. Если хочешь говорить именно эти слова, иди в свою комнату и говори их там». Не забывайте принимать чувства ребенка: «Ничего страшного, что ты это чувствуешь, но не говори так в присутствии Эллы. Она может тебя услышать». Помогите старшему ребенку выразить свои чувства не словами, а другими средствами: «Я не позволю тебе говорить такое в присутствии Эллы, но ты можешь нарисовать, что ты чувствуешь».

Разрешайте старшему ребенку выражать свои чувства, в то же время защищая младшего. И не волнуйтесь. Велика вероятность, что старший даже не вспомнит о своих страданиях. Майлз не вспоминает. Теперь они с братом с удовольствием играют вместе и обнимают друг друга на улице.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Понять и посочувствовать

Ты сердишься. Ты бы хотел, чтобы она ушла.

Тебе надоело, что Элла разрушает твою башню.

Я знаю, что ты злишься на Эллу, но я не позволю тебе сделать ей больно. Людям нельзя делать больно.

Маленький ребенок в доме – это нелегко.

Это ты чувствуешь теперь. Я знаю, что чувства меняются.

Я знаю, что дети вырастают.

Когда ты был маленьким, ты тоже ронял еду на пол.

Подрастающие братья и сестры

Элла услышит твои слова и расстроится. Она еще не умеет говорить, но понимает.

Если хочешь говорить эти слова, иди в свою комнату и говори их там.

Ты можешь нарисовать или написать о том, что чувствуешь, но не должен так говорить в присутствии Эллы.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Конечно, ты любишь брата.

На самом деле ты этого не чувствуешь.

Это нехорошо. Я больше не хочу этого слышать.

Почему бы тебе не быть добрее к сестре?

Поцелуй братика.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Когда на вопрос незнакомого человека: «Тебе нравится быть старшим братом?» – ваш ребенок отвечает: «Я ненавижу маленьких детей», дайте ему понять, что можно выражать свои чувства и в присутствии других людей. «Джеймс привыкает к маленькому ребенку в доме. Это бывает трудно». Друзья и знакомые люди могут пытаться завязать разговор со старшим ребенком. Поощряйте их, но не переводите разговор на младенца. Не забывают об интересах старшего: «Джеймс хочет рассказать вам о своем новом корабле из лего».

Часть III. Как делить людей и игрушки

Дружба рождается в тот момент, когда один человек говорит другому: «Как, и ты тоже? А я думал, что я один такой».
К. С. Льюис

Правило 9. Не делиться – это нормально

Вы листаете журнал, и вдруг кто-то отбирает его у вас и начинает читать одну из статей. «Мне нужен журнал, – говорит он. – Вы его уже давно читаете». Неужели вы не разозлитесь?

Взрослые предполагают, что друг будет ждать своей очереди, а не выхватывать журнал из рук. Закончив читать, мы с готовностью отдаем его. Такое же понятие очередности применимо к маленьким детям. Очередь другого ребенка наступает тогда, когда первый «наиграется».

Причина неправильных правил

Принцип «делиться по требованию» прерывает игру, разрушает доверие между ребенком и родителями, учит ложной щедрости. Лучше использовать принцип очереди.

Вот одна из моих любимых сцен с участием детей: трехлетний малыш бежит к другому ребенку и радостно протягивает игрушку. Ту самую, из-за которой дети спорили несколько минут назад. Ту самую, которую этот трехлетний малыш прижимал к груди, не желая с ней расставаться. И вот теперь он отдает игрушку без всякого принуждения со стороны родителей. Все вдруг заулыбались.

Фантазия? Нет, я постоянно такое наблюдаю. Вы обязательно станете свидетелем проявления настоящей щедрости, если будете защищать право своего ребенка играть с игрушкой, пока ему не надоест, укреплять доверие между вами, чтобы ребенок знал, что вы всегда защитите его права, а также учить, чтобы он сообщал другим детям, что он уже наигрался.

На такую щедрость способен практически каждый малыш. А чем ваш хуже?

Польза неправильных правил

Простые уроки очередности научат ребенка позитивным навыкам, которые останутся с ним на всю жизнь:

Давать что-то другому человеку – это приятно.

Правила владения игрушками справедливы.

Я могу их понять.

У меня есть права. Я могу постоять за себя, и взрослые меня поддержат.

Я умею ждать. Я знаю, что моя очередь наступит. Я могу контролировать свои желания.

Я верю, что обо мне вспомнят, когда наступит моя очередь. Они заботятся обо мне.

Взрослые верят, что все, чем я занят, – это важно. Я для них важен.

Я доверяю родителям.

Почему это работает

Вам хочется, чтобы ваш двухлетний малыш умел делиться, но на этом уровне развития он еще не готов. Способность делиться формируется постепенно. Маленького ребенка можно научить отдавать игрушку по требованию, чтобы понравиться взрослому, но специалисты по нравственному развитию детей (например, Уильям Деймон) утверждают, что понятие насто-

ящей, бескорыстной щедрости появляется только в начальных классах школы. Дети младше пяти лет иногда тоже делятся, но чаще пытаются получить желаемое.

С другой стороны, обучение навыкам отложенного вознаграждения принесет ребенку пользу. Контроль над своими побуждениями (подождать, пока игрушка освободится, а не хватать ее) – это важная составляющая развития мозга, которая может быть усилена практикой. Способность сдерживать себя относится к так называемой «целенаправленной деятельности». Нейробиолог Адель Даймонд в своем исследовании целенаправленной деятельности маленьких детей (контроль над побуждениями, память, способность к адаптации, решение проблем, логическое мышление и другие навыки) показала связь целенаправленной деятельности с будущими успехами в учебе.

Маленькие дети не готовы делиться. Но готовы делать что-то поочередно.

Специалисты, изучающие развитие детей (например, Дороти Бриггс, автор книги «Чувство собственного достоинства у ребенка» (Your Child's Self-Esteem) утверждают, что маленьким детям требуется опыт «владения», прежде чем они научатся делиться. В данном случае владение – не юридический термин. Он может относиться к палке или шишке, найденной в парке. Для ребенка владение означает контроль над объектом. Это значит, что ребенок использует его и распоряжается им. Он сохраняет объект у себя и решает, кто может до него дотронуться. Специалист в области детского развития Эда Лешан пишет: «Обучение детей щедрости начинается с того, что вы позволяете им быть эгоистами».

Дети – не взрослые

Не отдавать игрушку по первому требованию – это не признак эгоизма; ваш ребенок просто занят. Защитите право ребенка на игру и научите его говорить: «Я еще не закончил». Прерывая игру и тут же вознаграждая другого ребенка, вы не приносите пользы обоим детям. Ожидание своей очереди – это важный урок отложенного удовлетворения. Маленькие дети еще не готовы делиться, но уже готовы делать что-то поочередно. Очередность помогает ребенку обрести уверенность в себе, учит вежливости, вниманию к другим и спонтанной щедрости.

Исследования, посвященные развитию ребенка (Нэнси Эйзенберг и других специалистов), показывают, что призывы взрослых делиться почти не влияют на поведение детей. Более того, настоящая щедрость у детей, которых заставляют делиться, развивается позже. Дети часто хитрят, делятся с другими только для того, чтобы понравиться взрослому, и никогда не проявляют щедрости, если взрослые не смотрят. Тем не менее настоящую щедрость можно воспитать. Удовольствие от щедрости отчасти объясняется тем, что мозг вырабатывает нейротрансмиттеры, которые усиливают «цепи вознаграждения» в мозгу ребенка.

Культурные представления о «приличиях»

Мы ждем от маленьких детей, что они будут делиться игрушками. Хотим, чтобы они были «хорошими». Но взгляды взрослого на необходимость делиться нарушают права ребенка на игру и учат совсем не тому, что нужно.

Вот типичный пример:

Макс играет с грузовиком. Подходит Хейден и пытается взять игрушку. Мальчикам по три года.

Макс. Эй, он мой!

Хейден. Мне он нужен!

Макс. Я первый взял! Я с ним играю!

Хейден (*с плачем*). Он не делится.

Мама Макса. Макс, будь хорошим мальчиком. Помни, что все должны делиться. Хейден еще не играл с грузовиком. Если ты не можешь делиться игрушками, мне придется забрать грузовик.

Хейден получает грузовик. Макс плачет и дуется.

Типичная картинка из жизни дошколят – двое детей, дерущихся за игрушку. «Она моя!» – «А мне нужно!» – «Я первый взял!» В таких случаях мы ждем от детей, чтобы они поступили так же, как мы: смирились и отдали игрушку агрессору.

Более того, мы зачастую ругаем *своего* ребенка и давим на него: «Будь хорошим мальчиком, отдай. Пусть теперь Хейден поиграет». Нам неприятно, когда наш ребенок не делится. И мы хотим, чтобы он отдал игрушку немедленно, *по первому требованию*.

Очень легко пожертвовать своими детьми ради других. Всем хочется, чтобы их детей любили. Мы пытаемся научить их добру и щедрости. Однако очень часто щедрость по принуждению или по требованию приводит к противоположному результату. И вот почему.

Макс усваивает следующие уроки:

Люди получают то, что им нужно, при помощи силы.

В ситуации социального взаимодействия я не могу рассчитывать, что мама меня защитит.

Мама больше любит чужого ребенка.

Моя игра несущественна.

Делиться – значит отдавать то, что мне нравится.

Когда я делюсь, то расстраиваюсь и злюсь.

Я не буду делиться, если не должен.

Принуждение к тому, чтобы делиться, наносит вред обоим детям. Чему научится Хейден?

Хейден тоже кое-чему учится:

Я получаю желаемое при помощи силы и плача.

Мне дадут то, что я потребую.

Мои сиюминутные желания важнее прав и чувств других людей.

Громкость, быстрота и настойчивость утомляют других людей.

Взрослые станут на мою сторону, если я буду использовать слово «делиться».

Мне нужны взрослые, чтобы получить то, что я хочу.

В данном случае важнее было защитить право Макса на непрерываемую игру. Пусть грузовик останется у Макса. Он занят, и его игра важна. Не имеет значения, если игрушка у него уже давно, а Хейдену приходится ждать. Лучше научить ребенка откладывать удовольствие, чем уступать его требованиям. Главное в очередности – ею должен управлять сам ребенок. Его время заканчивается, когда он наигрался с игрушкой.

Необходимость делиться может ставить взрослых в тупик, поскольку мы смешиваем право собственности («Это мое!») с правом ребенка на игру (ребенок занят). Путаница усугубляется тем, что американская культура придает большое значение частной собственности и вопросу, что кому «принадлежит». Но очередность не имеет никакого отношения к собственности. Речь идет о социальной осведомленности и о защите драгоценного времени игры.

Делиться едой. Играть с игрушками по очереди.

Представьте такую ситуацию. Что, если кто-то обратится к вам: «Эй, можно взять вашу машину? Могу я воспользоваться вашим кошельком?» Чтобы разрешить человеку взять нашу машину, мы должны ему доверять. И у нас есть личные вещи: кошелек или бумажник – у взрослого, плед или любимая игрушка – у ребенка. Делиться или не делиться – это социальный выбор. Настоящая щедрость основана на доверии и пронизана радостью дающего.

Взрослые:

Не делятся с теми, кому не доверяют.

Не делятся личными или ценными вещами.

Не делятся тем, чем еще пользуются.

Нарушая эти правила, мы испытываем неприятные чувства. Нам не нравится принуждение, и мы беспокоимся. В таких случаях наш единственный мотив – угодить. В то же время мы требуем от детей с их неразвитыми социальными навыками, чтобы они делились по первому требованию. «В нашем обществе поощряется готовность делиться, – говорит Йен Уотерс из Школы для маленьких детей. – Но принуждать делиться в дошкольном возрасте бесполезно».

Закончить игру

На окончание игры может потребоваться несколько секунд или несколько часов. Главное – решение должен принимать сам ребенок. Игра заканчивается только тогда, когда ребенок решит, что она закончена. Не смотрите на часы. Маленькие дети не понимают, что такое время. Фраза «Еще пять минут, а потом отдаем куклу Кэти» ставит детей в тупик и мешает игре. Когда ребенок играет с игрушкой, пока ему не надоест, он добровольно отдает ее другому малышу, ждущему своей очереди.

Конечно, игру приходится прерывать несколько раз в день – по необходимости, например ради еды или прогулки. Иногда ждать, пока ребенок закончит игру, просто нереально (как действовать в такой ситуации, см. Правило 10: «Пусть эта жадинка играет с игрушкой хоть целый день!»). Тем ценнее становится время, когда игру ребенка не прерывают. Не уверены, закончил ли ребенок? Спросите у него.

Вот как можно устанавливать очередность. Этот пример демонстрирует, как взрослый помогает маленьким детям освоить данный метод.

Джоуи и Дэнни хотят играть с одним и тем же самолетиком. Джоуи взял игрушку первым. Дэнни хватается самолет.

Джоуи. Эй!

Мама. Дэнни, я вижу, что самолетик теперь у Джоуи. Он с ним играет. Я не могу позволить, чтобы ты вырывал самолетик у него из рук. Ты отдашь или тебе помочь? (*Мама возвращает игрушку Джоуи.*) Давай спросим, закончил Джоуи или нет. Джоуи, ты закончил играть с самолетиком?

Джоуи. Нет.

Мама. Ты скажешь Дэнни, когда закончишь?

Джоуи кивает. Дэнни плачет и тянется к игрушке.

Ты расстраиваешься. Тебе хочется прямо сейчас. Ждать трудно.

Мама уводит Дэнни и обнимает его.

Взрослому человеку для того, чтобы с кем-то делиться, нужны доверие, дружба и щедрость. Все это приходит постепенно. Для детей делиться – это вопрос владения и контроля. Маленький ребенок лучше усвоит урок доверия и щедрости тогда, когда ему позволят оставить у себя объект до тех пор, пока он ему нужен.

Навыки прямого общения

Очередность в детской игре позволяет усвоить важные жизненные уроки. Она вынуждает детей напрямую общаться с друг другом. Сообщить о разногласиях со сверстником – это важный шаг в социализации ребенка, а если точнее, то человека любого возраста. Кто из нас, родителей, имеет мужество напрямую сообщить о своих потребностях? Уильям Юри, соавтор книги «Переговоры без поражения» (Getting to Yes) и автор «Сила позитивного «нет» (The Power of a Positive No), советует взрослым отказывать не обижая и устанавливать границы для других людей. Дошкольник тоже может этому научиться. Полезная привычка к позитивной уверенности существенно облегчит ему жизнь.

Это помогает взглянуть на ребенка, который не желает делиться, под другим углом: если ребенок протестует, когда его просят отдать игрушку, – это нормальная, здоровая реакция. Она свидетельствует, что малыш занят и что он не уступает грубой силе. Вот пример четырехлетнего ребенка, который может защитить себя и отстоять свое право на игру. Второй ребенок четырех лет, не получив желаемого, также демонстрирует эмоциональную зрелость.

Четырехлетняя Тесс играет с фонариком. Эйден хватается за него.

Тесс. Стой! Не бери мой лазер!

Эйден. Мне он нужен!

Тесс. Я еще не закончила.

Эйден. Ну и что! Мне тоже нужен лазер! (*Отдает его.*)

Тесс. Ты же знаешь, что у нас очередь. Я не хочу, чтобы ты его крала.

Эйден (*смотрит на список и добавляет свое имя после Сары*). Я буду ждать очереди.

Пять минут спустя Тесс откладывает фонарик.

Тесс. Я закончила!

Эйден. Чья очередь? (*Передает фонарик Саре.*)

Моя подруга считала, что я выдумала эту сценку. «Слишком легко все получилось», – возражала она. Тесс и Эйден – реальные девочки. Им всего четыре года. Они без труда разрешили этот конфликт потому, что чувствовали себя в безопасности и уже сталкивались со справедливой системой очередности. Эту систему можно использовать и в семье.

Все не так сложно. Одна семья из Массачусетса освоила неправильное правило очередности всего за два дня. «Мои дети двух и четырех лет теперь используют очередь. Мне очень помогло, что я позволила каждому играть столько, сколько ему хочется, – рассказывала мама. – Какое облегчение – я больше не слежу за временем и не уговариваю делиться игрушками!»

Преимущество неправильного дележа

Отказ от чего-то доставляет удовольствие, а настоящая щедрость ассоциируется с радостью.

Игра не прерывается. Обучение идет естественным образом.

Справедливый и понятный принцип.

Меньше нагрузка на родителей.

Дети учатся устанавливать границы для других детей.

Дети учатся понимать идеи и желания других.

Полезный урок вежливости (сказать другому когда ты закончил игру).

Прямое общение между сверстниками.

Отложенное удовлетворение и контроль над побуждениями.

Опыт владения и власти.

Знакомство с понятием последовательности (твоя очередь, потом его очередь, потом моя).

Опыт сдерживания сильных эмоций (ждать тяжело).

Независимость – способность справляться с конфликтными ситуациями без взрослых.

Никаких ограничений на окончание игры

Иногда необходимо закончить игру, когда ребенок еще не готов. Признайте это, остановите игру и по возможности найдите способ возобновить ее позже. Более подробно о продолжении игры и о том, как в разных обстоятельствах реагировать на долгую игру, см. Правило 10: «Пусть эта жадина играет с игрушкой хоть целый день!»

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Очередность – очень эффективный метод. Маленькие дети могут его использовать, и они быстро схватывают его суть. «Сегодня утром я попробовала не прерывать долгую игру, – написала мне одна мать из Висконсина. – Кэмерону [шесть лет] очень понравилось, и он с удовольствием отдавал игрушку, как вы и говорили». Соблюдение очередности – это справедливо; кроме того, дети учатся независимости, а в *вашей* жизни уменьшается уровень стресса. Когда ребенок отдает игрушку следующему в очереди, он ощущает радость истинной щедрости. Это приятное чувство, и малышу захочется испытывать его снова и снова – независимо от того, смотрят родители или нет.

Информация и поддержка

Не забывайте, что маленькие дети знают очень мало. Они – сгусток эмоций без опыта, и поэтому их требуется поддержать, сообщив главную информацию. Ребенок, кричащий: «Это мое!» – может быть напуган. Неужели он больше не увидит игрушку? Неужели другой ребенок унесет ее домой? Успокойте малыша: «Бренна просто поиграет. Она не будет брать его домой. Этот медведь живет у нас».

Обнимите ребенка – это успокоит его (и снимет физическое напряжение). Можно, например, сказать: «Я буду обнимать тебя, пока ты ждешь» – и посочувствовать горю ребенка. Детям *действительно* трудно ждать. Ваше присутствие поможет малышу вытерпеть период ожидания; он будет знать, что его понимают. Помогите ребенку решить, чем заняться во время ожидания, или предложите одно из его любимых занятий.

Записка

Желание, перенесенное на бумагу, становится осязаемым – и о нем никто не забудет. Записка помогает в тех случаях, когда своей очереди ждет один ребенок. Например, Сэм хочет взять автокран, когда Зик закончит игру. Спросите ребенка, что написать. Например: «Алексис очень, очень, очень хочет плюшевого льва». Помогите ребенку понять решение проблемы: «Алексис может играть с плюшевым львом, когда Люси закончит».

Список очередности

Составьте список очередности, если игрушка нужна нескольким детям. Списки очередности нравятся даже двухлетним малышам. Они делают их потребность реальной. Маленькие дети хуже воспринимают такие слова, как «ты следующий». Возьмите яркий маркер и напишите их имена. Внезапно желание становится осязаемым. Дети могут видеть бумагу, могут потрогать ее. И начинают понимать последовательность действий. «Давай посмотрим на список очередности. Я впишу туда твое имя. Смотри, вот оно. Ты будешь после Дэнни».

Очередь на качели

1. Хейден

2. Флория

3. Дэнни
4. Джек
5. Нат

Дайте детям еще один шанс

Сдерживать желание схватить игрушку – это трудная работа для маленького ребенка. Иногда они не справляются. В таких случаях не надо сердиться или удивляться («Ты же знаешь, что нельзя отбирать игрушки!»). Просто еще раз напомните ему о границах и дайте еще один шанс. Нет никакой нужды немедленно наказывать детей, но, возможно, малыша придется временно увести. Ребенок должен знать, что он может вернуться и предпринять еще одну попытку – когда он будет готов. «Ты можешь вернуться в игровую комнату, когда пообещаешь, что больше не будешь отбирать поезд. Ты будешь отбирать поезд у Келси?» Как только ребенок пообещает не отбирать игрушки, дайте ему возможность сдержать слово.

Отделите общее пространство от личного

Делиться можно не только предметами. Очередность может устанавливаться также на место. Это мебель, горка или песочница. Определите, какие места в вашем доме общие, а какие могут быть личным пространством. Например: «Диван принадлежит всем. Если ты не хочешь сидеть рядом с Софи, уходи. На своей кровати можешь сидеть один». Вне дома вы можете объявить, что песочница общая, но вершина горки может надолго стать «собственностью» одного ребенка. Проведите четкое разграничение между общим и личным пространством.

Очередь на общую собственность

Четырехлетний Эли решил, что больше не будет дружить с Ханной. Поначалу дети вместе собирали головоломку, но затем Эли захотел играть один. Ее мать расстроилась вдвойне – Эли не только отбирал игру, но проявлял враждебность к Ханне.

В данном случае также применимо правило «окончания игры». Когда двое детей играют вместе – будь то головоломка, настольная игра или пластилин, – неизбежно наступает момент, когда одному из них надоедает первому. Поскольку дети играют вместе, они оба должны закончить игру, прежде чем один из них заберет игрушку. Мама Эли может сказать: «Я вижу, что Ханна играет с головоломкой. Она еще не закончила. Возможно, тебе надоело, но я не могу разрешить тебе забрать у нее все детали».

Совместная игра – это здорово, но она не всегда бывает простой. Ребенок может переживать, что кто-то другой берет его игрушки, или так волнуется, что утрачивает самоконтроль. Заранее спрячьте его самые любимые игрушки. Конфликты – это естественно, и дети должны учиться дружить (см. Правило 11: «Здесь не все друзья»).

Примите «излишества»

Дети часто хотят больше, чем мы считаем достаточным. Больше песка. Больше динозавров.

Двухлетний Брендон нашел коробку с шейными платками и повесил их все на себя. Майлз увидел, как весело Брендону, и тоже захотел шейный платок. Вот что случилось дальше: Папа Брендона. Дай один Майлзу. Нужно делиться.

Брендон, защищаясь, прижимает к себе платки.

Ну же, Брендон. У тебя их много. Может, дашь один Майлзу?

Для папы восемь шейных платков было явным излишеством. Почему бы не отдать один брату? Взрослым такая мысль кажется вполне разумной. Но Брендону только два года, и он еще не готов к совместным играм. Для него восемь шейных платков – ровно столько, сколько

нужно, потому что именно такое количество у него есть в данный момент. Защита права Брендона на игру означает, что нужно позволить ему оставить все платки себе.

Отвлечь и предложить несколько предметов

Понять идею очереди способен даже двухлетний ребенок, но у вас просто не хватит сил в течение дня ежесекундно напоминать детям о таких сложных вещах, как эмоции или благородство. Во время групповых занятий (в классе или в игровой комнате) полезно иметь по два экземпляра популярных игрушек – особенно для маленьких детей. На пляж берите несколько совочков. Отвлеките ребенка и займитесь чем-то еще. У вас будет еще много возможностей попрактиковаться.

Вред принципа делиться по первому требованию

Расставаться с чем-либо всегда неприятно.

Из-за желания другого ребенка прерывается важная игра.

Правила распоряжения игрушкой произвольны и непонятны.

Делиться нужно ради того, чтобы угодить взрослым; само по себе это не имеет ценности.

Настоящая щедрость может формироваться медленнее.

Дети не могут верить взрослым, особенно в ситуациях с участием посторонних.

Щедрость по первому требованию предполагает постоянный родительский контроль.

Дети также усваивают следующие негативные уроки:

Не делись, если взрослые не смотрят.

Использование слова «делиться» позволяет получить желаемое. («Ты должен делиться. Обязательно! Мама! Джек не делится!»)

Прибежать к взрослому и показать свою беспомощность – эффективный способ разрешения проблем. («Он уже давно играет (*рыдание*). Он мне никогда не даст».)

Отступить и позволять командовать собой – это нормально.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Защитить игру

Я вижу, что игрушка у Брендды. Похоже, она еще играет.

Я вижу, что Карли держит игрушку. Я не позволю тебе вырывать ее из рук.

Теперь ее очередь. Когда она закончит, наступит твоя очередь.

Можешь играть, пока не надоест.

Ты закончил? Она еще нет.

Ты спросил, закончила ли она? Нужно спросить.

Хочешь играть с ним или продолжишь играть один?

Тебе не понравилось, что он схватил игрушку? Скажи, чтобы он отдал!

Вежливость

Ты скажешь Джимми, когда закончишь?

Я скажу тебе, когда он закончит. Я тебя найду.

Сэм, я вижу, что ты закончил. Разыщи Джимми. Помнишь, он ждет.

Утешить ребенка, который ждет

Да, ждать так трудно!

Ты так сердисься. Ты очень хочешь прямо сейчас играть с этим грузовиком.

Тебе хочется, чтобы он закончил.

Я помогу тебе ждать. Давай я тебя обниму.

О черт! Ты хотел играть с теми кубиками, а потом ушел. Теперь с ними играет кто-то другой.

Давай составим список очередности. Твое имя будет первым.

Скажи ему, что ты устал ждать.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Будь умницей и поделись.

Мы делимся с друзьями. Твой друг хочет эту игрушку.

Вы можете играть вместе.

Ты уже давно играешь. Отдай ее Гэвину.

Тебе столько не нужно. Отдай одну Бетси.

Еще пять минут, и его очередь.

Я засеку время.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Возможно, вам неловко на людях позволять ребенку долго играть с игрушкой, которая нужна другим детям. Некоторых родителей это злит. Но вы не обязаны угождать всем взрослым. Есть люди, которые воспримут в штыки любые ваши действия. Для вас самое главное – защитить ребенка. Не предавать его.

Позволяя ребенку долго играть с игрушкой, которую ждут другие, вы преподаете ему важный урок. Вчера на спортивной площадке мой сын Зак отказался отдать куклу другому ребенку. Я громко сказала, успокаивая мальчиков: «Зак еще не закончил. Тебе дать куклу, когда он наиграется? Зак, ты дашь этому мальчику куклу, когда она тебе будет не нужна?»

Мать мальчика ничего не сказала, но отвела сына подальше. Зак играл с куклой еще десять минут. Затем без всякого напоминания побежал через всю площадку, нашел того мальчика, протянул ему куклу и с улыбкой сказал: «Вот, возьми! Вот, возьми!»

Мальчик улыбнулся и взял куклу. А мать мальчика? Она была потрясена. Ее лицо отражало неподдельное изумление. В силу управляемой детьми очередности сложно поверить, пока вы не увидите ее в действии.

Правило 10. Пусть эта жадина играет с игрушкой хоть целый день!

Когда моему сыну Майзу было четыре года, он научился самостоятельно качаться на качелях. Радуюсь новому умению, он мог качаться несколько часов подряд. Он качался так долго, что на ладонях появились волдыри и пришлось защищать его руки бинтами и перчатками. Но Майлз продолжал качаться. Туда-сюда, туда-сюда. Вверх-вниз, вверх-вниз.

Трехлетний Том в детском саду каждый день играл с водой за специальным столиком. Все утро. Неделю за неделей. «Почему бы тебе не заняться чем-то еще?» – беспокоилась мать. Другие дети рисовали, катались на велосипеде, играли с пластилином или наблюдали за муравьями во дворе. Том не отходил от воды.

Родители часто бывают недовольны, когда дети хотят долго играть во что-либо. Повторение нас утомляет. Чувство справедливости подсказывает нам, что нужно прервать их игру (Дженни ждет!). Мы волнуемся, все ли в порядке с нашим ребенком. Нормально ли это – все время заниматься одним и тем же? Но маленьким детям требуется повторение, безопасность и комфорт. Долгие занятия чем-либо одним помогают ребенку полностью удовлетворить острый интерес или почувствовать себя в безопасности, не выходя из зоны комфорта. Дети, знающие, что их не прервут, доверяющие взрослым и чувствующие себя в безопасности, расслабляются и обычно быстрее оставляют понравившееся занятие.

Причина неправильных правил

Долгие занятия дают детям время удовлетворить свои потребности.

Доверяйте ребенку.

Если вы защищаете право своего ребенка на непрерываемую игру (см. Правило 1: «Не лишайте ребенка игры» и Правило 9: «Не делиться – это нормально») и используете принцип очередности, будьте готовы к очень долгим периодам одного и того же занятия. Такой период может продолжаться десять минут, а может все утро. Или целый день. Предоставьте ребенку самому решать, когда заканчивать игру, – даже если он будет играть до ночи. Скорее всего, ребенок удовлетворяет свою потребность. Определенная игрушка или определенное занятие – именно то, что ребенку нужно в данный момент. Следует уважать мнение ребенка, сколько бы времени он ни посвящал тому или иному занятию.

Польза неправильных правил

Доверяйте детям, когда речь идет о долгих периодах игры. Ребенок усваивает следующие уроки:

Я могу делать то, что мне нужно.

Мои интересы ценят.

Я могу чувствовать себя в безопасности в ситуациях с участием посторонних.

Я полностью доверяю окружающим меня людям.

Мои действия влияют на других людей (мой друг сердится, что ему приходится ждать).

Тренировка и настойчивость помогают овладеть новым навыком.

Почему это работает

Дети могут захватывать игрушку или место по разным причинам. Маленькие дети обучаются с помощью повторения. Раз за разом пытаясь что-либо сделать, они тем самым удовлетворяют свою глубокую потребность. Определенные движения полезны детям, которые отличаются повышенной сенсорной чувствительностью. Практика нового навыка – это весьма распространенная причина долгой игры с одним предметом. Малыши постоянно учатся чему-

то новому: ездить на трехколесном велосипеде, подбрасывать мяч, петь новую песенку или строить пирамиду из кубиков.



Иногда долгая игра с одним предметом указывает на то, что ребенок не чувствует себя в безопасности. Малыш может не отдавать мяч, потому что боится, что его унесут другие дети. Надолго оставляя мяч у себя, ребенок обретает чувство безопасности. Другим детям нужен контроль. Ребенок, который крепко прижимает к себе игрушку, чтобы с ней не играли другие, может заявить: «Я никогда не закончу!» Потребность в контроле очень важна, считает директор Школы для маленьких детей Стефани Ротмайер. Это стремление к контролю и власти может служить сигналом, что ребенку нужны дополнительные возможности почувствовать, что он управляет своей жизнью (см. Правило 16: «Дайте детям власть»).

Дети – не взрослые

Доверяйте играющему ребенку. Причина того, что он долго занят одним делом, может быть неочевидной, но так удовлетворяется его внутренняя потребность. Долгая игра – это главная часть принципа управляемой детьми очередности. Защитите право ребенка на игру, даже если вы сочувствуете тому малышу, которому приходится ждать. Зачастую дети, чувствующие себя в безопасности, быстрее заканчивают игру. Во то время, которое предназначено для игры, позвольте ребенку самому решать, наигрался он или нет.

Придумывая себе игру, ребенок обычно удовлетворяет свою внутреннюю потребность. Иногда ему для этого нужно качаться на качелях или деревянной лошадке. Или завернуться в

одеяло. Или снова и снова тренировать какой-то навык. «При сенсорном изучении мира можно испытывать удовольствие от тех или иных чувств, – говорит Деб Бейлью, старший воспитатель Школы для маленьких детей. – У ребенка, все утро не слезающего с качелей, есть потребность, которая удовлетворяется этим занятием. Иногда радость приносит просто движение».

В других случаях ребенок не хочет расставаться с каким-то местом – скажем, песочницей или качелями, – потому что оно служит ему безопасным наблюдательным пунктом. По мнению социолога Милдред Партен, которая изучала свободную игру детей, одна из стадий такой игры – это «наблюдатель», когда ребенок наблюдает за игрой, но не участвует в ней. Детям нужно какое-то время, чтобы почувствовать себя в безопасности, прежде чем они начнут взаимодействовать со сверстниками. Ребенок может быть растерян или ему просто нужно постоять в сторонке и понаблюдать и только потом присоединиться к общей игре (более подробно о стадиях игры см. Правило 11: «Здесь не все друзья»).

Дети, которых принуждают делиться по первому требованию, обычно забирают себе игрушку и дольше играют с ней, впервые получив возможность сохранить у себя предмет столько, сколько им хочется. Это логично. Они просто не доверяют системе. В любой момент у них могут отобрать столь желанный мяч или солдатику. Реакция такого ребенка – очень долгая игра. Он старается как можно дольше не отдавать игрушку.

Со временем эти дети меняются. Напряжение спадает. Когда дети по-настоящему верят, что вы всегда защитите их право на продолжение игры, и не сомневаются, что могут оставить у себя игрушку столько, сколько хотят, они обычно перестают жадничать. Они чувствуют себя в безопасности, и им не нужна игрушка, чтобы это доказать.

Причины долгой игры с одним предметом

Тренировка новых навыков.

Безопасность владения.

Острый интерес.

Возможность контроля.

Удовлетворение потребности (например, ощущения движения на качелях).

Возможность побыть наблюдателем.

Редкая возможность играть с предметом столько, сколько захочется.

Как себя вести, когда ребенок долго играет с одним предметом

Родителям особенно трудно примириться, когда ребенок долго играет с каким-то предметом, а в это время своей очереди ждет другой малыш. Мы инстинктивно стремимся понаравиться, хотим социального согласия, но долгая игра – это неотъемлемая часть права ребенка на игру, а также управляемой детьми очередности. Вот что обычно происходит, когда взрослый пытается установить временные рамки.

Трехлетний Натан с удовольствием качается на качелях. Джефф, которому шесть лет, ждет своей очереди

Джефф. Можно мне на качели?

Бабушка. Конечно, он уже долго качается.

Натан плачет и цепляется за качели. Бабушка стаскивает его.

Ты должен уметь делиться!

Этот раздел посвящен долгому ожиданию своей очереди – дома, в классе или в общественном месте, не очень многолюдном. Вы живете в Нью-Йорке? Или в Чикаго? Если слишком долгое ожидание неприятно (на игровой площадке в большом городе или в переполненном научном музее), прочтите советы из рубрики «Реакция окружающих».

Разумеется, когда один ребенок долго не расстается с каким-то предметом, другие дети устают ждать. Необходимо защитить право ребенка играть столько, сколько ему нужно, и в то же время помочь тем, кто ждет, выразить свое недовольство.

Люси. Зоя все еще катается на синем велосипеде!

Мама. Скажи ей, что тебе надоело ждать! Можешь сказать, что ждешь все утро и что ты очень злишься.

Зоя поймет, что ее действия отражаются на других людях. Люси сердится, когда ей приходится долго ждать. Возможно, Зоя не отдаст велосипед немедленно, но научится обращать внимание на чувства других людей и поймет, что ее действия имеют последствия. Чтобы защитить право Зои играть столько, сколько она хочет, ее мама может сказать (так, чтобы слышали обе девочки): «Зоя не обязана отдавать тебе велосипед. Она имеет право кататься столько, сколько хочет. Но ты можешь сказать, что чувствуешь».

Простой способ помочь ребенку долго ждать своей очереди – напомнить, что правило действует для всех. «Когда будет твоя очередь, ты можешь играть долго. Я не позволю никому отобрать его у тебя. Можешь играть, пока не надоест. Никто не отберет его у тебя». Такая поддержка творит чудеса. Списки ожидания убеждают ребенка, что его очередь обязательно наступит (см. Правило 9: «Не делиться – это нормально»). Когда ребенок познакомится с этой системой, в следующий раз ему будет легче ждать.

У некоторых детей возникает потребность в чрезвычайно долгой игре. Этот период может длиться не несколько часов, а несколько дней. В таком случае попытайтесь изменить ситуацию, а не ребенка. Например, трехлетнему Митчелу нравилось рисовать, и он в детском саду каждый день захватывал мольберт. Потребность рисовать у него была настолько сильна, что воспитатель выделил Митчелу специальное место, только для него, так, чтобы другие дети тоже могли рисовать. Внимание двухлетнего Брукса, страдавшего аутизмом, было постоянно приковано к одной из книг Клиффорда. Ему нужно было держать книгу в руках. Выход прост – второй экземпляр книги. Следует менять обстановку, а не останавливать ребенка.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Долго – это сколько?

Все зависит от ребенка, который может играть с одним и тем же предметом несколько дней подряд. Если кто-то ждет своей очереди, то разумно установить правило, действующее в вашем доме. Например, один день. На следующий день наступает очередь того ребенка, который ждал.

Когда нет времени на долгую игру

Иногда на долгую игру просто нет времени. Признайте это. Скажите детям: «Сейчас мы не можем играть подолгу. Мы должны ехать к бабушке [пора ложиться спать, ужинать...]». Если вы защищаете право ребенка на долгую игру в свободное время, то его легче остановить, когда это необходимо. Не забывайте, что вы в ответе за режим дня и даже время, отведенное для игры, рано или поздно заканчивается. Ребенок еще не наигрался? Напишите записку: «Алекса будет рисовать мелками сразу же, как только мы вернемся от бабушки». Или: «Эйден не закончил играть с железной дорогой. Утром, еще до завтрака, он продолжит игру». Иногда бывает достаточно признать, что малыш еще не наигрался. Посочувствуйте ему: «Как жаль! Ты еще не закончил играть, а нам уже пора домой». Продлите время игры, разрешив вернуться к ней после перерыва. Напишите записку или еще как-нибудь закрепите свое обещание. Когда ребенок знает, что позже может вернуться к игре, это поможет ему впоследствии доверять установленной очередности.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Можно играть долго

Да, она долго играет. Когда будет твоя очередь, ты тоже можешь долго играть.

Я вижу, ты сегодня много копаешь.

Ты еще не закончил. Давай напишем записку, чтобы никто не трогал твою игру.

Дэнни еще играет с лопаткой. Он может продолжить игру, когда поспит.

Долгое ожидание

Ждать тяжело.

Да, она долго играет. Когда будет твоя очередь, ты тоже можешь долго играть.

Скажи ей, что тебе надоело ждать!

Зоя не обязана отдавать тебе его. Но можно сказать ей, что ты чувствуешь.

Ты не обязан отдавать ему игрушку. Можешь согласиться или отказаться.

Я вижу, что Дейвон расстроен. Он устал ждать.

Теперь мы не можем долго играть. Нужно возвращаться домой на ужин.

Общее пространство в общественном месте

Лесенка для всех.

Я вижу, много детей ждут своей очереди. Нужно быстрее меняться.

Дома можно играть долго. В парке нельзя.

Теперь очередь следующего. Если хочешь поиграть еще, снова становись в очередь.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Ты достаточно долго играешь.

Майкл тоже хочет. Тебе хватит.

Еще пять минут, и заканчивай.

Давай займись чем-нибудь другим.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

В общественных местах долгая игра значительно осложняет жизнь. Например, двухлетняя Аделина любит подолгу сидеть на вершине горки на детской площадке. За ней выстраивается длинная очередь. Ее мама нашла способ защитить право Аделины сидеть наверху, не мешая играть другим детям. Она помогла дочери придвинуться к краю. Таким образом, девочка могла сидеть на горке пятнадцать минут, а другие дети без помех съезжали вниз.

Оцените, можно ли изменить обстановку, чтобы удовлетворить потребность вашего ребенка в долгой игре – так, как сделала это мама Аделины. Постарайтесь понять потребности ребенка. Власть? Желание сидеть высоко? Потребность побыть одному? Забраться куда-нибудь? Найдите другие способы удовлетворить эту потребность. Например, предложите: «Если хочешь забраться повыше, вот лесенка. Можешь оставаться на ней сколько хочешь, но горка предназначена для того, чтобы с нее съезжать».

При возникновении конфликтов прибегайте к такому методу, как констатация: «Ты хочешь долго качаться на лошадке, но я вижу, что другие дети ждут. Лошадка всего одна». Или сообщите ребенку информацию: «Парк общий. Здесь не так, как дома». Иногда лучше просто остановить игру: «Сегодня на детской площадке слишком много народу. Если хочешь еще поиграть с этим совочком, нужно еще раз подождать своей очереди». Затем помогите ребенку снова стать в очередь.

Правило 11. Здесь не все друзья

Моя мама все время морщилась, когда взрослые говорили о маленьких детях как о друзьях. Почему? «Это неправда», – утверждала она.

Когда дети собираются в группу, мы почему-то называем их «друзьями». Но очень часто они едва знакомы. Даже если они уже играли вместе, маленькие дети эгоцентричны и часто опасаются друг друга. Двухлетний малыш может воспринимать сверстника как захватчика, посягающего на его территорию. Это совсем не друг.

Социальные страхи ребенка реальны и требуют уважения. Первый шаг – честно рассказать, что такое друг, и позволить ребенку самому сделать вывод. Потом нужно помочь ребенку научиться дружить (это называется «включаться в игру») и устанавливать границы для сверстников.

Причина неправильных правил

Не все дети – друзья. Признайте социальные страхи и предпочтения.

Помогите детям научиться дружить.

Дело в том, что не все дети – друзья. Одному ребенку не обязательно должен нравиться другой. Но даже если дети испытывают симпатию друг к другу они не всегда хотят играть вместе. Пытаясь принудить к дружбе, мы требуем от маленьких детей невозможного в социальной сфере, в которой у них еще мало навыков.

Конечно, дети постоянно оказываются рядом друг с другом. Родители собираются вместе, и наши дети сталкиваются с другими детьми. Это происходит во дворе, в детском саду или на семейных встречах. В этих ситуациях они могут играть вместе, по отдельности или просто рядом друг с другом. В любом случае не стоит думать, что все дети друзья, поскольку они приблизительно одного возраста.

Уважайте социальный выбор ребенка. Дети могут играть рядом друг с другом, но они не обязаны играть вместе. Малыши лучше усваивают навыки общения, когда их не заставляют дружить.

Польза неправильных правил

Дружба – довольно сложное дело, даже если не называть всех детей «друзьями». Уважая настоящую дружбу, помогая детям приобрести дополнительные навыки общения, вы помогаете им раскрыться. Вот какие уроки могут усвоить ваши дети:

Друзья занимают особое место в моей жизни.

Я знаю, как включаться в игру. Я умею заводить друзей.

Друзья не обязательно должны соглашаться друг с другом. Но это не мешает дружбе.

Взрослые уважают меня и мою игру. Ко мне прислушиваются.

Почему это работает

Джейми, которому только что исполнилось три, по-хозяйски расположился в маленькой красной машине. Подходит другой ребенок, и Джейми с опаской косится на него.

– Будь умницей. Твой друг тоже хочет покататься на машине, – говорит его мать.

Джейми трогается с места и врезается в ногу мальчика.

– Осторожно, Джейми. Ты наехал ему на ногу. Твоему другу больно!

Называя всех маленьких детей «друзьями», мы обесцениваем понятие дружбы. Другом не может быть кто угодно. Настоящим другом дорожат – он смеется вместе с тобой, заботится о тебе и просто радуется твоему присутствию. Детские сказки часто повествуют о насто-

ящей дружбе. Дружба учит заботиться о другом человеке, и у маленьких детей эта способность только начинает развиваться.

Дети – не взрослые

Дети чудесным образом не становятся друзьями только потому что они маленькие. Малыши едва начинают узнавать, что такое дружба, и употребляют слово «друг» в любой непонятной ситуации. Маленькие дети играют с одними сверстниками и игнорируют других. Это нормально. Взрослому человеку нравятся не все, с кем ему приходится иметь дело, и поэтому нереалистично ждать от ребенка одинакового отношения ко всем. Пусть радуется первым друзьям – и с уважением относится к остальным детям.

Иногда взрослые ждут, что дети будут играть вместе, хотя они к этому еще не готовы. Ваш ребенок должен пройти через несколько стадий игры, включающих наблюдение и игру рядом с другими (см. рубрику «Стадии игры»). По мере развития мозга ребенка и освоения им разных стадий игры малышу приходится учиться навыкам, которые помогают присоединиться к сверстникам и включиться в совместную игру. Как и любой другой социальный навык, искусство «включаться в игру» приобретается практикой.

Социальным навыкам нужно учиться. Кэти Хирш-Пасек, психолог, защищающий право детей на игру, говорит, что многие взрослые считают, будто социальное развитие происходит «само по себе». По мере того как дети учатся взаимодействовать со сверстниками, у них появляется социальная осведомленность, составную часть которой Дэниел Гоулман, автор книг «Эмоциональный интеллект» и «Социальный интеллект», назвал «социальным интеллект».

Первая дружба, обычно возникающая в возрасте трех или четырех лет, как правило, не отличается сильной эмоциональной связью. Маленький ребенок называет сверстника другом, если в данный момент они вместе играют с одной игрушкой. Дружба проходит так же быстро, как и появляется. Дошкольники экспериментируют с дружбой и не понимают, что с друзьями не расстанутся. Могут ли друзья не соглашаться друг с другом? Всегда ли друзья играют только друг с другом? В этом возрасте дети многого не знают о дружбе.

Не следует забывать, что такие отношения для вашего ребенка в новинку. Многие дети играли вместе со сверстниками, но друга у них еще не было. К четырем или пяти годам идея «лучшего друга» может стать очень важной для ребенка, но его беспокоит множество вопросов, связанных со взаимоотношениями друзей. *Если я буду играть с ним, должен ли я расстаться с другим моим другом? Может ли у человека быть два лучших друга одновременно? Если я с ним не соглашусь, перестанет ли он со мной дружить?* Ребенку предстоит еще очень много узнать о дружбе.

Невозможно заставить дружить.

Обсуждая с ребенком отношения с другими людьми, будьте с ним честным. Ничего не приукрашивайте. Отношения с другими людьми приносят много радости, но редко бывают легкими. Маленькие дети только начинают понимать, что такое дружба, делают первые шаги. Вместо того чтобы навязывать дружбу, взрослые должны направлять детей, развивать их социальные навыки.

Стадии игры

Милдред Партен первой описала стадии игры в раннем детстве и выделила следующие:
Одиночная игра

Дети любого возраста могут играть в одиночестве, но самые маленькие просто не готовы к большему. Одиночная игра означает, что ребенок полностью поглощен своим занятием и не нуждается в других детях или не обращает на них внимания. Дети часто играют в одиночестве, защищаясь от излишнего социального взаимодействия.

Наблюдение

Дети могут с интересом наблюдать за игрой, не участвуя в ней. Например, ребенок смотрит, как двое других строят башню. Он может дать несколько советов, но сам не присоединяется к игре. Такое обычно происходит тогда, когда маленькому ребенку нужно почувствовать доверие (когда он знакомится либо с деятельностью, либо с людьми, которые ею заняты), прежде чем он начнет играть с другими. Роль наблюдателя безопасна. Некоторым детям она очень нужна.

Параллельная игра

Параллельная игра – это когда дети играют рядом, бок о бок. Очень часто так ведут себя двухлетние дети. Вспомните, как малыши сидят рядом в песочнице или как два ребенка играют с железной дорогой, но по отдельности, не соединяя рельсы. На этой стадии дети увлечены своей игрой и озабочены безопасностью. *Мне ничего не угрожает? Не вмешается ли другой ребенок в мою игру?* Для того чтобы играть рядом друг с другом, требуется доверие. При параллельной игре ребенок осознает присутствие другого и может копировать его действия. Считается, что это первая стадия групповой игры.

Групповая игра (ассоциативная и кооперативная)

Приблизительно с четырехлетнего возраста дети начинают заводить друзей и участвовать в сложных социальных играх. Групповые игры часто подразделяют на ассоциативные и кооперативные. У ассоциативной игры нет общей цели, но в ней присутствует разного рода взаимодействие. Кооперативная игра часто бывает социально-ролевой. «Давайте играть в дом. Я буду мамой». Или: «Акулы! Убегайте! Все в мою лодку, быстрее!» Пятнашки и прятки относятся к кооперативным играм – как и совместное сооружение высокой башни из кубиков.

Смешение стадий игры

Дети могут переходить от одной стадии игры к другой. Нет ничего необычного в том, что пятилетний ребенок хочет играть один или четырехлетний малыш долго наблюдает за игрой, прежде чем присоединиться к ней. Дети, достаточно взрослые для кооперативной игры, иногда предпочитают групповые игры, а иногда общество одного «лучшего друга».

Включение в игру

«Ты будешь со мной играть?»

Некоторые дети мгновенно заводят друзей. Другие предпочитают наблюдать или вмешиваться и пугать потенциальных товарищей по играм. Многим детям непросто включиться в игру. Для этого требуются смелость, навык и практика.

Маленькие дети часто используют странные средства, пытаясь подружиться. Возьмем, к примеру, моего брата Скотта.

В трехлетнем возрасте Скотт был застенчивым, но ему очень хотелось иметь друзей. Дома он разговаривал с воображаемыми друзьями – они якобы прятались за кустами форзиции вдоль подъездной дорожки. В воскресной школе он прыгал на детей сзади и душил их захватом. Что с ним происходило? Воспитатели из воскресной школы считали его агрессивным, антисоциальным ребенком, и моя мама возвращалась домой в слезах.

История с моим братом закончилась хорошо. Он начал ходить в детский сад, в Школу для маленьких детей, и воспитатели поняли истинный смысл его агрессии – это было желание играть. Как и у большинства трехлетних детей, у Скотта отсутствовали социальные навыки. Как и большинство мальчиков, он выражал свои чувства действием. Скотт нападал на тех детей, которые ему нравились больше всего. Он хотел играть – как щенок, который прыгает и хватается вас за ноги, приглашая к игре.

Вмешиваться в чужую игру или нападать на других детей – это довольно распространенная стратегия, которую используют дети, не знающие, как присоединиться к игре. Разрешить подобную ситуацию помогут основные принципы улаживания конфликтов: «Скотт, я вижу, что ты прыгаешь Бену на спину. Бен, ты хочешь, чтобы на тебя прыгали? Нет? Тогда скажи ему. Скотт, ты волновался из-за Бена? Ты хотел с ним играть? Бен, Скотт говорит, что хочет с тобой играть. Ты боишься, что он снова станет на тебя прыгать? Скотт говорил, что больше не будет. Как ты поступишь в следующий раз, когда захочешь поиграть?»

Уважать игру, которая уже идет

«Не распускай руки!» Мы часто так говорим детям.

Не подлежит сомнению, что фраза: «Можно мне поиграть с тобой?» – это шаг вперед по сравнению с вмешательством в игру или нападением на других детей. Беда в том, что с дошкольниками эти слова обычно не работают.

Многие дети скажут «нет» и отвергнут нового товарища по играм, если будут испытывать сомнения. Точно так же поступают взрослые. Во время референдума сомневающиеся избиратели склонны давать отрицательный ответ. «Можно мне поиграть?» – это вежливое начало, но детям требуется больше информации.

Главное – уважать игру, которая уже идет, и найти приемлемый способ присоединиться к ней. Иногда для этого требуется сразу же обозначить границу («Не разрушай мою башню»). Это развеет страхи и распределит роли.

Недостаточно просто спросить: «Можно мне поиграть?» Ребенок должен научиться находить себе роль.

Чтобы дети охотнее приняли нового товарища, необходимо проявить уважение к тому, чем они заняты. Спросите: «А во что вы играете? Помочь вам копать? Вам что-нибудь нужно?» Поговорите с новичком и помогите ему придумать, чем он может помочь. Может, ему нужна лопатка? Костюм? Хочет ли он быть собакой, чудовищем или водителем автобуса? Спросите: «Что ты умеешь делать? Что ты можешь принести?»

Лора Дэвилс и Дженис Кейзер считают, что один из самых важных шагов со стороны взрослого – просто признать игру, которая уже идет. Взрослые, которые не ленятся выяснить, во что играют дети («О, вы играете в пожарных!»), помогают рассеять страхи. Играющие дети успокаиваются; они понимают, что их игру будут уважать. В атмосфере доверия они лучше воспримут нового товарища или новые идеи.

Задайте вопросы и подскажите детям, как включить новичка в игру. Например: «Гэвину нужно помочь принести еще песок. Ты принесешь?» или «Дети играют в привидений. Они сказали, что ты тоже можешь играть, если будешь привидением». Если игра ролевая, то роли уже распределены. Спросите: «Вам нужен еще один зверь? Можно, у вас будут две зебры?» Простое признание уже идущей игры помогает участвующим в ней детям почувствовать себя в безопасности, понять, что их уважают. Спросите: «Как Мира может участвовать в вашей игре? Что ей нужно делать?»

Некоторые дети с радостью принимают в игру всех. Другие очень разборчивы. Но большинство боятся, что новичок возьмет их игрушки или каким-либо другим образом помешает

игре. Если дети переживают, принимая в игру новичка, помогите им установить основные правила: «Сара говорит, что ты можешь играть, если не будешь ломать машинки».

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Взрослые могут помочь детям вступить в игру. Нужно не руководить игрой («У нас тут ресторан, а ты официант; принимай заказы»), а показать, как договариваться с другими детьми. Этот навык – один из многих социальных навыков, которыми должен овладевать ребенок.

Поощрение дружбы

ПОИСК ДРУЗЕЙ

Помогите ребенку обратить внимание на детей, которые могут стать его товарищами по играм. Укажите на общие интересы. Формулировки должны быть простыми: «Ты играешь в кубики, и Дэвид играет в кубики. Вы оба любите кубики». Называя детей по именам и указывая на тех, кто играет поблизости, вы помогаете малышу развивать социальную осведомленность. «Мира набирает песок рядом с тобой».

Если ваш малыш внимательно наблюдает за другим ребенком, то, возможно, он ищет друга. «Я вижу, ты смотришь на Сару. Хочешь поиграть с ней? Можешь ее спросить». Иногда дети довольно легко принимают в игру новичка. Например:

Две девочки играют с кукольным домиком. Логан сидит рядом и наблюдает.

Взрослый. Я вижу, Логан смотрит. Хочешь поиграть вместе с ними?

Логан кивает.

Можно?

Первая девочка. Конечно.

Вторая девочка. Ты можешь быть братиком.

Обращайте внимание на зарождающуюся дружбу: «Ты много играл с Питом. Я видела, что вы сидели рядом за обедом и вместе катались на велосипеде. Похоже, у тебя появляется новый друг».

МОРАЛЬНАЯ ПОДДЕРЖКА

Вопрос «Ты будешь со мной играть?» тесно связан с другими: «Что произойдет, если меня отвергнут? Со мной все будет в порядке?» Детей, как и взрослых, может останавливать страх отказа. Помогите ребенку. Предложите побыть рядом, когда он просит взять его в игру.

«Хочешь играть с Сарой? Спроси ее» (*информация*).

«Она может согласиться или отказаться» (*установка ожиданий*).

«Хочешь, я пойду с тобой?» (*моральная поддержка*).

«Хейди хочет у тебя кое-что спросить, Сара» (*прямой разговор детей*).

«Может ли она как-то участвовать в вашей игре? Что она может делать?»

«Что нужно для вашей игры?» (*облегчение перехода*).

Что такое дружба

Можно ли иметь несколько друзей? Должны ли друзья всегда соглашаться друг с другом? Что это значит – дружить?

По мере возникновения дружбы вы можете делиться информацией, которая поможет ребенку справляться с неизбежными трудностями. Например, ребенку, который чувствует, что друг его бросил, нужно объяснить, что происходит: «Кейси каждый день играл с тобой, а сегодня я вижу, что он играет с Джеком. Друзья не обязательно всегда играют вместе, но они все равно любят друг друга».

Маленькие дети еще не научились дружить и поэтому делают много ошибок и склонны к ложным ожиданиям. Дружба взрослых людей основана на эмоциональной связи. Детская дружба – это игра с другим ребенком. Поэтому малыш легко приходит к неверным выводам: *Дэвид со мной сейчас не играет, и поэтому он мне не друг.*

Дети часто считают другом того, кто всегда и во всем с ними соглашается. Когда возникают разногласия, ребенок заявляет: «Я больше с тобой не дружу!» Дети постоянно спорят: в какую игру играть, кто будет главным. Когда отношения становятся напряженными, преобладающая детская реакция – это социальное отторжение. «Ты мне больше не нравишься. Я с тобой не дружу! Не приходи ко мне на день рождения».

Расскажите детям главное. В первую очередь они должны усвоить два правила: 1) вы можете оставаться друзьями, даже если не всегда играете вместе, 2) друзья не обязательно согласны друг с другом.

Лукас пришел к Джейсону в гости, и они решили играть в супергероев. Но у Джейсона был только один плащ.

Джейсон. Я буду Бэтменом.

Лукас. Нет, я хочу быть Бэтменом.

Джейсон. Нет, ты будешь Робинотом. У меня есть плащ, и поэтому я Бэтмен.

Лукас. Я Бэтмен! Я должен быть Бэтменом!

Джейсон. Нет, ты дурак. Это мой дом, и я решаю.

Мама. Джейсон! Будь хорошим мальчиком. Лукас твой гость.

Лукас. Ты мне не друг.

Эта сценка похожа на другие конфликты, но истоки ее – в значении понятия «дружба». Необходимо выяснить, что заставляет ребенка отречься от дружбы. Желание командовать? Обидные слова? Несогласие по поводу условий игры? Друзья могут спорить. Друзья могут договариваться. Друзья могут устанавливать границы. Взрослые должны помочь Джейсону и Лукасу усвоить эти уроки. Например, вот так:

Взрослый. Похоже, у нас тут проблема. *(Остаться нейтральным.)*

Джейсон. Это мой плащ! *(Выслушать проблему: соперничес тво из-за ценной игрушки.)*

Лукас. Он ничего не дает мне делать! *(Выслушать проблему: друг командует.)*

Взрослый. Скажи ему: «Это ценный плащ. Я не хочу, чтобы ты его порвал». Скажи ему: «Я не люблю, когда ты мной командуешь». *(Установить границы для друга.)*

Друзья не всегда соглашаются друг с другом. Что тут можно сделать? У каждого из вас, наверное, есть идея. Что скажешь, Джейсон? А ты, Лукас? *(Информировать; выслушать.)*

Дети учатся слушать и договариваться. Они поймут, что можно обмениваться идеями, видоизменять игру и устанавливать границы для друзей.

Инструменты дружбы

ПИСЬМА ДЛЯ ВЫРАЖЕНИЯ ЧУВСТВ

Майя!

Мне грустно. Ты играешь не только со мной. Ты еще моя подруга?

Лорен

Это письмо продиктовала трехлетняя Лорен. Вчера девочки весь день провели вместе, но сегодня Майя играла в пиратов с двумя другими детьми. Чтение письма Майе помогло завязать разговор. Девочка не хотела бросать игру в пиратов, но в ее силах было успокоить Лорен. «Сейчас я не хочу с ней играть», – пояснила она. «Но вы по-прежнему подруги?» – спросила воспитательница. «Да», – подтвердила Майя. Потом взрослый помог Лорен справиться с оби-

дой и напомнил ей: «Ты не можешь заставить другого человека с тобой играть. Тебе хочется, чтобы Майя играла с тобой, но она сама себе хозяйка. Она по-прежнему тебя любит. Попозже она с тобой еще поиграет».

ОБЪЯВЛЕНИЯ

Объявления – чрезвычайно эффективный инструмент для установки четких социальных границ. Если дети хотят сохранить домик за собой, предложите им написать объявление, устанавливающее то или иное правило. Например: «Домик Райана, Джона и Джастина – и Броди, если он «могучий рейнджер». Предпочтения, опасения и темы игр – все это становится очевидным для всех. Вот пример объявления, продиктованного четырехлетними детьми: «Это дом только для инопланетян и рыцарей. Не обзывать».

КУКЛЫ

Куклы – превосходный инструмент для обсуждения дружбы. Если Винни-Пух расстроен – он боится, что его друг Кролик больше его не любит, – у вас есть шанс безопасно обсудить вопрос, может ли человек иметь второго друга, не теряя первого. Вовлеките в обсуждение ребенка: «С тобой такое когда-нибудь было?» Иногда о том, что пугает ребенка, безопаснее говорить с куклой.

ОБСУЖДЕНИЕ ДРУЖБЫ

Спросите ребенка: «Кто такой друг?» Начните дискуссию: «Как убедить друга играть в ту игру, которую ты придумал?» Вместе выдвигайте идеи и записывайте их. Во время обсуждения можно исправить все неточности.

ПОЛЕЗНЫЕ СЛОВА

Дети учатся дружить и выбирать товарищей для игр – как и всему остальному – с помощью имитации. Научите их, какие слова помогают при конфликтах с друзьями. Ребенок, не понимающий, что такое дружба, может заявить: «Ты мне больше не друг», тогда как на самом деле он имел в виду другое: «Я занят. Теперь я играю с Сэмом. Мы с тобой поиграем потом». Произнесите эти слова сами, и вскоре ребенок научится использовать их.

Как научить дружбе

1. Помогите детям заметить потенциальных друзей

Опишите, чем заняты другие дети, укажите общие интересы.

2. Предложите моральную поддержку

Сопроводите ребенка и спросите, можно ли присоединиться к игре.

3. Помогите замечать социальные цели других детей

Опишите игру, которая уже идет, и предложите ребенку придумать, как он будет в ней участвовать. Возможно, потребуется принести игрушку или взять на себя какую-либо роль.

4. Поощряйте гибкость

«А два ребенка может быть? Как Дженни присоединится к вашей игре?»

5. Напомните детям, что они вправе устанавливать границы для новичков, присоединяющихся к игре

Если детей что-то беспокоит, они часто отвергают новичков. Развейте страхи и помогите детям принять новичка. «Какие у вас правила? Не разрушать замок?»

6. Помогите детям понять, что такое дружба

Сообщите детям информацию: друзья не всегда играют вместе, друзья не обязаны все время соглашаться друг с другом. Даже если такое происходит, можно оставаться дру-

зьями. Используйте разнообразные инструменты (письма, объявления, куклы), чтобы объяснить ребенку, что такое дружба.

7. Найдите причины странного или неприемлемого поведения

Если ребенок нападает, когда хочет играть, перенаправьте его энергию и помогите обоим детям понять, что происходит. «Когда ты так бежишь и кричишь, Джейкоб думает, что ты собираешься его ударить». Странное поведение может быть признаком того, что ребенок хочет играть.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Включение в игру

Хочешь поиграть с Викторией? Давай ее спросим.

Я вижу, ты смотришь на Джека. Хочешь поиграть с ним?

Во что вы играете?

Бен хочет помочь тебе построить замок. Тебе нужна помощь? Что нужно делать?

Как ей поиграть с вами? Что она может делать?

Что нужно для вашей игры? Что он может принести? А что, если у вас будет два плохих парня?

Понимание дружбы

Тебе это не нравится. Скажи ему. Ты предлагаешь что-то другое?

Я знаю, что друзья все равно могут любить друг друга, даже если не играют вместе все время.

Я знаю, что детям иногда нужно побыть в одиночестве (или иметь несколько друзей).

Я знаю, что дети могут изменить свое мнение.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Мы тут все друзья.

Я вижу, что твой друг ждет очереди.

Пусть теперь твой друг поиграет.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Если кто-то из взрослых называет детей «друзьями», а они едва знакомы, постарайтесь сразу же представить их друг другу. «Думаю, дети еще не знакомы. Это Эмили». Это позволяет смоделировать ситуацию знакомства и не злоупотреблять понятием «друг».

Вы удивитесь, как часто воспитатели в детском саду говорят о «друзьях». Со старыми привычками бороться сложно, но вы можете поднять этот вопрос. И тогда начнется серьезный разговор о социальных отношениях в группе.

Правило 12. «Я не буду с тобой играть» – это нормально

На детской площадке мальчик подбегает к воспитательнице:

– Кевин не разрешает мне играть с ним!

– Он обязан, – ответила воспитательница. А затем прибавила: – У нас не запрещают играть.

Мальчик направился к Кевину, который увлеченно играл с другим ребенком, но почти сразу же вернулся.

– Он все равно не хочет играть!

– Кевин! – крикнула воспитательница. – На скамейку, живо!

Причина неправильных правил

Свободная игра предполагает право выбирать товарищей по играм.

Пусть дети сами выбирают, кого принять в игру, а кого нет.

Когда кого-то из детей исключают из игры, мы спешим вмешаться, как только это видим. «Так нельзя, – говорим мы. – Пусть Кэролайн тоже будет щенком».

Взрослым очень хочется, чтобы дети ладили друг с другом. Мы видели жестокость этого мира, разочаровывались в отношениях с людьми и хотим избавить от всего этого наших детей. Нам хочется, чтобы дети были подобны высшим существам, которые всегда находят общий язык. Мы говорим группе детей, что все они друзья. Мы приказываем ребенку играть с другими. Гнев пугает нас, конфликты нам неприятны, а социальное отторжение приводит в ужас.

В детском саду, который я посещала, к социальному отторжению относились иначе, и такой подход встречался редко. Право выбора товарищей по играм считалось там одним из основных прав ребенка. Но у права выбирать есть и обратная сторона – право отвергать других.

Почему отвергать – это нормально? Главная цель – удовлетворить потребности развития ребенка, защитив его право на игру. Дети отвечают за тех, кого они выбрали для игры. Это значит, что ребенок может решить, с кем играть: с одним или двумя друзьями, с группой детей или в одиночестве.

Отторжение в «неправильной» системе никого не обижает. Оно соответствует золотому правилу: разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности. Да, зачастую ребенок расстраивается, если его не принимают в игру, но точно так же он расстраивается, например, из-за того, что ему хочется играть с синим грузовиком, а Дэнни его никак не отдает. Малыш дуется и злится. Задача взрослого – помочь детям справиться со своими чувствами, научить их заботиться друг о друге, даже если они не играют вместе. Лучший способ обучения ребенка – моделировать инклюзивное и уважительное поведение.

В этой главе рассматриваются социальное отторжение и веские причины, почему дети отказываются играть друг с другом. Взрослые могут помочь детям включиться в игру, прививая навыки дружбы и открывая новые возможности для часто отвергаемого ребенка (см. Правило 11: «Здесь не все друзья» и Правило 14: «Спокойно воспринимать отказ»).

Просто отказ принять в игру – это не оскорбление. Не обида. Если все сделать правильно, отказ учит детей быть более внимательными и терпимыми друг к другу. Вот что должны усвоить дети:

Ты не обязан любить всех.

Ты не обязан играть со всеми.

Ты должен вести себя достойно со всеми.

Отказ может быть уважительным. Если мы понимаем мотивы детей, отвергающих сверстников, понимаем, как мало ребенок знает о дружбе и как взрослые могут помочь детям стать

более внимательными и доброжелательными друг к другу, отторжение уже не кажется таким ужасным.

Польза неправильных правил

Позволяя ребенку самому выбирать товарищей по играм, вы развиваете у него социальные навыки, которые останутся с ним на всю жизнь. К таким навыкам относится уважительный отказ другому ребенку, а также умение самому принимать отказ. Дети учатся рисковать в отношениях с окружающими, устанавливать границы и справляться с негативными эмоциями:

Я не обязан любить всех. Но я должен всех уважать.

Даже если мне кто-то нравится, я не обязан играть с ним все время.

Социальный риск допустим.

Я переживу, если меня отвергли. Преодолею обиду и займусь чем-то другим.

Иногда можно играть одному.

Я знаю, как защитить себя, не обижая других.

Взрослые уважают меня и мою игру. Я имею право решать.

Почему это работает

Отказ принять в игру – это норма, а не отклонение, утверждают Лора Дэвис и Джейнис Кизер в книге «Стать идеальным родителем» (Becoming the Parent You Want to Be). К этому сложному вопросу обращаются немногие специалисты, однако Дэвис и Кизер убеждены, что в исключении детей из игры нет ничего страшного, но их обязательно нужно выслушать и пожалеть.

Причины отторжения могут быть разными, в том числе вполне невинными, например боязнь испортить уже идущую игру. Дети любят ролевые игры, которые сами придумали. Им нравится представлять себя птицами в гнезде или храбрецами, убивающими динозавра. Дэвис и Кизер объясняют, что такой тип отторжения означает: «Я не могу представить, как включить в игру еще одного участника, и я боюсь, что игра разрушится, если он к нам присоединится».

Дети также экспериментируют с властью во взаимоотношениях с другими, отмечают Дэвис и Кизер. Что будет делать другой ребенок, если я скажу: «Не будешь щенком – не сможешь играть с нами»? Дети также используют неточные выражения, например: «Ты не можешь с нами играть. Ты мне не друг», – хотя на самом деле имеют в виду: «Сейчас я хочу играть с Сэмом».

Дети – не взрослые

Слова: «Ей нельзя с нами играть» будут выглядеть не так пугающе, если правильно понимать смысл игры – социальное обучение. Дети в возрасте двух или трех лет могут играть только с одним человеком. Детям постарше может понадобиться помощь, чтобы присоединиться к игре. При социальном отторжении обе стороны приобретают опыт, необходимый для эмоционального и социального развития. Позволяя отторжение, вы помогаете формировать навыки, которые останутся с ребенком на всю жизнь: как заводить друзей, как идти на риск и как справляться с негативными чувствами. Отторжение может быть уважительным.

Ребенку необходимо принять отторжение. Такова жизнь. Социальный риск неизбежен – будь то дружба в детском саду, свидание подростков, работа, экзамен или предложение руки и сердца. Мы рискуем на протяжении всей жизни, и каждый когда-либо получал отказ. Дети

должны научиться идти на риск и принимать отказ, не впадая в отчаяние. Они могут это преодолеть и жить дальше. Когда ребенок с раннего возраста учится преодолевать отказ, у него вырабатывается гибкость и уважительное отношение к окружающим – качества, которые помогут ему добиться успеха.

Право выбирать товарищей для игр

Стараясь, чтобы дети ладили друг с другом, мы часто вмешиваемся в их игру и только усугубляем социальные проблемы. Что произошло с Кевином, мальчиком из предыдущего примера? Его игру прервали. Кевин играл с другом, когда появился третий ребенок. Иногда в такой ситуации дети начинают беспокоиться. *Он меня не обидит? Он не разрушит мою игру? Он не будет шуметь? Он не уведет моего друга? Он не напугает меня, как вчера? Будет ли он подчиняться моим правилам?* Эти сомнения очень важны, и их требуется выслушать.

А тот мальчик, который пожаловался воспитательнице? Он тоже пострадал. Ему не удалось присоединиться к игре – она прекратилась, когда Кевин сел на скамейку. Кроме того, мальчик упустил возможность освоить позитивные способы присоединения к игре. Пострадали также его отношения со сверстниками – если раньше его боялись или недолюбливали, такое отношение лишь усилилось. Совместная игра предполагает добровольное участие как минимум двух людей. И заставить играть невозможно, как бы вам этого ни хотелось.

Ребенок имеет право на выбор товарища для игры – точно так же, как он имеет право не расставаться с игрушкой, пока ему не надоест. Такой подход уважает право ребенка на игру, предотвращает вмешательство в игру, а в ситуации отказа формирует навыки социального взаимодействия у обеих сторон.

Воспринимайте отказ как защиту игры. Ваш ребенок имеет право на игру, а вы поддерживаете его право играть одному или с любым выбранным товарищем. Для отвергнутого ребенка это возможность социального обучения и шанс справиться с неприятными чувствами.

Ребенок имеет право выбирать товарищей для игр. Наша обязанность – поддерживать это право.

Наши страхи

Мы боимся отказа. Наблюдая за социальным отторжением среди детей, мы вспоминаем все наши обиды. Просыпаются самые разные социальные страхи – что вас не будут любить, у вас не будут друзей или будут не те друзья. Если вы росли застенчивым или в детстве были объектом насмешек, отторжения или травли, вы знаете, каким болезненным может быть отказ. Мы хотим избавить ваших детей от такого рода страданий.

Прежде всего следует провести четкую границу: отказ *не* означает травлю. Травля – это подлое, причиняющее боль поведение, которое имеет определенную цель, повторяется и связано с властью над другими. На такое поведение способны даже четырех- и пятилетние дети, однако они также могут научиться доброжелательности и уважению. Методы, описанные в этой главе, помогают предотвратить травлю.

Отторжение встречается довольно часто, и дети должны научиться преодолевать его. Отказ – неотъемлемая часть взаимодействия с людьми, будь то друзья детства, будущие коллеги или возлюбленные. Как бы нам ни хотелось, мы не в состоянии уберечь детей от переживаний (и не должны этого делать), неизбежно сопутствующих таким ситуациям, но мы можем научить их справляться со своими чувствами.

Вы можете научить ребенка уважительному отказу (см. «Инструменты»). Например, когда ребенок говорит: «Он мне не друг» (обычная форма отказа, когда дети не знают, что сказать), помогите определить истинную причину и сформулировать ее: «Сейчас я хочу играть один». При уважительном отказе важно оставить возможности для будущего: «Ты мне все равно нравишься», «Я закончу, и мы поиграем» или «Мы с тобой будем играть позже».

Раннее детство – превосходное время для того, чтобы научить ребенка реагировать на отказ. Умение оставаться уверенным в себе и уважительным приобретается практикой. Мы не хотим вырастить детей, которые всегда уступают давлению и не могут сказать «нет». Мы не хотим, чтобы ребенок, которому отказали, был парализован обидой и не мог думать ни о чем другом. Социальное отторжение ничем не отличается от других конфликтов.

В ситуации социального отторжения социальные навыки нужны обеим сторонам – как отказать сверстнику, не обидев его, и как пережить отказ, не слишком расстраиваясь. Сочетание навыков, необходимых при социальном отторжении – уверенность в себе, социальная осведомленность и гибкость, – формирует ценные черты характера, которые можно воспитывать с самого раннего возраста.

Недостатки игры по принуждению

– Ну же, будь хорошей девочкой. Разреши Челси играть с тобой, – говорит взрослый.

Намерения у нас самые лучшие, но настойчивое требование принять в игру еще одного малыша прерывает игру и может ухудшить взаимоотношения между детьми. Игра часто про буксовывает или прерывается. Что при этом чувствуют дети?

Четырехлетние Соня и Таша играют в маму и папу. К ним хочет присоединиться Челси.

Соня. Я люблю только Ташу. Ты не можешь входить.

Взрослый. Это неправильно. Ты же помнишь наш уговор, Соня. Так не поступают. Играть можно всем.

Таша. Ладно. Ты будешь ребенком, который спит.

Челси делает вид, что спит. Две другие девочки отходят от нее и продолжают игру.

Что может чувствовать Челси:

Они меня не любят. Играют со мной потому, что их заставили.

Мне не дают интересные роли. Сделали меня ребенком.

Тут скучно.

Никто меня не любит. У меня нет друзей.

Что могут чувствовать Соня и Таша:

Мои желания не считаются. Я должна соглашаться, чтобы угодить людям.

Взрослым все равно. Мои занятия не важны.

Я не умею вести себя с другими. Я не знаю, как принять их в игру.

Мы играли. Нам было весело. А теперь все пропало.

Во всем виновата Челси.

Заставляя детей играть вместе – даже с самыми лучшими намерениями, – мы можем получить противоположный результат. Зачастую ребенок, которому мы пытаемся помочь, не подходит для игры, что ведет к еще большему социальному отторжению. Мы невольно усугубляем проблему. Вместо того чтобы пытаться избежать отказа, рассматривайте его как еще одну возможность для обучения. Кроме того, у отказа могут быть веские причины.

Причины социального отторжения

Дети отвергают потенциальных товарищей для игр по множеству веских причин. Если ребенок говорит «нет», необходимо сохранять спокойствие и подумать, почему это произошло. Две распространенные причины – социальная перегрузка и стадии игры – являются неотъемлемой частью естественного развития ребенка.

Причины отторжения

1. Социальная перегрузка.
2. Стадии игры при развитии ребенка.
3. Безопасность.
4. Прерывание игры.
5. Настроение.
6. Правила игры.
7. Эксперименты.
8. Защита пространства.
9. Защита дружбы.
10. Половая идентификация.

1. Слишком много народу: социальная перегрузка

Когда два трехлетних ребенка не разрешают третьему присоединиться к игре, возможно, они правы. В этом возрасте детям трудно взаимодействовать одновременно с несколькими людьми.

Социальные исследования показывают, что дети плохо справляются с множественными взаимоотношениями. Они естественным образом ограничивают количество товарищей для игр, когда ощущают социальную перегрузку. Возможно, им трудно взаимодействовать с другими детьми. Выслушайте ребенка, когда он говорит «нет». Вероятно, таким образом он старается сохранить свою игру; у него просто нет сил, чтобы включить в нее еще одного участника.

2. Стадии игры

Иногда мы предполагаем, что дети могут играть вместе, но эта способность у них развивается не сразу. Маленький ребенок еще может находиться на стадии одиночной игры, наблюдения или параллельной игры (см. рубрику «Стадии игры» в Правиле 11: «Здесь не все друзья»). И просьба поиграть вместе абсолютно бессмысленна. Возможно, детям нужно долгое время наблюдать за другими или просто играть рядом. Ребенок переходит к следующей стадии игры, когда чувствует себя в безопасности и когда он достаточно взрослый для этого. Сдержите желание вовлечь в общую игру ребенка, который играет один, – возможно, ему именно это и нужно.

3. Отторжение ради безопасности

Когда Лили энергично запротестовала, отказываясь играть с Эриком, воспитательница задала девочке простой вопрос: «Ты боишься Эрика?»

Страх часто бывает главной причиной того, что дети отвергают сверстников. Ребенок отвечает отказом, когда не чувствует себя в безопасности. В случае Лили и Эрика причиной страха могло быть что угодно, от рисунка на футболке Эрика до вероятности, что он отберет игрушку. В присутствии обоих детей задайте прямой вопрос: «Ты боишься?» Возможно, Эрик будет удивлен, что в нем есть какие-то качества, которые заставляют Лили отказать ему. Открытый диалог дает Эрику возможность прояснить ситуацию.

Как бы то ни было, родителям трудно за отказом увидеть страх. Мы думаем, что это просто грубость. Обращаем внимание лишь на слова ребенка и забываем задавать вопросы. Услышав от ребенка: «Бену нельзя входить!» – нужно не раздражаться, а спросить: «Так. Тебя в Бене что-то беспокоит?» Вы удивитесь, как часто такой простой вопрос помогает выявить проблему. В четырехлетнем возрасте я боялась людей с веснушками, потому что думала, что

они больны корью. Не спешите. Спросите детей. Выслушайте их и помогите справиться с эмоциями.

Зачастую страх – главная причина того, что дети отвергают сверстников. Спросите ребенка: «Ты чего-то боишься?»

В детском саду Аманда и Молли построили домик и попросили написать вывеску: «Дом Аманды и Молли. Вход мальчикам и тиграм запрещен». Это был день шумных игр и переодеваний. К домику подошел мальчик Бен в костюме тигра.

Воспитательница. Бен, ты должен спросить у Аманды и Молли разрешения, прежде чем войти. Смотри, тут объявление: «Дом Аманды и Молли. Вход мальчикам и тиграм запрещен». Ты согласишься? Они могут разрешить, а могут и отказать.

Бен. Можно мне поиграть с вами?

Аманда. Я не люблю, когда шумят!

Воспитательница. Ты боишься, что Бен будет шуметь в вашем доме?

Аманда. Да. Тигры рычат.

Воспитательница. Бен, ты будешь рычать в их доме?

Бен отрицательно качает головой.

Может Бен войти, если он не будет рычать и шуметь?

Девочки. Да.

Молли. Давайте напишем: «Добрые тигры».

Воспитательница. Ладно, теперь объявление будет такое: «Вход мальчикам запрещен, только добрым тиграм».

4. Страх, что игра прервется

Элисон и Рейчел увлеченно играли в семью. Когда к ним захотела присоединиться еще одна девочка, они почувствовали угрозу. Что будет с их игрой? У них уже есть мама и ребенок.

Дети часто отказываются принимать в игру новых участников, опасаясь последствий. Появление новичка меняет игру. Опасение вполне обоснованное, но его можно преодолеть, если дети этого хотят. Помогите им понять, как можно включить новичка в игру. Расспросите об игре и признайте ее важность. Например: «Что вы делаете? Вы так играете? А как Салли может к вам присоединиться? Да, у вас уже есть мама и ребенок. А в этой игре может быть две мамы?»

5. Отказ, вызванный настроением

Настроение у детей постоянно меняется. Минуту назад они прыгали от радости, когда им предложили играть, а теперь занялись чем-то другим. Запомните: во многих случаях отказ – явление временное.

Мой сын Зак любит играть с соседским парнишкой, Тайлером. Однажды Тайлер появился у нас во дворе и, широко улыбаясь, предложил поиграть. Но Зак был занят в песочнице. Он ответил отказом. «Может, в следующий раз, Тайлер!» – крикнули мы.

Даже такие давние друзья, как Тайлер и Зак, не всегда хотят играть вместе. Когда такое случается, дети могут испугаться, что потеряли друга. Поэтому рекомендуется сказать отвергнутому ребенку: «Я знаю, что дети иногда меняют свое мнение. Ты можешь попробовать еще раз, попозже». Поддержите отвергнутого ребенка, задавая ему вопросы – даже такие рискованные вопросы, как «Ты все еще его любишь?». Простые слова: «Да, он все еще мой друг. Я просто не хотел бросать игру», – помогают развеять страхи.

6. Отказ от идеи, а не от человека

Когда один ребенок предлагает: «Давай играть в динозавров!» – а другой отвечает: «Нет, я не хочу с тобой играть», то отвергаться может тема игры, а не друг. Помогите ребенку разобраться в этой ситуации, выяснив, хотят ли дети играть вместе и так ли важна тема игры. «Ты хочешь играть с Дэнни? Похоже, ему не нравится идея с динозаврами. Чем еще вы можете заняться вдвоем?» Кроме того, вы можете спросить объяснения у ребенка, который на предложение игры отвечает отказом. «Руби, мне кажется, Анна не знает, почему ты не хочешь играть в семью. Скажешь ей?» Прямой разговор поможет детям достичь своей истинной цели – выбрать подходящую игру или подходящего товарища.

7. Отказ ради эксперимента

Дети могут произносить немислимые вещи: «Если ты не будешь копать ров, то не приходи ко мне на день рождения». Если вы слышите отказ в форме угрозы, ребенок, скорее всего, экспериментирует с властью над другими. Баланс власти и принятие решений – это часть игры. Кто определяет тему игры и устанавливает правила? Кто может их менять? Помогите детям разобраться в этих вопросах. Пусть обсудят, какое решение будет справедливым, предложат разные темы для игры. Используйте свой авторитет взрослого, чтобы помочь детям выслушать друг друга.

8. Отказ ради защиты пространства

Энергия детей часто направлена на защиту своего пространства. Защиту от чего? От вторжения, которое может разрушить игру.

Группа четырехлетних детей защищала свою игру, построив убежище и повесив объявление, которое гласило: «Кенни, Роберт, Сэм и Мейсон. Наше тайное убежище. Мы хорошие парни».

Четырехлетняя Белла хотела играть одна. Девочка надела костюм зебры и попросила повесить на ее домик объявление: «Только для зебр». И, поскольку зеброй была только Белла, она чувствовала себя в безопасности.

Дети любят забираться в ограниченные пространства и объявлять их своими. Дом, палатка, крепость, место под стулом. Дети проявляют свою потребность в уединении, строя такие маленькие домики, отмечал Фред Роджерс из детской телепрограммы «Наш сосед Мистер Роджерс». Иногда ребенок хочет побыть в одиночестве или чувствовать себя хозяином небольшого пространства. В Школе для маленьких детей учителя признают эту потребность и помогают детям строить палатки и домики с такими надписями: «Палатка Артура. Только для Артура» или «Домик Марии и Рейчел. Вход воспрещен». Если другой ребенок хочет войти в домик и ему не разрешают, то можно спросить: «Хочешь свою палатку?» Удовлетворив потребность в уединении и собственности, дети чувствуют себя в безопасности. Часто все заканчивается совместной игрой – они приходят друг к другу в гости.

9. Отказ ради защиты дружбы

Четырехлетние Джейден и Ник притаились в углу и перешептывались. Джейден указал на другого мальчика и сказал: «Давай не будем с ним играть».

Нехорошо, правда? Дети часто отвергают сверстников, чтобы защитить ценную дружбу. Иногда ребенок не знает, как отнестись к новичку. В приведенном примере Джейден опасается, что Ник будет играть не с ним, а с другим ребенком. Он еще не осознал, что друзей может быть несколько. Джейден экспериментирует с отторжением, чтобы сохранить друга, который у него уже есть.

Таким детям, как Джейден, можно объяснить, что друзья имеют право играть и с другими. Он друг Ника, но не его хозяин. Это нелегкий урок, но очень важный. Друг может с удовольствием играть один или попытаться вступить в игру с другим ребенком.

10. Отказ по половому признаку

Некоторые малыши отказываются принимать в игру детей другого пола, пытаясь осознать свою половую идентичность. Это серьезный и деликатный вопрос. Такие заявления, как «девочкам нельзя» или «мальчикам нельзя», несут в себе оттенок дискриминации (более подробно см. Правило 13: «Повесьте объявление: «Девочкам вход воспрещен»).

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Причина того, что дети отвергают друг друга, обычно проста и обусловлена развитием ребенка. Поэтому несмотря на страх, который могут вызвать у вас подобные ситуации, необходимо помнить, что для ребенка это не такая большая проблема, как для вас. Сначала следует заняться оскорбленными чувствами (если они есть). Затем помогите обоим разобраться в ситуации и преодолеть ее.

Как реагировать на отказ включить новичка в игру

1. Уважать право детей выбирать товарищей для игр.
2. Принять во внимание стадию развития ребенка и его характер. К чему он готов? Способен ли он играть с другими?
3. Признать социальный риск и уже идущую игру «Кажется, они играют в тигров. Ты хочешь играть с ними? Они могут согласиться тебя принять, а могут и нет. Давай спросим».
4. Выслушать обе стороны. Ребенку который отказывает новичку можно сказать: «Ты чего-то боишься, Бен?» – а тому, которого отвергли: «Ты расстроился. Ты хотел играть с Сарой».
5. Научить детей, как отказывать, не обижая. «Я сейчас хочу играть одна. Но я тебя все равно люблю. Поиграем вместе потом».
6. Запланировать будущую игру. Старшая сестра не обязана все время играть с младшей, но необходимо помочь детям запланировать совместную игру.
7. Помочь отвергнутому ребенку справиться с ситуацией. «Чем еще ты можешь заняться? С кем еще можно поиграть? Смотри, Робби играет в песочнице. Хочешь в песочницу?»
8. Более глубокие стратегии в случае повторяющегося отказа см. Правило 14: «Спокойно воспринимать отказ».

Напомните ребенку о его правах

Если детей не заставляют играть вместе, у них нет особых причин для травли или грубого отказа. Зачастую ребенок ведет себя грубо потому, что не знает других вариантов. Направьте его. Если право ребенка выбирать товарищей для игр защищено, он реже будет выбирать отказ, чтобы обидеть сверстника.

«Если ты не хочешь играть с Элис, это не страшно. Попробуй сказать так: «Нет, спасибо. Сейчас мне не хочется». Если ребенок грубит, напомните ему, что он не обязан играть с тем-то и тем-то, но не должен обижать его.

Научите уважительному отказу

Произнесите фразу: «Сейчас мне не хочется с тобой играть». Подчеркните слово «сейчас». «Сейчас мне не хочется с тобой играть. Я складываю головоломку. Может, потом поиграем». Дети эгоцентричны, и настроение у них переменчиво. Помогите ребенку дать ответ, оставляющий открытыми возможности для будущего.

Сосредоточьтесь на чувствах

Отвергнутый ребенок нуждается в поддержке, особенно если он только что решился на серьезный социальный риск. Первым делом сосредоточьтесь на чувствах. Признайте их. Обиду не нужно держать в себе.

«Похоже, ты расстроился. Что ты чувствуешь? Тебе очень хотелось поиграть с Натаном, а он отказался».

Посоветуйте отвергнутому ребенку рассказать о своих чувствах: «Я расстраиваюсь, когда ты не берешь меня в игру». Некоторые дети предпочитают выражать свои чувства с помощью письма или рисунка. Запишите все, что он говорит, слово в слово – даже если это звучит грубо.

Договоритесь о будущей игре

Если конфликт происходит между братьями и сестрами или детьми, которые часто видятся, можно договориться о будущей игре. Это учит братьев и сестер заботиться друг о друге, не поступаясь своим правом на уединение. Если младшему брату всегда отказывают, помогите ему назначить время совместной игры. Старший ребенок может объяснить: «Сейчас я хочу играть один. А после ужина мы вместе будем собирать лего». Родители могут сказать отвергнутому ребенку: «Я слышала, что Руби хочет теперь поиграть со своей подружкой Анной. Чем ты займешься, пока она занята?»

Жизнь продолжается

Будьте готовы успокоить отвергнутого ребенка, но не слишком усердствуйте. Некоторые дети быстро преодолевают обиду. Спросите: «Чем ты можешь еще заняться?» Иногда ребенку не хочется искать другого друга. Предложите помощь, затем посоветуйте не обращать внимания. Очень важно напомнить ребенку, что жизнь продолжается.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Выявление причины

Я слышала, ты не разрешаешь Кэти войти. Что она может сделать, если войдет?

Ты волнуешься из-за Бена?

Ты хочешь быть с Джереми или хочешь делать то же самое, что и он?

Отвергнутый ребенок

Сейчас Сара не хочет играть с тобой. Может, захочет потом.

Ты расстроилась. Тебе очень хотелось поиграть с ней во львов.

Ты боишься, что Сара больше тебя не любит? Сара, ты по-прежнему любишь Фиону?

Нельзя заставить кого-то играть с тобой.

Я знаю, что дети могут оставаться друзьями, даже если не все время играют вместе.

Защитить право на игру

Все в порядке. Ты не обязан играть с Дэнни.

Можешь сказать ему: «Я сейчас не хочу с тобой играть, но я тебя все равно люблю. Поиграем потом».

Когда вы поиграете вместе?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Будь хорошей девочкой и прими Кэти в игру.

Так нехорошо. Конечно, она может играть.

Нельзя говорить: «Не играй со мной».

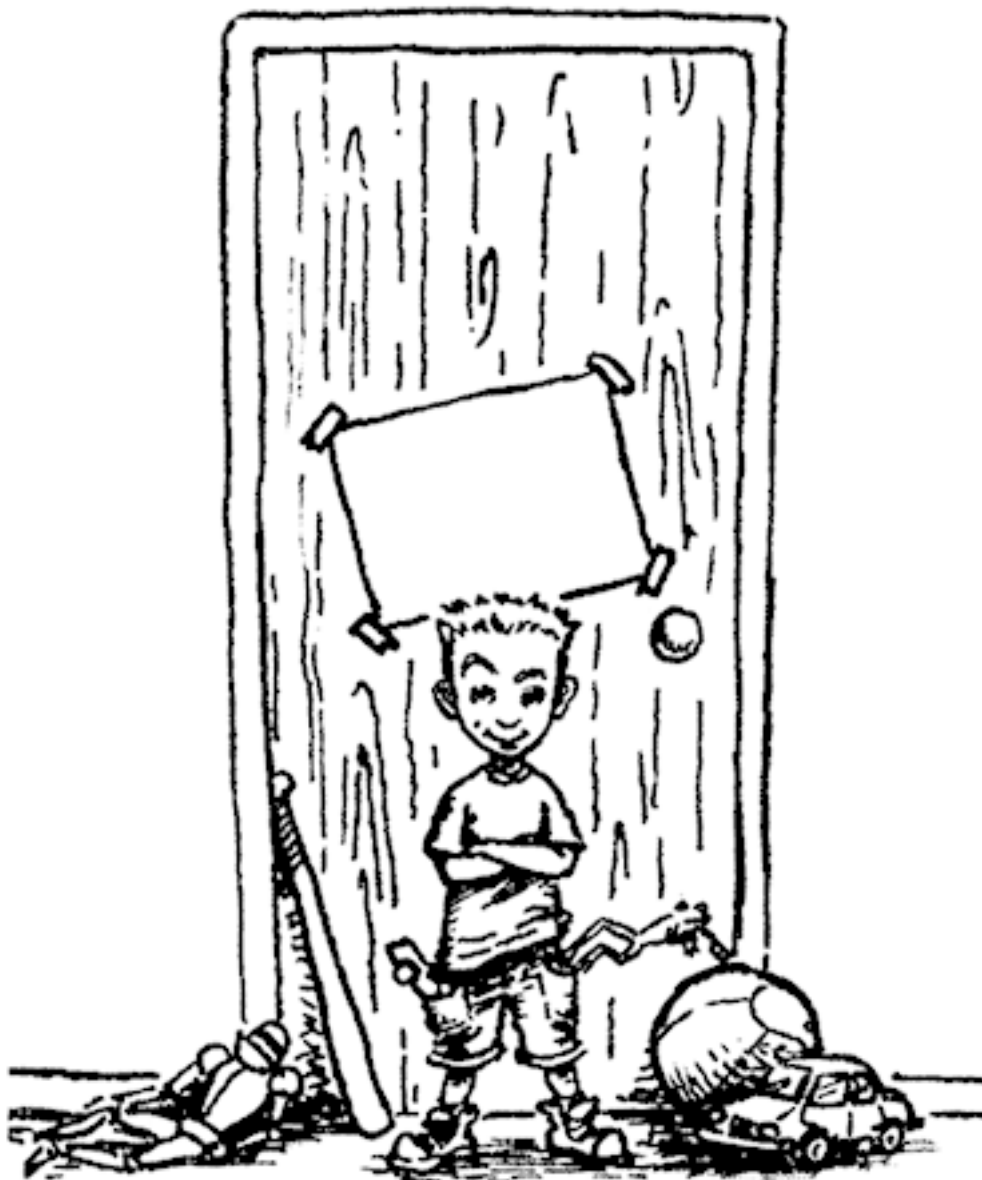
Это не важно, ты должен разрешить ему играть с тобой.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Как и во время конфликтов из-за игрушки, большинство родителей настаивают, чтобы ребенок по первому требованию принял в игру новичка. Напряжение можно ослабить, если вы просто дадите понять другим детям и взрослым, что считаете нормальным, когда дети не играют вместе. «Все в порядке. Он не будет расстраиваться, если Аннабель решит, что хочет играть одна. Она имеет на это право». Или: «Похоже, вы надеетесь, что Брайан и Энди начнут играть вместе. Я не расстроюсь, если этого не произойдет».

Иногда взрослые проявляют твердость: «Глупости! Конечно, он может играть». В таких случаях постарайтесь понять, к чему приведет вынужденная игра. Кто знает? Иногда дети ладят друг с другом. Если этого не случится, вы всегда можете уйти. Если разница во взглядах на воспитание выявляется у вас дома, вы можете сказать: «В нашем доме дети не обязаны играть друг с другом, если они не хотят. Я знаю, что настроение у детей меняется, и они могут захотеть поиграть попозже».

Правило 13. Повесьте объявление: «Девочкам вход воспрещен»



Трехлетние Амелия и Лея построили пиратскую хижину в группе детского сада, где работала моя мать. «Нам нужно объявление!» – закричали девочки, и моя мать записала то, что они продиктовали, слово в слово.

«Мальчикам вход воспрещен. Мальчикам-пиратам нельзя. Драться нельзя. Кричать нельзя. Нельзя бросать попкорн в наш дом».

В другом конце коридора в группе для четырехлетних детей мальчики соорудили крепость. Их объявление гласило:

«Убежище хороших парней. Вход разрешен только мальчикам, которые живут в этом доме. Только хорошие парни. Девочкам вход воспрещен».

Эти дети осмысливали сразу несколько понятий и пытались защитить их: друзья, правила игры и половая принадлежность.

Причина неправильных правил

Во время игры дети часто распределяются по половому признаку. Отторжение другого пола учит ребенка осознавать собственную половую принадлежность и заводить друзей.

С трехлетнего возраста дети начинают понимать и изучать гендерные роли и половую принадлежность. Кто мальчик, а кто девочка? Как их различить? Что это значит, быть мальчиком или девочкой? Кто я? Что делают мальчики/девочки? У всех ли девочек длинные волосы? Кто этот взрослый с короткой стрижкой, мужчина или женщина? Кем я буду, когда вырасту, мамой или папой? Может ли мальчик превратиться в девочку?

Для ребенка один из способов утвердить свою половую принадлежность – это играть только с детьми одного с ним пола. Девочки играют с девочками. Мальчики играют с мальчиками. Такая сегрегация по признаку пола иницируется самими детьми и встречается очень часто. Когда ваша дочь кричит: «Мальчикам нельзя!» или вешает на двери спальни объявление «Мальчикам вход воспрещен – только для девочек», она, по всей вероятности, ничего не имеет против мальчиков, а просто заявляет о себе как о девочке.

Польза неправильных правил

Поддержите право ребенка играть с тем, кого он выбрал. Если, например, в игру не принимают девочек, задайте вопросы и проясните ситуацию, но не вмешивайтесь. Если вы позволяете детям во время игры выбирать товарищей по половому признаку, они усваивают важные уроки:

Я знаю, кто я.

Иногда мне нравится играть только с девочками/мальчиками. Это нормально.

Мальчики и девочки отличаются друг от друга.

Мальчики и девочки также во многом похожи друг на друга.

Взрослые уважают мою игру. Я могу играть так, как хочу, если это не причиняет никому вреда.

Почему это работает

Майкл Томпсон, детский психолог и один из авторов книг «Воспитать Каина» (Raising Cain) и «Это мальчик!» (It's a Boy!), объясняет, что дети начинают играть только с девочками или только с мальчиками вскоре после того, как у них сформировалась способность к совместной игре. Многие малыши начинают предпочитать товарищей одного с ними пола приблизительно в трехлетнем возрасте, и это предпочтение может сохраняться до семи или восьми лет. Томпсон полагает, что это нормально и естественно и что такое поведение характерно для всех культур. Переключение ребенка на игры только с мальчиками/девочками может стать для родителей шоком, говорит он, поскольку раньше малыши играли с детьми обоего пола.

Как бы то ни было, сама по себе игра с детьми одного пола обычно не вызывает беспокойства. А вот когда такие игры сопровождаются отторжением (Мальчикам нельзя! Девочкам нельзя!), мы начинаем волноваться. Но дошкольник не видит тут особой разницы.

Главная задача воспитания – сформировать у ребенка самовосприятие. Для ребенка один из способов определить, кто он, – это выяснить, кем он не является: «Мальчикам нельзя!» В дошкольном возрасте дети начинают серьезно размышлять над понятием пола. Ребенок может делать это разными средствами – при помощи одежды, воображаемых игр или отказа играть с детьми противоположного пола.

Отторжение – это эффективный способ формирования самовосприятия. Социальные группы поддерживают идентичность формированием четкого разделения: «они» и «мы». И это не обязательно плохо; идентичность может поддерживаться, например, эмблемой-талисманом школы. Когда девочки заявляют: «Мальчикам нельзя», – они объединяются под эмбле-

мой «девочка». Психологи Нэнси Карри и Сара Арнод, изучающие детские игры, говорят, что ребенок может чувствовать принадлежность к группе, только когда исключает из нее кого-то.

Многие воспитатели в дошкольных учреждениях не поощряют отторжение других детей на основе любой «групповой» принадлежности, включая половую. Согласно принципам Школы для маленьких детей, в этом вопросе следует полагаться на ребенка. По всей видимости, в этом возрасте дети склонны разделяться на мальчиков и девочек во время игр, и в школе разрешается подобное отторжение по признаку пола. Воспитатели вмешиваются только тогда, когда такое поведение оскорбляет чьи-то чувства.

Дети – не взрослые

Мы морщимся, увидев объявление: «Девочкам нельзя» или «Мальчикам нельзя». Это хорошо. Мы реагируем так, как должны реагировать взрослые.

Но когда ваша четырехлетняя дочь строит домик и объявляет: «Мальчикам вход воспрещен», – нужно помнить, что она живет в другом мире. Запрет для мальчиков может означать: «Я девочка. Я осознаю, кто я». В этом возрасте исключение по признаку пола – нормальная стадия социального развития, и такое поведение не опасно. Если кого-то обидело заявление девочки, примените обычные методы разрешения конфликтов.

Главное – дети должны сами выбирать себе товарищей до игр, а взрослые поддерживать их социальные решения. Дети дошкольного возраста постоянно классифицируют окружающий мир и склонны видеть все в черно-белом свете. По мере того как дети осознают свою половую принадлежность, они могут проходить через период «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя», причем иногда этот период длится несколько лет; у них также может наблюдаться ярко выраженный «розовый» девчачий период или мужской период культа супергероев. Градации появляются позже. Иногда детям нужно довести идеи половых различий до крайности, прежде чем они придут к более уравновешенным взглядам, отражающим реальность.

Никакого вреда

Нам трудно отбросить свои взрослые взгляды на эту проблему. После нескольких веков борьбы за равные права такие заявления, как «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя», приводят нас в ужас. Главное – рассматривать их с точки зрения развития ребенка. У вашего четырехлетнего малыша есть потребности. Одна из таких потребностей – осознание своей половой принадлежности, и ребенок удовлетворяет свои потребности через игру. Если он говорит: «Девочкам нельзя», на это есть причина.

Кроме осознания половой принадлежности такие заявления, как «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя», могут указывать на тайный страх. У детей бывает много необычных страхов, обусловленных незнанием. Может, мальчики будут шуметь? Может, девочки не любят машинки? Если играть с мальчиком, не превратишься ли ты в мальчика? Если вы хотите выяснить, что может думать ребенок, спросите у него. «Я вижу, ты не хочешь играть с девочками. Тебе что-то не нравится в девочках?» Игра с исключением по половому признаку может о многом рассказать. Только не пытайтесь копать слишком глубоко. Зачастую это просто вопрос того, с кем ваш ребенок больше любит играть, – и его социальный выбор требует уважения.

Любое поведение о чем-то говорит.

Почему дети говорят: «Мальчикам нельзя» или «Девочкам нельзя»?

Исключение противоположного пола, чтобы утвердить свою половую принадлежность. Попытка защитить свое право играть с одним или несколькими wybranными детьми.

Исследование разницы между мальчиками и девочками посредством игры.
Предпочтение детей одного пола с ребенком или их занятий.
Сигнал, что их что-то пугает.
Сигнал, что они растеряны.

Если детям разрешено исследовать свои идеи о половой принадлежности, они зачастую не придают им особого значения. Когда же потребности ребенка подавляются, они просто загоняются внутрь; их труднее выявить, а представления, лежащие в их основе, становятся еще более запутанными. Подобно всем играм, игре с исключением противоположного пола лучше не мешать.

При анализе потребностей развития ребенка, которыми обусловлены такие заявления, как «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя», возникают опасения, связанные с дискриминацией. Разве фразы «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя» допустимы? Разве они не обидные? В дошкольном возрасте игры с исключением противоположного пола не причиняют вреда. Здесь также применимо золотое «неправильное» правило – разрешено все, что не наносит ущерб людям и собственности. В понятие ущерба входят оскорбленные чувства. Если отвергнутый ребенок переживает, необходимо вмешаться и использовать стандартные средства разрешения конфликтов.

Крайности

В раннем детстве дети не только делятся на два лагеря – мальчиков и девочек, – но нередко доводят представления о половых различиях до крайности. У них могут формироваться устойчивые идеи о том, что могут, а чего не могут делать мужчины и женщины.

Дети дошкольного возраста часто проходят через стадию «мужественного супергероя» или «принцессы». Мягкие, спокойные отцы не могут понять, что случилось с их сыновьями. Не пользующиеся макияжем матери растерянно смотрят на своих дочерей, превратившихся в «девочек в розовом». Исследование границ помогает детям осознать, кто они, и этот процесс часто предполагает отторжение противоположного пола.

Дети не отступают от жестких гендерных стереотипов даже в тех случаях, когда у них перед глазами противоположные примеры. Например, Бенджи, сын врача, любил играть в «скорую помощь». Во время игры с другим трехлетним ребенком он сказал: «Врачами могут быть только мальчики». Мать Бенджи была в недоумении. Ведь в их семье врач – она.

Вы можете сколько угодно объяснять и приводить бесчисленное количество примеров, но дети иногда мыслят крайностями. Они заняты классификацией окружающего мира и предпочитают постоянство внутри выявленных категорий. Можно не сомневаться, что Бенджи повзрослеет и изменит свое мнение.

Всего лишь детская игра

И наконец, не стоит слишком серьезно воспринимать игры с исключением по признаку пола. Пятилетний мальчик, который хочет играть только с мальчиками, не обязательно вырастет во взрослого, склонного к дискриминации женщин. А четырехлетняя девочка, сторонящаяся мальчиков, вряд ли превратится в мужененавистницу. Подобное разделение в играх характерно для начальных классов школы. Кроме того, дети часто нарушают установленные ими же правила. Например, Аманда и Молли заявляли: «Вход мальчикам и тиграм воспрещен», но потом разрешили войти в свой домик Бену, мальчику в костюме тигра (см. Правило 12: «Я не буду с тобой играть» – это нормально»). Не воспринимайте все слишком всерьез.

*Попробуйте это – добавьте в свой арсенал
Не подчеркивайте половую идентичность*

Дети изо всех сил стараются защитить свою игру. Зачастую враждебные чувства к мальчикам или девочкам исчезают, когда вы просто подтверждаете право ребенка на игру – особенно право самому выбирать товарищей для игры. «Ты сказала, что мальчикам нельзя, потому что хочешь играть с Софи. Ладно, можешь играть с Софи» (см. Правило 11: «Здесь не все друзья» и Правило 12: «Я не буду с тобой играть» – это нормально»).

Выявите истинную проблему

Что это: осознание половой принадлежности? Страх, что кто-то разрушит с таким трудом построенную крепость? Неверные представления? Предпочтения в выборе товарищей для игр? Такие заявления, как «мальчикам нельзя» или «девочкам нельзя», привлекают внимание родителей, но они могут скрывать истинную проблему. Расспросите детей.

Повесьте объявление: «Девочкам вход воспрещен» или «Мальчикам вход воспрещен»

Объявления – превосходный способ поощрения грамотности, подтверждения прав; они дают детям чувство, что они хозяева своей игры. В точности записывая слова ребенка, вы показываете, что слышали его. Не бойтесь и напишите: «Мальчикам нельзя» или «Девочкам вход воспрещен». Бумажное объявление провисит недолго, но обеспечит ребенку чувство безопасности и уважения.

ПРИДАЙТЕ ОБЪЯВЛЕНИЮ ПОЗИТИВНЫЙ ХАРАКТЕР

Лучше всего использовать слова самого ребенка, но необходимо следить, чтобы запрет не содержал конкретных имен. Например, если ваша дочь желает написать: «Генри нельзя входить», задайте ей два вопроса. Первый: «А кому ты разрешаешь входить?» Второй: «Что случится, если Генри войдет?» Исключение из игры только одного ребенка, Генри, может быть очень обидным для него, и он расстроится. Если имена все же используются, объявление должно носить позитивный характер. Например: «Тайный домик. Питеру можно входить».

АЛЬТЕРНАТИВА ОБЪЯВЛЕНИЮ: «ДЕВОЧКАМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН» ИЛИ «МАЛЬЧИКАМ ВХОД ВОСПРЕЩЕН»

Если мысль о том, что на детском домике появится объявление: «Девочкам вход воспрещен», вам так неприятна, напишите: «Домик Роберта и Джесси». Оно достигает той же цели позволить детям самим выбирать товарищей для игр, но не раздражает взрослых. Всякий, кто хочет войти в домик, должен сначала получить разрешение Роберта и Джесси. Кроме того, можно добавлять имена других детей – мальчиков и девочек.

Рекомендации, как себя вести при исключении из игры по признаку пола

1. Инициатива должна исходить от ребенка

Не следует предлагать девиз «мальчикам вход воспрещен». Пусть ребенок предложит сам.

2. Не реагируйте слишком бурно

Помните, что перед вами очень маленький ребенок. Его потребности отличаются от ваших. Исключение по признаку пола – это неотъемлемая часть процесса развития ребенка.

3. Используйте слова ребенка

Дословно повторите то, что говорит ребенок. В объявлении по возможности используйте точные слова. Ребенок убедится, что вы его слышали, и вы оба поймете, что стоит за его словами.

4. Задавайте наводящие вопросы

Выясните, что стало причиной такого заявления, как «мальчикам/девочкам вход воспрещен». Это самоидентификация? Страх? Защита дружбы? Непонимание?

5. Согласитесь с тем, что считаете правильным

Подтвердите половую принадлежность: «Да, ты девочка, и Софи девочка». Подтвердите право ребенка выбирать себе друзей для игр: «Если ты хочешь играть только с Софи – пожалуйста».

6. Проясните, что вы считаете неправильным

Сообщите информацию о заблуждениях относительно пола: «Ты боишься, что мальчики будут шуметь. Я знаю, что мальчики тоже могут вести себя тихо», «Я знаю, что девочки умеют играть в бейсбол».

7. Найдите истинную проблему

После обсуждения перефразируйте слова ребенка («мальчикам вход воспрещен»), чтобы передать их истинный смысл («Я девочка, и мне больше всего нравится играть с девочками»). Это поможет ребенку понять свои мысли и чувства. Вместе вы можете перефразировать объявление. Например, «Мальчикам вход воспрещен» превращается в «Дом Меган. Входить разрешено только тихим детям».

Дискриминация

А бывают ли другие причины? Сталкиваясь с отторжением, мы сразу же пугаемся дискриминации. Если мы разрешаем объявления: «Мальчикам вход воспрещен» или «Девочкам вход воспрещен», не придется ли нам когда-нибудь столкнуться с надписями, запрещающими вход чернокожим, латиноамериканцам, мусульманам или евреям?

Расовая дискриминация и отторжение, обусловленные взглядами, особыми потребностями и т. д., представляют собой серьезные социальные проблемы, но относятся они к детям старшего возраста и взрослым. Маленькие дети группируются в основном по признаку пола и по игровым интересам. Иногда они просто ищут необходимую им информацию.

Когда мне было шесть лет, я хотела подружиться с девочкой по имени Лиза. Она строила башню, и мне хотелось играть с ней в кубики, но я боялась дотронуться до ее руки. Она была чернокожей, а я белой. Мне казалось, что моя кожа изменит цвет, если я дотронусь до Лизы. «Не изменит», – заверила меня мама. Этого мне было достаточно. Я испытала огромное облегчение, узнав, что кожа не меняет цвет от прикосновений. Мы с Лизой играли вместе весь год. Мама потом спросила меня: «Почему тебя так волнует, какого цвета твоя кожа?» «Потому что я хочу быть похожей на тебя», – ответила я. Боязнь прикоснуться к Лизе была страхом различий и страхом потерять связь со своей семьей.

У детей бывают очень странные представления и страхи; малыши любопытны и невежественны. Для маленького ребенка раса не имеет никакого значения в отличие от взрослого. Замечания детей относительно расы, телосложения или физических недостатков обычно делятся на две категории: злословие и невежество.

Как относиться к различиям

Дети склонны обращать внимание на различия. Так они учатся. Сортировка, классификация, выявление закономерностей – все это очень важно для овладения речью, культурой, грамотностью и наукой. По мере того как расширяется их мир, дети обязательно замечают различия между расами, а также во внешности людей.

Ребенок младше трех лет сосредоточен на себе и на членах своей семьи. Он предполагает, что весь остальной мир выглядит и ведет себя так же, как его родные. К четырем годам дети начинают замечать различия и классифицировать их. Трехлетние и четырехлетние дети

больше всего боятся людей, у которых не такая внешность, как у членов семьи (борода, цвет кожи, физический недостаток).

Если ваша семья состоит из представителей разных культур, то ребенок уже причисляет людей с разным цветом кожи к категории «родные и друзья». Если же ребенок растет в однородном окружении, то будет замечать различия, однако он страдает от недостатка информации. Вы должны предоставить ребенку эту информацию – основную. Например: «Я знаю, что Тереза девочка и ты девочка. Я знаю, что вы обе любите играть в семью» или «Да, ее кожа светлее/темнее твоей». Развейте страхи прямым вопросом: «Тебя в этой девочке что-то беспокоит?»

Ненавидеть или презирать человека в зависимости от расы или других признаков – этому детей можно только научить. В нравственном развитии ребенка определяющими являются семейные ценности, и поэтому необходимо рассказывать о своих взглядах, открыто выступать против стереотипов и дискриминации. У детей младше шести лет, если только взрослые не научили их сегрегации, причиной исключения из игры редко бывает фактор расы или религии, однако пол имеет большое значение для этой возрастной группы. Дети начинают делиться на мальчиков и девочек, хотят играть с теми, кто разделяет их интересы.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Половая принадлежность и страхи

Ты мальчик. Теперь тебе хочется играть только с мальчиками.

Что случится, если войдет девочка?

Ты боишься, что девочки разрушат твою крепость.

Я знаю, что мальчики тоже с удовольствием играют в семью.

Защита права на игру

Если ты хочешь играть только с Софи – пожалуйста.

Можешь играть с тем, с кем хочешь.

Сам выбирай, с кем тебе играть.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Это нехорошо.

Не нужно так говорить.

Конечно, мальчики/девочки могут войти.

Играть можно всем – вы должны разрешить.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Когда взрослые критикуют поведение своих детей, не принимающих в игру мальчиков или девочек, вы можете задать ребенку вопрос: «Кажется, ты сказала, что мальчикам нельзя. А что произойдет, если мальчик будет играть в песочнице?» Если другим родителям неприятно отторжение по признаку пола, признайте этот факт. «Да, дома мы пишем такие объявления, но мистеру Джефферсу это не нравится. Он переживает, что кто-то может обидеться».

«Почему эта тетя такая толстая?» Когда подобные вопросы о внешности звучат в общественном месте, вы можете дать краткий ответ, отложив более подробное объяснение до дома. Как и с другими деликатными темами (см. Часть 7: «Деликатные темы»), каждая ситуация уникальна, и такие вопросы требуют времени и честного разговора.

Правило 14. Спокойно воспринимать отказ

Никто не хотел играть с Адамом. Раз за разом дети разбивались на пары или группы, а четырехлетний Адам оставался не у дел.

У пятилетней Брианны была привычка командовать другими детьми. Вскоре остальные девочки в группе стали избегать ее.

Хантер предпочитал одиночество. Когда в детском саду к нему подходили другие дети и звали играть, он не обращал на них внимания. В конце концов к нему перестали обращаться.

Отказ принять в игру не имеет особого значения, если это происходит время от времени. Дети часто не хотят играть друг с другом, и причины могут быть разные – настроение, страхи, нежелание прерывать игру, стадия развития и т. д. (см. Правило 12: «Я не буду с тобой играть» – это нормально»). Другое дело, если такая ситуация повторяется. Внимательно присмотритесь к ребенку, которого постоянно отвергают.

Причина неправильных правил

Преодолеть можно даже постоянное отторжение. Вмешайтесь, чтобы помочь своему ребенку.

Иногда отказ принять в игру становится причиной серьезных переживаний. Дети, которых постоянно отвергают, нуждаются в помощи взрослых, чтобы переломить эту тенденцию.

Не отчаивайтесь, если ваш ребенок позже научился дружить или если у него медленнее формируются социальные навыки. Отторжение в дошкольном возрасте – это не приговор. Например, Эндрю в возрасте четырех-пяти лет не заводил друзей, как большинство его сверстников, но в начальных классах школы у него появилось несколько близких друзей.

Дошкольные годы – это лучшее время для игры. Иногда ребенку нужно совсем немного помочь, чтобы он «включился в игру» и успешно взаимодействовал со сверстниками.

Польза неправильных правил

Вы в состоянии помочь в развитии социальных навыков ребенку, которого регулярно отвергают. Он должен усвоить следующее:

Я могу приспособливаться. Я могу изменить свое поведение, если другим детям оно не нравится.

Я могу идти на больший социальный риск. Я справлюсь, если у меня не сразу получится.

Почему это работает

Большинство детей спокойно относятся к тому, что их время от времени не принимают в игру, но приблизительно 10 процентов случаев требуют вмешательства взрослых – так считает Майкл Томпсон, один из авторов книги «Лучшие друзья, злейшие враги: социальная жизнь детей» (Best Friends, Worst Enemies: Understanding the Social Lives of Children). Дети, которых часто отвергают в дошкольном возрасте, могут испытывать трудности в школе, становиться объектами травли, попадать в неприятности и страдать от депрессии. Если отторжение носит хронический характер, мы обязаны вмешаться и помочь таким детям преодолеть трудности с общением.

В первые годы жизни социальные потребности ребенка в основном удовлетворяются семьей, но чем старше он становится, тем большее место в его жизни занимают сверстники. Детям трудно смириться с тем, что их отвергают сверстники, если это происходит регулярно. Многие исследователи, в том числе доктор Карен Бирман, выяснили, что хронический отказ преследует детей, даже когда они меняют детские сады или компании сверстников. Она считает, что основная разница между отвергаемыми детьми и теми, кого все любят, – умение

общаться. Дети, знающие, как «войти в игру», пользуются успехом. Тот, кто не понимает социальных сигналов, остается не у дел. Это могут быть дети, не признающие очередность, агрессивные и не умеющие себя сдерживать.

Дети – не взрослые

«Она это перерастет». Иногда мы несерьезно относимся к трудностям с общением, которые возникают у детей. «Это всего лишь детская игра», – убеждаем мы себя. По большей части так и есть. Но когда ребенок сталкивается с постоянным отторжением или другой формой социальной изоляции со стороны сверстников, ситуация требует вмешательства взрослых. Внимательно наблюдайте за детьми. Примите меры, чтобы разорвать порочный круг. Ваша помощь может оказаться решающей.

Иногда достаточно простых средств. Это обучение определенным социальным навыкам, моделирование поведения или помощь в понимании, что происходит. Например: «Гэвин поздоровался. Когда кто-то здоровается, люди обычно отвечают».

В других случаях может потребоваться дополнительная помощь. Чем раньше мы начнем помогать детям, испытывающим разного рода трудности с общением (к которым относится и аутизм), тем лучше.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Когда ребенка время от времени не принимают в игру, ему нужно помочь справиться с обидой. Если же такое повторяется регулярно, помощь должна быть более серьезной. Изолированные и подвергающиеся остракизму дети – это группа риска.

Выявить повторяющееся отторжение

Обращайте внимание на типичное и повторяющееся отторжение. Когда дети сами выбирают товарищей для игр, взрослым легче заметить повторяющееся отторжение. Право выбирать товарищей для игр (предусматривающее возможность отказать другому ребенку) позволяет увидеть, когда детей действительно отвергают, причем постоянно. Если взрослые настаивают, чтобы дети принимали в игру всех, эти деструктивные социальные закономерности выявить сложнее (более подробно о преимуществах исключения из игры см. Правило 12: «Я не буду с тобой играть» – это нормально»).

Следует также обращать внимание на тех детей, которые склонны игнорировать попытки сверстников присоединиться к игре. Отвергает ли ваш четырехлетний малыш предложение другого ребенка, который делает первый шаг к сближению? Дети, не умеющие должным образом реагировать на сверстников, возможно, нуждаются в дополнительной помощи – чтобы преодолеть социальные фобии, научиться понимать социальные сигналы и т. д.

Научить дружить

Не каждый ребенок умеет заводить друзей (советы, как помочь ребенку присоединиться к игре, см. Правило 11: «Здесь не все друзья»).

Изменить репутацию

Оливер очень хотел играть со сверстниками. Он был единственным ребенком в семье и в возрасте четырех лет по-прежнему считал, что лучший способ взаимодействия – ударить или толкнуть. Все его избегали.

Когда у ребенка складывается определенная репутация, изменить ее бывает сложно. Если малыш меняется и взрослеет, обратите на это внимание других детей. Например, после полу-года посещения детского сада Оливер перестал бить и толкать сверстников, научившись присоединяться к ролевым играм. Его воспитатели могли сказать другим детям: «Вам безопасно с Оливером. Теперь он никого не бьет, когда играет. Хотите, мы у него спросим? Оливер, ты будешь нападать на Лидию? Нет? Хорошо».

Спросить: «Ты будешь меня бить?» или «Ты будешь брать мою лопатку?» – простейший способ помочь обоим детям. Он убеждает того, кто боится, что все будет в порядке. А другой ребенок получает ясный сигнал – он должен следить за собой, если хочет участвовать в игре.

Принять в команду

С четырехлетним Адамом никто не хотел играть. Когда другие мальчишки бегали по детской площадке, Адам с завистью смотрел на них, но его не принимали. Воспитатель Адама, Даррен, увидел, что происходит, и исправил ситуацию. «Я хочу, чтобы Адам был в моей команде, – сказал он, когда они играли на улице. – С ним весело играть». Когда другие дети увидели, что Даррен рад Адаму, они перестали отвергать сверстника. Даррен продемонстрировал, что с Адамом весело.

Дети склонны классифицировать сверстников. Ребенок может быть причислен к категории тех, с кем интересно, или тех, кого следует избегать. Вы можете продемонстрировать, что с ребенком, которого отвергают, интересно играть. Что он хороший товарищ. Побольше смейтесь. Демонстрируйте каждому ребенку, что его принимают и ценят. Ваше отношение к людям имеет огромное значение. Дети всегда наблюдают за вами.

Продemonстрировать привлекательные идеи

Иногда дети могут привлечь сверстников интересными темами для игры. В детском саду в играх на площадке во дворе Ноа всегда оставался лишним. Однажды он превратил лесенку в гигантское «гнездо» и объявил о новой игре. «Я сова. Я ем мышей!» – крикнул он. Идея Ноа понравилась детям, и они включились в игру, гоняясь друг за другом по двору. После этого у Ноа больше не было проблем с поиском друзей. Сверстники относились к нему как к лидеру, способному предложить интересные идеи для игр. Если у вашего ребенка масса идей, но нет друзей, помогите ему продемонстрировать привлекательные темы для игр.

Принести ценный реквизит

Добиться признания в дошкольные годы может быть очень просто – достаточно принести ценный реквизит. «Что нужно для этой игры? Что ты можешь принести?» Вы можете помочь ребенку понять, какие предметы используются в игре и что еще может понадобиться. Если это игра в «хорошего парня и плохого парня», не пригодится ли шлем и плащ? Если дети копают туннель, может, им нужна хорошая лопата? В таком возрасте дети могут заинтересоваться сверстником, если он принесет что-то ценное. Это может быть необычная игрушка или даже собака, его домашний питомец. Отвергнутый ребенок приобретает социальную значимость, предоставляя доступ к этому объекту. Как и во взрослой жизни, социальный контроль часто включает контроль над ресурсами.

Развивать социальные навыки

Брианну часто не принимали в игру, потому что она всеми командовала. «Вы должны делать так, как я говорю», – настаивала она. Другие дети отвечали: «Я больше не хочу играть» – и уходили. Брианна оставалась в одиночестве. Ее мама и воспитатели помогали девочке понять, что нельзя все время командовать и нужно давать слово другим. Для формирования социальных навыков полезно присутствие взрослого.

Однажды Брианна играла с Эвой в «кухню». Она командовала Эвой и настаивала, чтобы все было, «как она говорит». Эве надоело, что ею помыкают.

Эва. Мне надоело. Я хочу играть в котенка.

Брианна. Ты должна делать, как я говорю.

Эва. Я больше не хочу с тобой играть.

Взрослый. Эва не хочет играть в эту игру. Она хочет играть в котенка.

Брианна. Какого котенка?

Взрослый. Ты можешь ее спросить.

Роль взрослого – просто подтвердить слова Эвы, но это помогает Брианне прислушаться к мнению подружки. Теперь Брианна спросила у Эвы, как играть в котенка. В этот момент произошла смена власти. Игра в котенка была придумана Эвой, и, естественно, командовала теперь она. Брианна слушала Эву, пока они играли, и сдерживала свое желание быть главной.

Обращаться за дополнительной помощью

Некоторым детям нужна помощь, которую не в состоянии предоставить родители. Если ребенок не способен различать социальные сигналы, если он страдает от нарушения сенсорной интеграции, тревожности или других проблем, разумнее всего обратиться за помощью к специалисту. Раннее вмешательство в процесс формирования различных социальных навыков может оказать огромное влияние на жизнь ребенка.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Не бойтесь играть с Оливером. Он теперь не дерется во время игры.

Хочешь спросить, чтобы убедиться? Оливер, ты будешь нападать на Лидию? Он сказал, что не будет.

С Адамом весело играть. Мне нравится, когда он в моей команде.

Что нужно для этой игры? Что ты можешь принести?

Я заметил, что Эве не нравится, когда ты не прислушиваешься к ее мнению.

Многие дети не любят, когда ими командуют. Ты знаешь, что это значит? Давай поговорим об этом.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Давай, не стесняйся.

Что это с тобой?

Ты должен справиться, и больше не будем об этом.

Ты слишком много командуешь/стеснителен/груб, и в этом твоя проблема.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Иногда посторонние люди замечают в нашем ребенке то, что не видно нам. Постарайтесь прислушиваться к замечаниям взрослых, которых вы уважаете, – например родственников или воспитателя детского сада. Большинство педагогов не обладают квалификацией, чтобы поставить такой диагноз, как аутизм, однако они могут поделиться своими наблюдениями: «Я вижу, что Райан не смотрит в глаза. Вы не замечали этого раньше?»

Кроме того, вы можете рассказать другим взрослым, над чем вы работаете со своим ребенком. «Лейла пытается понять, когда она помыкает другими, так что, если вы увидите, что она командует Грейс, было бы полезно указать ей на это». Привлекайте союзников, которые позаботятся об интересах вашего ребенка.

Часть IV. «Бегательная» комната: дети, власть и действие

*Решает ребенок.
Жан-Поль Сартр*

Правило 15. Запрещайте стулья, а не пятнашки

В моем детском саду самая лучшая комната называлась «бегательной». Она была почти пустой, если не считать нескольких матов на полу, шведской стенки и каната, на котором можно было висеть. Просто свободное пространство. Здесь можно было прыгать, карабкаться, бегать, бороться и кричать. Настоящий рай для детей. В «бегательной» комнате было возможно почти все.

Помню, как я сама, став матерью, покупала детский стульчик для своего трехлетнего сына. Он любил рисовать, и я подумала, что на стульчике будет удобно сидеть за столом, который уже имелся в детской. Но стул оказался помехой. Майлз предпочитал рисовать стоя, лежа или на ходу, держа в руках дощечку. В конечном итоге нашлось применение и стулу: он превратился в каркас для крепости из одеял.

Маленьким детям не нужны стулья (только во время еды). Им нужно движение. Детям – и особенно мальчикам – необходимо много свободного места.

Причина неправильных правил

Детям необходимо двигаться – бегать, прыгать, карабкаться, валяться и бороться. Бурные игры – важная часть детства.

Пятилетний Тайлер был активным ребенком. Его отчислили из детского сада за то, что он не мог спокойно сидеть на занятиях в классе. Школа для маленьких детей его с удовольствием взяла. Большую часть дня Тайлер проводил в «бегательной» комнате – прыгал, карабкался на шведскую стенку, играл в догонялки с другими детьми или катался на трехколесном велосипеде во дворе. Он подружился со многими сверстниками и прекрасно с ними ладил.

Необычное поведение, как правило, указывает на то, что мы ошиблись в своих ожиданиях. Нельзя считать детей «плохими», если они ерзают или дружески толкают сидящего рядом ребенка (см. Правило 17: «Бьют только друзей»). Это значит, что их потребности не удовлетворяются. Либо неверны наши ожидания или окружающая среда. Уберите стулья и позвольте детям двигаться.

Польза неправильных правил

Если потребность ребенка в движении удовлетворяется, вы оба будете чувствовать себя спокойнее и безопаснее. Бурная игра помогает ребенку развивать физические, интеллектуальные и социальные навыки. Мальчиш усваивает следующее:

Я могу быть таким, какой я есть.

Я не плохой, потому что мне нравится двигаться.

Окружающий мир не запрещен. Его очень интересно исследовать.

Бегать и кричать можно, но не везде. Я могу найти подходящее место для этих занятий.

Я начинаю понимать, что можно, а что нельзя. В мире есть опасности, и я не могу рассчитывать, что кто-то другой меня спасет.

Чувствовать, каким сильным становится мое тело, приобретать новые навыки – это приятно.

Почему это работает

Дети не могут не двигаться. Всем детям необходимо движение, и из-за этого у них часто бывают неприятности. «Плохое» поведение во многих случаях обусловлено просто недостатком места и возможностей для активных действий.

Дети – не взрослые

«Он не обращает на меня внимания!» Кинестетикам для обучения необходимо двигаться. Если ваш ребенок непоседа, помогите ему удовлетворить потребность в движении. Многие мальчики – кинестетики, и они лучше воспринимают ваши слова, когда их тело движется. Мы слишком часто просим детей сидеть. Подумайте, что нужно ребенку, и измените окружение так, чтобы приспособить его для быстрых и шумных игр. Помните, что аномальное поведение ребенка часто обусловлено ошибочными ожиданиями взрослого.

Биологически мальчики активнее девочек. Исследования психолога Уоррена Итона показывают, что мальчики проявляют большую физическую активность начиная с двух лет, а пик их активности приходится на семи- или восьмилетний возраст.

Раньше мы беспокоились, что мальчикам уделяется больше внимания, чем девочкам, а теперь все яснее понимаем, что оказываем плохую услугу мальчикам, особенно в раннем детстве, заставляя трех-, четырех- и пятилетних детей подолгу сидеть, игнорируя их естественные потребности в движении. Майкл Томпсон, автор книг «Воспитать Каина» и «Это мальчик!» считает, что дома и в детском саду демонизируют нормальное поведение ребенка.

«Многие женщины не в состоянии вынести энергию мальчишки, – говорит директор Школы для маленьких детей Стефани Ротмайер. – Они просто не понимают ее. Считают разрушительной. Не ценят ее. Они пытаются заставить мальчиков вести себя так, как девочки».

В дошкольные годы мальчики менее разговорчивы, но физически более активны. Исследование, проведенное в Йельском центре изучения ребенка, показывает, что мальчиков исключают из детского сада в пять раз чаще, чем девочек. Мальчики обучаются посредством действий, и их физическую энергию нужно уважать.

Физическая активность важна для *всех* детей, и взрослые, которые делают жизнь «дружественной к мальчикам», также помогают девочкам.

Освободите место для действия. Детям нужно пространство для громких, быстрых, смелых и бурных игр.

Активная энергия – это не аномальное поведение

В Соединенных Штатах многие детские сады сокращают перерывы между занятиями и даже (не удивляйтесь) вообще убирают их. В некоторых детских учреждениях запрещают игры, которые кажутся взрослым слишком грубыми, например пятнашки. Это показывает, что взрослые не ценят и не понимают настоящую потребность детей в движении, а также неуместный страх перед грубой игрой.

В чем причина такого отношения к энергичным играм? В женщинах. Да, это смелое утверждение, и оно не всегда верно, но помогает выявить суть проблемы. Хотя все большее число отцов занимаются воспитанием детей, в жизни маленького ребенка по-прежнему преобладают женщины: матери, воспитательницы, бабушки и няни. Многих женщин раздражают выбросы энергии (особенно у мальчиков). Они слишком неуправляемые. Слишком громкие. Они пугают. Они слишком грубы и все ломают. В мире маленького ребенка взрослые жен-

щины стремятся обуздать его энергию. По всей Америке слышны голоса: «Не бегай!.. Слезай с дерева, ты упадешь... Немедленно брось палку... Перестаньте драться... Ты испачкаешься... Будь осторожен... Перестань отвлекаться и *сиди спокойно!*»

Приходя в детский сад или другое дошкольное учреждение, ребенок сталкивается с целым флотом из столов и стульев. Некоторые дети могут приспособиться, но непоседливые часто зарабатывают себе репутацию «проблемных». Очень немногие программы воспитания дошкольников предусматривают просторные помещения для физической активности, подобно постоянно открытой «бегательной» комнате. Для беготни отводится специальное время – перерывы между занятиями. Но организм ребенка для этого не приспособлен. Детям требуется движение не только с 11:25 до 11:45. Движение – неотъемлемая часть их самих. И у большинства детей выброс энергии может случиться в любое время дня.

Мозг и движение

Считается, что «учиться» можно только сидя. Но мозг маленького ребенка постоянно обучается – даже когда он размахивает палкой или бросает обломки льда в пруд. Более того, некоторые дети лучше усваивают информацию, когда двигаются. Таких детей и называют кинестетиками. Эта особенность характерна для многих мальчиков, мозг которых нуждается в действии.

У любого человека, будь то девочка или мальчик, взрослый или ребенок, движение стимулирует мозг. Джон Медина, автор книги «Правила мозга» (Brain Rules), считает, что мозг человека развивался в период, когда люди почти непрерывно двигались, и поэтому движение создает оптимальные условия для обработки информации мозгом. При физической активности мозг получает больше кислорода. Кроме того, многолетние исследования показали, что движения, пересекающие среднюю линию тела (слева направо), укрепляют связи между левым и правым полушариями. Движение активизирует мозг. Ученые выяснили, что движение усиливает рост нейронов и формирование нервных проводящих путей. Все это способствует обучению, улучшает память и внимание.

Для некоторых чрезвычайно активных детей периодического движения недостаточно. Им нужно двигаться почти все время, когда они не спят. Например, пятилетний Логан не мог спокойно сидеть в детском саду. К счастью, воспитательница понимала это. Она указала родителям на потребность Логана в движении и позволила ему расхаживать по комнате во время занятий. Он был сообразительным мальчиком и, когда его потребность в движении удовлетворили, стал делать успехи.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Маленьким детям необходимы пространство, сила и действие. По возможности как можно чаще удовлетворяйте эту жизненно важную потребность.

Освободите место для активных занятий

Маленьким детям требуется много места для активной игры. Места, где они могут двигаться, и двигаться быстро. Места, где они могут кричать и шуметь. Места, где они могут беситься, не сдерживая себя. Подавление физической энергии никому еще не помогало. Ежедневно предоставляйте ребенку место для бурных игр и делайте это как можно чаще. Для большинства семей подходит либо задний двор дома, либо ближайший парк. Это может быть подвал, крыльцо или любое другое место.

Читайте детям на ходу

В возрасте трех лет Гейб очень любил книги, но не мог долго сидеть, чтобы слушать чтение. Мама читала ему вслух, а Гейб в это время расхаживал по гостиной. Найдите способ

включить движение в традиционные занятия, такие как чтение или рисование. Не мешайте детям двигаться.

Не беспокойтесь о безопасности

«Джексон! Немедленно брось эту палку! Ты выколешь кому-нибудь глаз».

Мы беспокоимся не о том, о чем нужно. У наших детей гораздо больше шансов погибнуть в автомобильной аварии, чем по какой-либо другой причине, но мы с младенческого возраста постоянно возим их в автомобиле. Если не нарушается золотое неправильное правило – «Не причинит ли это вред людям или собственности?», – способствуйте тому, чтобы дети играли на улице и шли на разумный риск. Это значит, что нужно разрешить им лазать по деревьям, ходить по стенам, играть с палками, прыгать по лужам и т. п. Научите ребенка правильно падать (перекатываясь) и помогите ему избегать реальных опасностей (оживленных улиц, отвесных скал). Опасность для ребенка уменьшается, когда он лучше управляет своим телом, умеет прыгать, карабкаться, сохранять равновесие. Малыш учится оценивать, на что он способен, развивает координацию и начинает понимать, где проходит граница возможного.

Откажитесь от «Будь осторожен»

«Будь осторожен» – одна из самых бессмысленных фраз, которые мы говорим детям. Она повышает уровень тревожности, не предлагая конкретной помощи. Такие предупреждения, как «Берегись!» или «Осторожно!», заставляют некоторых детей избегать риска и отказываться от исследования нового. Фраза «Будь осторожен» не содержит никакой информации в отличие от таких, как «Ты на самом краю», «Смотри под ноги», «Сзади тебя люди» и т. п. Можно задать общий вопрос: «Ты не боишься?»

Спросите: ты не боишься?

В следующий раз, когда ребенок заберется слишком высоко, обратите его внимание на этот факт. Задайте простой вопрос: «Ты не боишься?»

Для ребенка этот вопрос служит своего рода проверкой реального положения дел. Он заставляет ребенка оценить ситуацию. Вполне возможно, он ответит: *Ой, а я и не заметил, что залез так высоко. Как мне теперь спуститься?* Это учит детей прислушиваться к собственным сигналам тревоги.

Шестилетний Кэмерон захотел перекусить. Он забрался на кухонный стол и привстал на цыпочки, чтобы достать печенье с верхней полки. Мама спросила его, не страшно ли ему. «Вообще-то страшно», – признался он и слез на пол. Мама подала ему печенье.

Разумеется, реакция ребенка зависит от его темперамента; некоторые дети даже не подумают останавливаться или спускаться. Если ребенок преступил установленную вами границу безопасности, остановите его и скажите: «Я обязана следить, чтобы с тобой ничего не случилось». В каждом случае необходимо заранее решить, доверять ли ребенку его безопасность. Спросите себя, достаточно ли безопасна эта ситуация. Согласны ли вы допустить риск падения с небольшой высоты или разбитой коленки? Иногда риск однозначно недопустим (например, трехметровая лестница и цементный пол). В общем случае необходимо обуздать свое желание во что бы то ни стало защитить ребенка. Спросите себя: «Это нанесет вред?» Позвольте ребенку рисковать и набивать себе шишки.

Не стесняйтесь говорить о том, что вам не нравится

Если ваш трехлетний малыш во время игры оглушительно визжит, прямо скажите ему об этом: «Слишком громко для моих ушей». Маленькие дети не умеют регулировать громкость своего голоса. Совет ребенку «говорить про себя» не несет информации. Прямо объясните ему, что он издает слишком громкие звуки, визуальное подкрепив свои слова (зажмите уши ладо-

нями), и найдите место, где он может шуметь в свое удовольствие, не мешая другим. Громкие звуки – это необходимая составляющая детской игры. Поэтому вы должны установить границы допустимого и выделить место для подобных игр. Если дети носятся по кухне, не нужно говорить: «Перестаньте бегать!» или «Эй, помедленнее». Ваша реакция должна быть конкретной: «Кухня не для беганья. Если хотите бегать, идите на улицу».

Разрешайте ребенку лазать по деревьям – и не помогайте спускаться

Морган любила лазать по деревьям, но, как только забиралась слишком высоко, звала маму, чтобы та помогла ей спуститься. Не бросайтесь на помощь детям. Не снимайте их с дерева. Для детей это обычное дело – забраться на такую высоту, с которой они не могут самостоятельно спуститься, а затем звать на помощь. Не стоит поощрять подобные привычки. Независимо от того, куда лезет ребенок, на дерево или на шведскую стенку на спортплощадке, предупредите его: «Если ты лезешь наверх, ты должен уметь спуститься вниз». Это один из первых уроков, связанных с рискованными решениями. Если ребенок растерялся, подойдите к нему. Подбодрите его и подскажите, что делать дальше: «Ты должен справиться сам, но я буду рядом. Куда теперь можно поставить ногу?» Этот метод тренирует ловкость, помогает ребенку осознать свои возможности и учит заботиться о своей безопасности.

«Бегательная» комната

Превратите часть вашего дома в «бегательную» комнату. Если в доме у вас достаточно места, выделите детям игровую комнату или подвал, где им позволено кататься на велосипеде и бросать мяч. Защитите окна и лампочки сеткой, чтобы дети не поранились. Уберите оттуда мебель, но принесите мячи, маты, мини-трамплины и большую картонную коробку. Место для активных игр – это огромное подспорье для родителей, особенно зимой. Если освободить целую комнату невозможно, выделите диван или кресло для лазанья и бурных игр.

Найдите подходящие детские учреждения

Найдите детский сад, поощряющий движение. Много ли стульев в группе? Есть ли во дворе место для игр? Как часто детей выводят на прогулку? В идеале дети должны свободно перемещаться между помещением и улицей.

Выходите с детьми на прогулку даже в дождь

Дети слишком много сидят – в автомобиле, на пластиковых стульях в детском саду, дома. Выходите с ними на прогулку. Не обращайте внимания на дождь. Пусть бегают босиком, или купите резиновые сапоги. Присоединитесь к тем родителям, которые считают, что лучшее место в доме – это двор.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Движение

Иди на улицу, если тебе хочется побегать.

Для игры тебе нужно больше места. Иди в подвал.

Можешь прыгать на старом диване в подвале.

Это место не для лазанья.

Если хочешь кричать, выйди во двор.

Это слишком громко. У меня уши болят.

Риск и безопасность

Ты на самом краю.

Посмотри под ноги.

Используй обе руки.

У тебя за спиной кто-то есть.

Ты не боишься?

Я обязан заботиться о твоей безопасности.

Если ты залезешь наверх, тебе придется спускаться самому.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Будь осторожен.

Не бегай.

Помедленнее.

Брось эту палку!

Не лезь туда, ты сломаешь себе шею.

Ты поранишься.

Ты испачкаешься.

Осторожно, ты промокнешь.

Садись. Не шуми. Веди себя прилично!

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Даже в парке вы встретите родителей, не одобряющих активные игры. Джулия, мать двоих детей, недовольно морщится, когда разрешает своим малышам карабкаться на низкие стенки. Определите, что опасно, а что нет, и следуйте золотому неправильному правилу. Не причиняет ли активная игра вашего ребенка ущерб людям или собственности? Если нет, то все в порядке. Превосходная возможность для физической активности – это пешая прогулка на природе. Здесь люди не смотрят осуждающе, когда дети бегают, прыгают через ручьи и ходят по бревнам. Как бы то ни было, природа – это естественная площадка для игр.

Правило 16. Дайте детям власть

Мой племянник Робин в два года придумал себе пышный титул. Он взял себе имя Робин Джонсон Грузовик Экскаватор Бульдозер Пинбол.

Пятилетняя Стелла любила играть в школу. Вернувшись из детского сада, она усаживала в ряд своих плюшевых зверей, звонила в колокольчик и говорила игрушкам, что они должны делать.

Шестилетний Диего бегал везде, где нужно было ходить. Он любил все бросать и мог с такой силой бросить в ствол дерева спелый грецкий орех, что тот раскалывался.

Причина неправильных правил

Дети любят героические роли и действия. Предоставьте детям как можно больше времени на изображение супергероя или на энергичные игры.

Мой трехлетний сын Зак не может и минуты мирно играть с железной дорогой.

– О нет! Крушение! – кричит он и сталкивает с рельсов тепловоз.

Каждый грузовик, поезд, корабль и кукла в мире Зака тут же попадают в аварию. Автомобили сталкиваются. Поезда падают с утесов. Корабли переворачиваются, а матросы из лего попадают в пасть акулам. До куклы добирается тираннозавр и съедает ее. «О нет! Большой динозавр! Спасите ребенка!» – кричит Зак. Затем он приступает к решительным действиям и бросается на выручку. Герой успевает вовремя и спасает всех.



У нас в доме даже нет телевизора, и поэтому интерес Зака к катастрофам и спасающему всех герою не имеет отношения к мультфильмам. Зак просто разыгрывает то, что доставляет удовольствие многим дошкольникам – высокую драму и ощущение своей силы.

Силовая игра занимает главное место в играх дошкольников. Такая игра – сталкивание поездов, появление в роли супергероя или удары палкой по дереву – дает ребенку возможность почувствовать себя сильным и влиятельным. Роль руководителя, например главы семьи или учителя, также позволяет детям почувствовать, что такое власть и ответственность. Детям нужна возможность почувствовать себя сильным – в любой форме.

Польза неправильных правил

Получая возможность почувствовать власть и силу во время игры, дети усваивают важные уроки:

Я сильный. Я могу очень многое.

Приятно помогать людям и спасать людей.

Я знаю, что хорошо, а что плохо.

Я могу преодолеть страх.

Я знаю, что такое быть сильным или беспомощным.

Я могу управлять своими играми, но родители за меня отвечают.

Почему это работает

Вы не задумывались, почему некоторым детям нравятся самосвалы, экскаваторы и всякая строительная техника? А ролевые игры в человека-паука, пожарного или маму? А как насчет динозавров? Причины могут быть самыми разнообразными и очень сложными (и ученые продолжают доискиваться до эволюционных и социальных причин, пока дети играют), но у них есть один общий аспект – сила.

«Ненавижу эти костюмы супергероев с накладными мускулами, – как-то признавалась мне знакомая. – Как будто они сидят на стероидах. Я не хочу, чтобы мои дети думали, что так должен выглядеть настоящий мужчина». Нам не всегда нравятся детские игры. Но для ребенка эти фальшивые мускулы из пены – символ силы.

Маленькие дети уважают «большое» – с ним у них ассоциируется сила. Взрослея, они становятся более независимыми. Они экспериментируют, управляя игрой, принимая решения и примеряя на себя героические роли. Дошкольники осваивают новые навыки, как физические, так и социальные, стремятся понять социальные роли.

В мире ребенка властью и силой обладают взрослые. Вокруг перемещаются большие ноги, а голоса взрослых указывают, что можно делать, а что нельзя. У взрослых такие сильные руки, что они могут поднять ребенка. В повседневной жизни ребенок остается на вторых ролях, а ему очень хочется чувствовать себя сильным и авторитетным. В игре дети получают власть, практикуются быть сильными и ответственными.

Для маленького ребенка мир зачастую выглядит непонятным и пугающим. Иногда силовая игра помогает ему преодолеть страхи. Вот, например, как маленькие дети экспериментируют с силой, а затем отступают, ища безопасности. Трехлетние Лиам и Кайл одеты в костюмы тигров.

Кайл. Я тигр. Р-р-р!

Лиам. Я тоже тигр. Я рычу. Р-р-р!

Они шутиливо царапают друг друга, берут игрушечные бутылочки с сосками и начинают сосать.

Так дети уравнивают свои потребности в силе и в безопасности: иногда им нужно драться, как тигр, а иногда сосать соску.

Мораль в играх в супергероев

Руби и Элизабет захотели поиграть в кубики. Но там уже была группа четырех- и пятилетних мальчиков, игравших в супергероев. Руби подняла куклу и объявила: «Кто-то хочет украсть этого ребенка!» Мальчики тут же клюнули; они бросились спасать ребенка, забыв о кубиках. Девочки заняли их место и затеяли свою игру. Эти девочки поняли то, что давно замечают педагоги и психологи: многие мальчики испытывают непреодолимую тягу к играм в супергероев.

В этом возрасте, и особенно у мальчиков, игра включает придуманный сюжет, в том числе насилие и агрессию. Такого рода ролевые игры являются просоциальными – психологи используют этот термин для описания позитивного поведения, направленного на помощь другим людям, способствующим общественному одобрению и дружбе. Это не только спасение людей, но и любая кооперативная социальная игра. Когда дети сражаются с разбойниками или убивают чудовище, они вместе со сверстниками используют сложные навыки решения проблем, предполагающие переговоры и компромисс. Игра в «хороших парней» и «плохих парней» очень увлекательна, и поэтому дети изо всех сил стараются преодолеть разногласия, чтобы продолжать ее.

Игра в супергероя привлекает детей потому, что она требует злодея. Детям приходится чередовать роли положительных и отрицательных персонажей: спаситель и агрессор, жертва и победитель. Иногда в групповой игре никто не хочет быть плохим, и тогда сражение идет с воображаемым злодеем, но чаще детям нравится меняться ролями. Для маленьких детей воображаемая игра «реальна», потому что переживаемые ими сильные эмоции реальны. Способность смотреть на ситуацию с разных точек зрения – это важный шаг в формировании нравственных ценностей, таких как эмпатия. Ребенок может осознать: *Это было хорошо для охотника, но плохо для медведя.*

Что значит быть плохим парнем? Необходимость смотреть на ситуацию с разных точек зрения во время игры помогает в формировании у ребенка эмпатии.

Несмотря на весь шум и суматоху, сопровождающие игры в супергероев, дети с их помощью познают мир, и у них формируются нравственные ценности. Ролевые игры, насыщенные сражениями, катастрофами и злобными врагами, дают детям возможность спасать людей, помогать им. Майкл Томпсон, один из авторов книги «Воспитать Каина», отмечает, что агрессивная игра в супергероя имеет глубокий смысл: она учит детей состраданию и смелости. «Речь идет о смелости, верности, способности рискнуть всем, чтобы спасти друзей от сильного и опасного врага», – пишет он.

Когда дети выступают в роли волшебника или супермена, они обретают уверенность в себе:

Я могу быть героем.

У меня есть интересные идеи. Я могу быть лидером.

Я защищаю то, что правильно.

Играя в игры с «плохими» и «хорошими» парнями, дети исследуют появившиеся у них представления о том, что хорошо, а что плохо. В этом возрасте ребенка интересуют такие понятия, как добро и зло. Возможно, игра с присутствием злодея выглядит слишком агрессивной, но, если присмотреться, зачастую это игра в супергероя. Добро побеждает. Мир становится безопасным для друзей и родных.

Дети – не взрослые

Насыщенные фантазиями и агрессией игры – вовсе не истоки будущего насилия. Если ребенку нравятся игры с катастрофами, взрывами и могущественными злодеями, следует поощрять его фантазию. Это развивает творческие способности. Обычно такие игры бывают кооперативными и просоциальными. В таком возрасте придуманное насилие – старый и проверенный способ почувствовать свою значимость. Ограничивайте действия детей (никакого вреда людям или собственности), но дайте волю их фантазии.

Брайан Эдмистон, профессор Университета штата Огайо и специалист в области детского развития, называет игры в супергероев и войну «мифической игрой». Он шесть лет изучал игры своего сына. Поначалу он испытывал отвращение к тому, что на первый взгляд казалось насилием. Теперь же он считает, что мифическая игра помогает понять, что такое сила и власть, формирует этические представления ребенка. Трехлетний сын Эдмистона любил играть в войну; в тринадцать лет он отправил письмо своему конгрессмену, протестуя против войны в Ираке.

Преодоление страха перед реальным миром

Сражаясь с придуманным чудовищем, дети сражаются с собственными страхами. Во время игры ребенок может сталкиваться с тем, что его пугает, исследовать пугающие идеи, снова и снова побеждать страхи.

Страх может быть конкретным, например увиденная ребенком картинка. Малыш может бояться тигров. «Не съест ли меня тигр? У нас на заднем дворе нет тигров? Они на меня не нападут?» Все маленькие дети боятся боли. Они стремятся избежать ее и могут придумывать игры, которые помогают им преодолеть этот страх. Детей часто пугают их собственные побуждения и агрессивные чувства. Дети постарше, от четырех до шести лет, часто играют в игры, в которых присутствует смерть, – так они впервые сталкиваются со страхом смерти (см. Правило 27: «Дружите с мертвыми птицами»).

Помните, что любая тема игры, выбранная ребенком, отражает его потребности. Если он предпочитает силовую игру, в том числе те, где присутствует насилие, значит, в данный момент ему это нужно. Психолог Питер Грей, исследующий детскую игру, говорит, что мы хотим, чтобы детские игры были милыми и невинными, хотя реальный мир совсем не таков. «Неправильно думать, что мы способны изменить мир, управляя игрой ребенка», – считает он. Дети всегда будут играть в то, что их увлекает и что в данный момент для них наиболее значимо.

Боязнь детской фантазии

Иногда детей пугают придуманные детьми игры. Когда ребенок имитирует звук выстрелов, мы воображаем будущего террориста. Когда мы видим, что дети играют в «Звездные войны», то начинаем волноваться из-за войн и упускаем из виду, что это универсальная борьба за правое дело. Когда ребенок бьет палкой по дереву, мы беспокоимся, что он вырастет равнодушным и не будет ценить природу. Нас пугают такого рода детские игры, и мы пытаемся ими управлять. Мы считаем придуманную ребенком игру неправильной, страшась, что она воспитывает в ребенке черствость. Следует признать, что это один из самых главных родительских страхов: что ребенок, которого мы воспитываем, вырастет грубым, бессердечным и агрессивным.

Не вмешивайтесь. У ребенка есть право самому выбирать тему игры.

Можете расслабиться и радоваться, наблюдая, как растет ребенок. Если вы обнаружите, что задумались о каком-то *будущем* вреде (потенциальный убийца), остановитесь и проанализируйте ситуацию. Скорее всего, беспокоиться не о чем. Сосредоточьтесь на вреде, который возможен *в настоящем*. Спросите себя: опасна ли придуманная ребенком игра для людей или собственности? Не угрожает ли игра живым существам?

Специалист по дошкольному воспитанию Джейн Кетч, автор книги «В шкуре мертвеца: Раскрытие смысла детской силовой игры» (Under Deadman's Skin: Discovering the Meaning of Children's Violent Play) и многих других, считает, что нельзя говорить об агрессивности детей, играющих в подобные игры. Эти игры могут изображать насилие и агрессию, но в действительности они наполнены сотрудничеством, и дети понимают, что все это ненастоящее.

Мы беспокоимся, что ребенок не различает разницы между выдумкой и реальностью, но на самом деле путаем их именно мы. Подумайте, например, об авторах кровавых детективов. Вы боитесь этих людей? Считаете ли вы опасным человека, придумывающего подобные истории? Нет. По большей части мы восхищаемся их фантазией, находим их истории захватывающими и выстраиваемся в очередь за автографами.

Если вас волнуют темы детских игр, попробуйте ограничить контакты детей со средствами массовой информации. Зачастую медийные образы не подходят для маленьких детей, даже фильмы без возрастных ограничений и вечерние новости. Ограничивайте не время игры, а время, проведенное у экрана.

Детям нужно, чтобы мы оставались главными и предотвращали вред, который можно причинить реальным людям. Кроме того, их нужно оградить от вмешательства взрослых в том, что касается выбора темы игры. Если мы это сделаем, граница между фантазией и реальностью станет очевидна всем – и детям, и взрослым.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Каждому ребенку нужен шанс почувствовать свою силу, а у некоторых детей есть настоятельная потребность в регулярных энергичных действиях. Если ваш ребенок чрезвычайно активен или проявляет неуместную агрессию, возможно, ему нужны более приемлемые способы почувствовать силу. Удовлетворите эту потребность. Вы можете дать детям много возможностей почувствовать свою силу посредством энергичных действий и героических ролей.

Что такое сила

Энергичные действия

Энергичные действия высвобождают огромное количество энергии. Они представляют собой физическую нагрузку и помогают развивать силу и пространственное воображение. Энергичные действия удовлетворяют настоятельную потребность в движении (см. Правило 15: «Запрещайте стулья, а не пятнашки»), позволяют почувствовать себя сильным и значимым; кроме того, это просто весело. Энергичные действия могут быть самыми разными, от игры в догонялки и перетаскивания тяжелых бревен до бурных танцев или расплющивания пластилина молотком.

Героические роли и энергичные действия

Бег и грубые действия

Бег и игры с преследованием.

Бурное веселье.

Пинки (мячей, коробок).

Разрубание кусков бумаги ударами карате.

Удары по деревьям палкой.
Армрестлинг.
Борьба или бокс.
Качание на качелях стоя.
Лазанье вверх по горке.

Бросание предметов, прыжки и лазанье

Лазанье по деревьям.
Лазанье по другим объектам (лестницам, стенам).
Прыжки с высоты.
Прыжки в кучи листьев или на пузырчатую упаковку.
Раскачивание на веревке с разбиванием картонных коробок.
Запуск ракет на заднем дворе.
Бросание мячей (или снежков).
Бросание камней в воду.
Разбрасывание грязи.
Шлепанье по лужам.

Быстро и громко

Громкие крики.
Громко дуть в рожок или свистеть.
Носиться на велосипедах.
Высоко раскачиваться на качелях.

Физическая сила и строительство

Месить пластилин или синтетическую глину.
Пользоваться верстаком с настоящими инструментами.
Поднимать тяжелые предметы (бревна, кирпичи).
Передвигать громоздкие предметы.
Строить.
Копать (особенно прочными железными лопатами).
Играть со шлангами.

Фантазийные игры

Игра в супергероев (хороший парень, плохой парень).
Фантазийная игра с переодеванием (тигры, чудовища, ведьмы, пираты).
Игра с мечами, лазерами и другим игрушечным оружием.
Столкновение игрушечных машин и поездов.
Рольевые игры в людей, обладающих властью (мама, папа, воспитатель).
Игра в героев (врач, солдат, пожарный).

Творчество

Любые занятия художественным творчеством.
Раскрашивать что-нибудь большое.
Сказки – рассказывание историй или их представление на сцене.
Лидерство – придумать идею, с которой согласятся остальные.
Танцы.

Героические роли

Героические роли наделяют ребенка властью во время игры. Дети выступают в роли персонажей, обладающих властью, будь то игры в спасение и в героев (врачи, полицейские, пожарные), в больших и опасных животных (медведи, тигры, динозавры или акулы), а также фантазийные игры и игры в супергероев (пираты, Бэтмен, Человек-Паук, «Звездные войны»). Выдуманные героические роли также бывают в играх в семью или в школу, где ребенок становится главным – мамой, папой или учителем.

Творчество

Творчество – это еще одна разновидность силы. Силу легко увидеть в игре в супергероев или в энергичных действиях. Но создание чего-либо также передает ощущение силы. Это может быть что угодно, от сказки и произведения искусства до оригинальных идей. Например, четырехлетний Уильям ощутил объединенную силу лидерства и творчества, когда придумал игру «хищная птица» и семеро других детей присоединились к нему. Его идея была такой убедительной, что другие с ней согласились. Маленькие дети также ощущают свою силу и значимость, когда пишут свое имя.

Важно понимать, что все эти разновидности игры представляют собой силовую игру – игру во власть и могущество. И не бояться их. В процессе игры дети изучают важные для них понятия. Чем больше мы ограничиваем доступ детей к опыту силы, тем, возможно, сильнее будет их стремление приобрести силу.

Предоставьте ребенку как можно больше возможностей почувствовать себя сильным. Выделите место для энергичных действий. Поощряйте фантазию и любые ролевые игры. Предложите ребенку необходимые для творчества материалы. Полезна также власть в реальной жизни. Попросите ребенка помочь вам в каком-либо деле – что-то построить или передвинуть тяжелый предмет. Если у ребенка проблемы с поведением или он часто злится, предоставьте ему больше возможностей почувствовать себя сильным. Возможно, не удовлетворится именно эта его потребность.

Родители и баланс власти

Энергичный ребенок и неуправляемый ребенок – это совсем разные вещи. Вы все равно главные. Позволяя ребенку чувствовать себя сильным во время игры, вы удовлетворяете его настоящую потребность в развитии. Той же цели способствует сохранение реальной власти родителями.

Некоторые боятся самостоятельности детей. Мысль о том, чтобы дать ребенку власть, пугает нас. Позволить моему малышу почувствовать вкус власти? Позволить целой группе четырехлетних детей силовые игры? Ни за что. Мы тратим все свое время, пытаюсь управлять поведением детей. Просто попробуйте: поощряйте силовую игру. По крайней мере, ребенок получит необыкновенное удовольствие. А результаты могут вас удивить: у большинства детей улучшается поведение, когда мы не подавляем их стремление к силе.

Дать ребенку возможность почувствовать силу – это не значит отказаться от своей власти или от установки границ. Слишком большая власть ребенка в семье приводит к тому, что он не чувствует себя в безопасности. Родители должны определять незыблемые правила семейной жизни: меры безопасности, время отхода ко сну и т. д. Маленькие дети склонны экспериментировать с властью, но чувствуют себя в безопасности под крылом родителей. Предоставьте детям необходимую им власть – во время игры.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Что тебе нужно для игры?

Кто ты?

Ты злой лев или добрый лев?
Какой ты сильный.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Это нехорошая игра.
Никаких костюмов супергероев.
Почему бы тираннозавру не подружиться с остальными динозаврами?
Не поднимай это бревно.
Никаких снежков.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

В некоторых детских садах запрещают игры в супергероев. Взрослые, с которыми вы сталкиваетесь, могут выражать неодобрение или пытаться заставить вашего ребенка изменить тему игры. Если фантазийная силовая игра для ребенка очень важна, постарайтесь окружить его людьми, которые принимают такую игру. Возможно, придется сменить детский сад или пригласить няню. Сообщите людям, которые заботятся о вашем ребенке, что ему позволено играть так, как он хочет: «Если он никому не причиняет вреда, мы поощряем любые ролевые игры». В тех случаях, когда в детском саду ребенок вынужден ограничивать себя в выборе тем для игр, постарайтесь, чтобы дома у него было больше возможностей для беспрепятственной силовой игры.

Правило 17. Бьют только друзей

Дэн бьет Лео, а Лео дает ему сдачи.

Взрослый смотрит, но не вмешивается. Эти двухлетние мальчики получают огромное удовольствие. На руках у них крошечные боксерские перчатки, красные и фиолетовые, а босые ноги перемещаются по гимнастическому мату. Мальчики весело смеются.

Причина неправильных правил

Грубые игры – даже бокс – полезны и способствуют социализации. Но они неуместны, если кто-то злится.

Когда я рассказала своей знакомой, у которой тоже есть дети, что пишу книгу, допускающую бокс в детском саду, она была шокирована. «Бокс? Вы шутите. Я трачу столько времени, чтобы они не поднимали руку друг на друга!»

Это может стать проблемой. Маленькие дети выражают себя через действия. Им нравится физический контакт, и у них сильная потребность в прикосновениях. Они только начинают овладевать речью, и поэтому один из способов проявления интереса – это непосредственный контакт; иногда это объятия, иногда шуточное сражение.

На это обратили внимание Ли и Дженет, основатели моего детского сада. Они наблюдали за детскими играми и увидели, что маленькие дети очень любят бороться. Малыши возились точно так же, как львята и щенки. Ли и Дженет подумали: если дети хотят играть именно так, значит, на это должна быть причина. И *почему бы им не разрешить?* Ли и Дженет приобрели гимнастические маты и боксерские перчатки. Грубые игры превратились в сорокалетнюю традицию Школы для маленьких детей.

Для грубых игр необходимы добровольность и игровое настроение. Это игра, а не способ разрешения конфликтов.

Грубые игры, такие как бокс и борьба, позволяют детям выплеснуть энергию и укрепляют дружбу, но только в том случае, когда все участники получают удовольствие. Если кто-то злится, это уже не игра. Грубые игры – не способ разрешения конфликта. Участие в них добровольное, и оба участника должны пребывать в игровом настроении.

Более того, выяснилось, что грубые игры дошкольников, вроде бокса, представляют собой не только допустимый способ развлечения, но также играют важную роль в развитии ребенка.

Польза неправильных правил

Грубая игра помогает развитию ребенка на разных уровнях. Он усваивает следующее:

Я сильный, и со мной считаются.

Физическое действие – это приятно.

Я могу заводить друзей и пробовать что-то новое.

Я могу устанавливать границы для других и прекращать то, что мне не нравится.

Я могу слушать своих друзей и понимать, когда следует остановиться.

Я могу справиться, даже если мне немного больно.

Если кому-то больно, мы можем установить новые правила, чтобы такого больше не случилось.

Почему это работает

Такого рода игры, как бы их ни называли – грубыми, бурными, громкими, щенячьими или просто свалкой, – являются важной составляющей детства. Доктор Энтони Дебенедет,

один из авторов «Искусства грубой игры» (The Art of Roughhousing), называет ее «Святым Граалем» детской игры.

Подобная возня способствует развитию и тела, и мозга. Когда два малыша борются на полу или кружатся в объятиях, значит, у них есть потребность в соперничестве. Запрещая грубые игры, мы препятствуем удовлетворению этой потребности. Вместо запрета (Не трогай его! Перестань бить брата. Отойдите друг от друга, немедленно.) подумайте, как лучше удовлетворить свойственную этому возрасту потребность.

Грубая игра может выглядеть как беспорядочное дурачество, но в ней есть глубокий смысл. Исследования доктора Яака Панксеппа показали, что такие игры способствуют развитию лобной доли мозга, в том числе префронтальной коры. Это ключевая область мозга для исполнительных функций, самых сложных способностей человека. К ним относится самоконтроль, способность противостоять искушению, логика, концентрация внимания, рабочая память, решение задач и когнитивная гибкость. Префронтальную кору можно тренировать точно так же, как мышцы. Чем лучше развита эта область мозга, тем лучше проявляют себя дети в разных областях – социальной, эмоциональной, в обучении. Новейшие исследования Адель Даймонд и других исследователей дают основания предположить, что именно развитые исполнительные функции определяют успех ребенка в жизни.

А если эта область мозга имеет такое значение, разве неудивительно, что дети развивают ее теми занятиями, которые им лучше всего удаются, – барахтаясь на полу и громко визжа? Поэтому грубые игры следует всячески приветствовать.

Специалист по дошкольному воспитанию Дэн Ходжинс считает: «Возиться с детьми не менее важно, чем читать им сказку».

Дети – не взрослые

Большинство шуточных поединков между детьми – это веселье. Как и между детьми и взрослыми. Не спешите автоматически разнимать «дерущихся». Сначала спросите: «Вы так играете?» «Щенячьи» игры естественны и полезны. Они не превращаются в настоящие драки и не делают детей более агрессивными. Наоборот, грубые игры помогают детям укрепить дружбу и развить свой мозг. Среди прочих полезных качеств таких игр – понимание границ, умение различать эмоции, развитие эмпатии и тренировка самоконтроля.

Время и место

Разумеется, борцовским поединкам не должен быть посвящен весь день. Как и во всех остальных аспектах воспитания, вы должны установить границы. Детям следует усвоить, что грубая игра – это здорово, но не все время и не в любом месте. Все зависит от времени и места.

Когда вы обоснованно запрещаете грубую игру, убедитесь, что дети поняли, какие у них есть варианты. Например: «Нет, здесь в эту игру играть нельзя, но вы можете выйти на улицу», «Сейчас не время бороться. Нам нужно в магазин. Продолжите, когда вернемся».

Грубые игры часто начинаются спонтанно. Если дети набегают друг на друга, проверьте, не злятся ли кто-то из них. Потом переместите игру в подходящее место. Например: «Похоже, вы собрались бороться. Давайте спустимся в подвал и достанем гимнастический мат».

Просоциальная игра

Воспитатели детского сада, куда ходила пятилетняя Сара, школы Монтессори в Калифорнии, так волновались, что грубые игры поощряют агрессию у детей, что советовали запре-

тить их и дома. Они убеждали родителей «воздержаться от борцовских поединков и других агрессивных игр» с детьми.

И действительно, разве такого рода игры не поощряют агрессию у детей? Похоже, как раз наоборот. Дэниел Гоулмен, автор книги «Эмоциональный интеллект», полагает, что шуточные бои учат детей сдерживать свои импульсы и гнев, а это помогает предотвратить реальные драки. Профессор педагогики Дэвид Ферни утверждает, что родители, напрасно волнуясь по поводу грубой игры, в том числе шуточных потасовок, воспитывают более агрессивных детей. Его исследования показывают, что дети от трех до шести лет, которым не запрещают грубые игры, вырастают менее агрессивными и у них лучше развиваются социальные навыки. Шуточные сражения остаются шуточными, и чем больше дети играют, тем лучше понимают социальные сигналы.

Грубые игры всегда социальные. Другие активные занятия, например кувырки, качели или сражение с боксерской грушей, также дают выход физической энергии, однако они остаются индивидуальными. Для бокса, борьбы или потасовки ребенку нужен партнер. Сам акт вовлечения другого ребенка в игру – это социальное действие, и грубая игра способствует дружбе. Когда два малыша тузят друг друга, они не только выплескивают физическую энергию, но также вступают во взаимоотношения друг с другом.

Контактная дружба

– Ага! – кричит Джек и набрасывается на Мило. – Попался!

Когда дети толкаются и шутивно бьют друг друга, это может быть признаком дружбы, а не агрессии. Четырехлетние Джек и Мило любят бороться друг с другом. Их физическое взаимодействие абсолютно приемлемо. Речь у дошкольников еще развивается, причем девочки обычно опережают мальчиков как в речи, так и в общении. Почти все дети стремятся к физическому контакту, но для мальчиков он может быть основным средством социализации. Мальчики могут контактировать с другими детьми посредством грубых игр, и поэтому такие игры способствуют развитию дружбы.

Многим матерям и воспитателям-женщинам не нравятся грубые игры мальчиков. Но Уильям Поллак, автор книги «Настоящие мальчики» (Real Boys), говорит, что именно грубые игры позволяют удовлетворить их эмоциональные потребности. Грубые игры полезны и для девочек, но мальчики больше нуждаются в них для формирования здоровых взаимоотношений.

Понимания эмоций

Такие простые игры, как догонялки или борьба, предполагают сложные социальные навыки. Во время грубых игр дети приобретают опыт понимания эмоций партнера – не больно ли ему, получает ли он удовольствие, – а также умения устанавливать границы.

Моему другу по-прежнему весело? Не слишком ли сильно я бью и не прекратится ли из-за этого игра? Как мне изменить свое поведение, чтобы мой друг по-прежнему веселился и не выходил из игры? А я сам – мне понравилось то, что он только что сделал? Фрэнсис Карлсон, автор книги «Игра для всего тела: почему бурная, энергичная и грубая игра важна для развития и обучения детей» (Big Body Play: Why Boisterous, Vigorous, and Very Physical Play Is Essential to Children's Development and Learning), считает, что это не просто физическое упражнение.

Дети, которым позволяют играть в грубые игры, учатся управлять взаимоотношениями со сверстниками. Они воспринимают язык тела и слушают друг друга, чтобы игра продолжалась. С помощью взрослых они могут научиться защищать себя, устанавливать границы для друзей и реагировать, когда другой ребенок говорит: «Хватит».

Победители и проигравшие

В детском борцовском поединке не бывает победителей. Это игра, а не соревнование. Дети выплескивают свою энергию и веселятся вместе с другом – и все. В большинстве случаев оба участника чувствуют свою силу. «У меня сильные руки!» – кричит четырехлетний Лукас. «У меня тоже сильные руки!» – вторит ему второй участник боксерского поединка, Кэти.

Польза от грубых игр

Дружба.
Выход энергии.
Возможность почувствовать свою силу.
Контроль над импульсами.
Возможность рисковать.
Развитие мозга.
Умение управлять своим телом и пространственная ориентация.
Потребность в движении.
Потребность в физическом контакте.
Практика в установлении границ для сверстников.
Навыки переговоров.
Формирование доверия к сверстникам.
Самооценка.
Понимание эмоций.
Выражение эмпатии.
Веселье.

Польза от риска

Грубые игры доставляют такое удовольствие детям отчасти потому, что они включают риск. Мы, родители, делаем все возможное, чтобы исключить риск из жизни ребенка. Но оценка риска и определенный уровень риска очень полезны для детей. Специалисты в области воспитания маленьких детей, такие как Бев Бос, убеждены, что детям необходима возможность рисковать – так они развиваются и обретают уверенность в себе. «Риск толкает нас вперед, – пишет она, – и учит доверять своим оценкам». Такие игры, как бокс и борьба, дают детям безопасную возможность рисковать. Физическое напряжение заставляет ребенка осознавать свои возможности, помогает почувствовать: «Здорово, у меня получилось!»

Боль

Когда дети играют в активные игры, они иногда сталкиваются с болью. Пятнашки, шуточный боксерский поединок – все это не обходится без мелких травм.

У взрослых разные взгляды на безопасность. Если вы относитесь к той категории, которая не в состоянии видеть боль, вам трудно удержаться от таких фраз, как «Не бегай. Будь осторожен!», а о том, чтобы поощрять борцовский матч, не может быть и речи. Однако эти тревоги лучше отбросить. Вы видите улыбки? Слышите смех? Если тузящие друг друга дети получают удовольствие, позвольте им рисковать. Легкие болезненные ощущения – это нормально. Напомните себе (и детям), что боль – это не конец света. Помогите ребенку представить, что его ждет, когда он затекает грубую игру: «Тебе может быть немного больно. Ты можешь заработать синяки и шишки. Но ты в любой момент можешь сказать: «Хватит» или сделать перерыв».

Боль способствует развитию детей, причем на разных уровнях. Если оба ребенка с удовольствием участвуют в поединке в безопасных условиях, беспокоиться не стоит. Пусть они сами решат, когда нужно остановиться. Дети учатся идти на риск, терпеть боль, а также решать

задачи по минимизации риска и избеганию боли. Это ценные навыки, и осваивать их ребенок начинает в процессе игры. Если больно партнеру, дети учатся понимать эмоциональные сигналы и заботиться друг о друге. Спросите их: «Что ты можешь сделать, чтобы тебе не было больно?»

Четырехлетний Мейсон боксировал со своим другом Джейком и получил несколько чувствительных ударов. Каждый раз он вскрикивал, но снова возвращался в игру. Затем Джейк толкнул Мейсона, так что тот упал и ударился головой. Мейсон заплакал, но не прекратил поединок. Он сказал Джейку, чтобы тот больше не толкался, и они снова со смехом начали тузить друг друга. «Это было весело!» – воскликнул Мейсон.

Возможно, с непривычки вам страшно передавать контроль над грубыми играми детям. Но польза от этого огромная. Рискните, и вы увидите, как развивается ваш ребенок.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Грубая игра приносит большую пользу – в том числе это возможность преподать урок, который очень важен для ребенка. Ниже приведены советы, которые помогут принять такую игру.

«Неправильное» руководство по грубым играм

1. Проверка. «Вам обоим весело?»
2. Остановить игру, если кто-то злится. Оскорбленные чувства требуют применения методов разрешения конфликта.
3. Перенаправить. Для игры должно быть подходящее время и место.
4. Установить главное правило. «Прекращайте, когда кто-то скажет: «Хватит».
5. Установить правила, придуманные детьми. «Хотите установить правила?»
6. Решить, что делать, когда детям больно. «Хоти те установить новое правило?»
7. Проверка. «Вам обоим все еще весело?»

Предполагать лучшее

При виде сцепившихся детей не нужно автоматически разнимать их. Сначала проверьте, игра это или нет. «Вам обоим весело?» – этот простой вопрос поможет предположить лучшее и открыть возможности для позитивной игры. Обязательно дождитесь ответа от каждого ребенка. Иногда один считает это игрой, а другой нет. Если вы видите гнев или неудовольствие одного из детей, примените методы разрешения конфликта.

Остановиться, когда кто-то скажет: «Хватит!»

Даже грубая игра может подчиняться простому правилу: прекращать, когда другой говорит «Стоп».

Это единственное правило, на котором вы должны настоять. В грубой игре очень важно, чтобы дети прислушивались к ограничениям, установленным другими. Каждый ребенок должен остановиться, услышав от партнера «Хватит», и знать, что сам может прекратить игру, когда перестанет получать удовольствие.

Ограничения для грубых игр

1. Действует золотое неправильное правило: разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности.
2. Останавливаться, когда кто-то говорит: «Хватит».
3. Выбирать подходящее место.

4. Выбирать подходящее время.
5. Соблюдать правила, установленные партнером.
6. Последнее слово остается за взрослым.

Дети сами определяют правила

Определив подходящее время и место для грубой игры и убедившись, что участники понимают, когда следует остановиться, позвольте детям самим установить дополнительные правила. Некоторые родители любят длинные наставления по технике безопасности (обувь снять, за волосы не таскать, касание только раскрытой ладонью...), но дети научатся гораздо большему, если вы предложите им сформулировать свои правила. Необходимость слушать и определять правила – это одно из многих достоинств грубых игр.

Устанавливать правила очень просто. Вот как это происходит у пятилетних детей:

Взрослый. Здесь вы можете бороться. Главное правило: остановиться, когда кто-то скажет: «Хватит!» Вы хотите установить еще правила? Нет? Нет. Ладно.

Райан и Джеймсон улыбаются и вступают в схватку.

Райан. Хватит!

Взрослый. Джеймсон, я слышал, как Райан сказал: «Хватит!» Ты должен остановиться, когда он говорит: «Хватит».

После следующего раунда Джеймсон хмурится.

Джеймсон. Эй!

Взрослый. Райан, тебе нравится, когда Джеймсон хватается тебя за рубашку? Нет? Может, установить новое правило?

Джеймсон. Да. Не хватать за одежду.

Взрослый. Ладно. Райан, если ты хочешь бороться с Джеймсоном, нужно соблюдать правило: не хватать за одежду. Хотите продолжить? Да? Хорошо.

Запишите правила, чтобы дети могли сверяться с ними. Обычно список постепенно увеличивается.

Список делает правила ясными и наглядными, усиливает вес договоренностей между детьми. Кроме того, список правил, составленных самими детьми, помогает им понять значение грамотности в жизни (см. Правило 7: «Под диктовку малыша»).

Вот пример правил, разработанных двумя четырехлетними детьми во время игры:

Правила бокса: Макс и Оливер

1. Не бить по лицу.
2. Не лягаться.
3. Сказать «Стоп» или сойти с мата, если хочешь остановиться.
4. Снять обувь.
5. Делать перерывы и пить воду.

Когда появляется новое правило, каждый ребенок должен согласиться соблюдать то, что предложено другим. «Если хочешь играть с Ханной, вот ее правило». Дождитесь высказанного вслух согласия. Если ребенок не согласен, игра прекращается.

Позволяя детям устанавливать правила, вы обеспечиваете безопасность. Кроме того, дети чувствуют ответственность, что облегчает вашу задачу – вам не нужно беспокоиться о мелочах. Все важное проявится. Если дети забудут свои правила, напомните им: «У вас все в порядке? Я слышал, как вы договаривались, что удары запрещены». Выработка правил и грубая игра – превосходное сочетание для обучения я.

Когда исчезают улыбки

Игра заканчивается, когда исчезают улыбки. Дети только учатся понимать эмоции друг друга и поэтому могут пропустить момент, когда веселье сменяется страхом. В этом случае нужно вмешаться и остановить игру, которая зашла слишком далеко.

Например, в парке Джейсон играл в грубые игры с тремя другими мальчиками. Началось все как забава, но внезапно на лице Джейсона отразился страх. Он стал размахивать руками и ногами, а когда подошла его мать, заплакал. Остальные мальчики тут же прекратили игру. «Мы думали, ему весело», – сказали они.

Вы можете сказать детям: «Посмотрите на его лицо. Он испугался. Он больше не улыбается». Возможно, пора объявить перерыв: «Все останавливаются и пьют воду». Какой бы неуправляемой ни казалась игра, последнее слово всегда за вами. Вы можете вмешаться и остановить ее. Вы можете прекратить борцовский поединок, если по лицу одного из малышей видно, что игра зашла слишком далеко.

Присутствовать в комнате, где борются или боксируют дети, вовсе не обязательно – все зависит от возраста и темперамента детей. Малышам требуется ваше наблюдение, поскольку так они усвоят больше уроков, но не нужно контролировать каждое их движение. Дети закричат или просто уйдут, если игра станет слишком грубой.

Наблюдение и безопасность

Некоторые дети предпочитают наблюдать за энергичными играми. Ни в коем случае не заставляйте их участвовать. Пусть наблюдают сколько хотят. Полезно устроить поблизости «убежище», из которого можно наблюдать за действием и в то же время чувствовать себя в безопасности. У меня «убежищем» служил просто лист бумаги с нарисованным красным крестом. Обозначьте безопасное место, так чтобы все знали: боксировать, бороться и преследовать здесь запрещено. Некоторым детям нравится иметь «убежище», куда приходят и которое покидают по собственной воле.

Осторожные дети часто с удовольствием наблюдают за грубыми играми. Четырехлетняя Александра, любившая наряжаться принцессой и не расстававшаяся с плюшевым мишкой, наблюдала за боксерскими поединками детей со стороны. «Я не люблю бокс, – говорила она. – А мой мишка любит боксировать, но мне всегда приходится ему помогать». Однажды девочка попробовала сама, и ей так понравилось, что она сразилась с двумя партнерами подряд. «Внимание, приготовились, бокс! – кричала она. – Я люблю боксировать!» Грубые игры, требующие силы, могут способствовать повышению самооценки, особенно у стеснительных детей.

Младшие братья и сестры и неравный бой

Дети бывают очень разными (рост и вес), и поэтому поединок двух пятилеток может быть неравным. Тем не менее боксерские и борцовские поединки доставляют массу удовольствия и полезны детям всех возрастов независимо от роста и веса. Такие игры учат детей внимательно относиться к другим и укрепляют их отношения. Возможно, у трехлетнего и пятилетнего ребенка не получится вместе играть в «Карамельный замок», но бороться друг с другом они могут.

Четырехлетняя Кейси любит боксировать. Она – ребенок с особенностями развития. Ее противник, пятилетний Карсон, высок для своего возраста и часто бывает несдержанным. Кейси кружится по мату, размахивая боксерскими перчатками.

Карсон. Сбей меня с ног, Кейси! Давай толкни меня!

Кейси улыбается и толкает его перчатками.

Да! Давай еще раз, сбей меня с ног! О, я готов! (Он театрально падает.)

Кейси довольна. Она вскидывает руки вверх и улыбается.

Более крупные и сильные дети, такие как Карсон, часто сдерживают себя, чтобы соответствовать сопернику. Такие игры – превосходная тренировка самоконтроля. Активные игры детей разного возраста и возможностей помогают формированию способности управлять своим телом, а также социальной осведомленности. Если младший ребенок заинтересовался игрой, пусть играет. Установка ограничений и правил остается точно такой же. А с вашей стороны уместны напоминания: «Вам обоим весело? Помните, каждый может сказать «Стоп», если ему надоест».

Разумеется, старшие по возрасту и более сильные дети не всегда осознают свою силу или способны управлять своим телом. Если ребенок слишком груб, скажите ему: «Похоже, тебе трудно бороться с Сэмом, не делая ему больно, и поэтому мне придется остановить ваш матч». Дети часто регулируют свои отношения сами и отвергают партнера, когда игра становится слишком грубой. Вполне возможно, отвергнутый ребенок очень любит грубые игры и в следующий раз будет стараться сдерживать себя, доказывая, что с ним можно иметь дело.

Грубые игры со взрослыми

Завидев папу, мой трехлетний сын сразу же кричит: «Давай бороться!»

Связь отцов с детьми часто укрепляется именно в таких грубых играх. Ребенку нравится сражаться с тем, кто сильнее и больше его, но не всякому родителю это нравится. «Я просто не могу бороться со своими детьми, – признавалась мне одна знакомая. – Это не для меня».

Если грубые игры вам неприятны, не принуждайте себя. Но если вы хотите попробовать новое развлечение, вашим детям оно понравится. Ложитесь на кровать (или на землю) и отбивайтесь от атакующих. Можно опуститься на колени на ковер или другую мягкую поверхность и предложить малышам опрокинуть вас. А возможно, вам больше нравится игра в догонялки.

Очень важно не увлекаться. Взрослые должны постоянно следить за детьми и делать паузы. Это позволяет детям выйти из игры, если она им надоела. Кроме того, взрослый настолько больше и сильнее ребенка, что тот может просто растеряться. Иногда дети истерично смеются, тогда как на самом деле они растеряны и хотят закончить игру. Внимательно следите за их эмоциями и делайте перерывы.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Одобрение грубой игры

Что происходит? Вам обоим весело?

Похоже, вы хотите бороться.

У вас есть правила?

Мое правило такое: остановиться, когда кто-то говорит: «Хватит!»

Вы можете играть, но не здесь. Идите на улицу.

Боль

Иногда грубые игры оканчиваются синяками и шишками.

Что-то не так? У тебя встревоженный вид.

Хотите сделать перерыв?

Кажется, тебе больно.

Что ты можешь сделать, чтобы в следующий раз не было больно?

Устанавливание границ

Вам по-прежнему весело?

Тебе это нравится?

Не забывайте, что всегда можно сказать «Хватит», если вам что-то не нравится.

Хочешь, чтобы он хватал тебя за рубашку? Можете установить новое правило.

Если хочешь играть с Джеймсом, ты должен подчиняться его правилу: за рубашки не тянуть.

Прекращение грубой игры

Посмотри на его лицо. Он явно боится. Он больше не улыбается.

Я должен тебя остановить. Я волнуюсь, что ты причинишь ему боль.

Похоже, у тебя не получается бороться, чтобы Сэму не было больно, поэтому сейчас игру нужно прекратить.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Не дерись!

Будь умницей!

Не трогайте друг друга!

Прекратите. Ведите себя прилично!

Я не хочу, чтобы вы прикасались друг к другу.

Я не позволю тут никаких драк.

Ладно. Довольно. Игра окончена.

Почему ты не можешь играть спокойно, как Натали?

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Когда вы встречаетесь с другой семьей, вполне вероятно, что другие родители не одобряют грубой игры. «Нет-нет, мальчики! Прекратите. Отойдите друг от друга. Брук, играй здесь». Вы можете оказаться в ситуациях, когда другие родители останавливают веселую возню, тогда как вы (и дети) хотели бы продолжить.

Если это незнакомый человек в парке или кто-то, кого вы плохо знаете, лучше не возражать. Или скажите: «Меня такая игра не смущает, если вы не против. Похоже, детям нравится». Зачастую от этих слов родители испытывают явное облегчение.

Если речь идет о друзьях, то с ними разговаривать легче. Можно сделать это заранее. «В нашем доме разрешены грубые игры. У нас есть мягкий мат, и дети обычно получают огромное удовольствие. Ты не будешь возражать, если Картер захочет присоединиться к такой игре?» Или постфактум: «Мы очень рады, что к нам приходил Картер. Они долго играли в песочнице, а потом начали бороться. Картер так веселился, и он послушался, когда Джейкоб сказал: «Хватит».

Если взрослый возражает против грубых игр, нужно прислушаться к его мнению. Скажите своему ребенку: «Родителям Картера не нравится эта игра. Отложи ее. Сейчас не нужно бороться».

Правило 18. Бомбы, пистолеты и плохие парни – все разрешено

В доме Макса игрушечные пистолеты были запрещены. Он бегал по заднему двору с вантузом и кричал: «Пиф-паф!» Гейб хотел играть в «Звездные войны», но в его детском саду такие игры не разрешали. Воспитательница заставила мальчика переименовать его лазер в волшебную палочку.

Лазеры, световые мечи, пистолеты, сабли. Игра с оружием так пугает взрослых, что во многих семьях и детских садах она запрещена. Но для детей, которых тянет к игре с оружием, стрельба и размахивание мечом помогают выплеснуть неумную энергию, и эту потребность следует уважать.

Причина неправильных правил

Игрушечное оружие не делает ребенка агрессивным. Уважайте право ребенка на игру.

Когда мы видим ребенка в костюме пирата, мы улыбаемся. Как мило. Шляпа с черепом и костями. Тонкий голосок, рычащий: «Эй, приятель!» Почему-то взрослые не возражают, когда дети играют в пиратов. Почему же игра в пиратов считается приемлемой и безвредной? Ведь пираты – это жестокость, убийства, грабеж. Мы склонны их романтизировать, но они существуют и в наше время, нападают на суда у берегов Азии и Африки. Но родители американских дошкольников совсем не боятся, что их ребенок вырастет и станет пиратом. Игру в пиратов мы считаем фантазийной игрой.

То же самое относится к игре с оружием. Если дошкольник размахивает игрушечным пистолетом или мечом, это не значит, что, когда ребенок вырастет, он станет преступником. Это социальная, приемлемая фантазийная игра. Некоторые дети нуждаются в ней больше, чем другие, но, если ваш четырехлетний ребенок с увлечением стреляет в друзей из игрушечного пистолета, это не значит, что он превратится в антисоциального, жестокого подростка. Все как раз наоборот. Удовлетворяя потребности малыша и позволяя ему проверять свои идеи на товарищах по играм, вы закладываете основу для понимания, сотрудничества и дружбы.

Польза неправильных правил

Игра с оружием – это еще одна разновидность ролевой игры. Если мы позволяем ее, дети чувствуют, что их принимают и понимают:

Я могу быть тем, кто я есть.

Взрослые уважают мою игру.

Я могу веселиться со своими друзьями.

Не все люди любят, когда на них направляют оружие. Я должен сначала спросить.

Игрушечное оружие – это совсем не то же самое, что настоящее. Настоящее оружие опасно.

Почему это работает

Вид трехлетнего малыша, размахивающего пистолетом, может быть неприятен. Даже если это ярко-голубая пластмассовая игрушка с оранжевым защитным колпачком. Нам сложно подавить отвращение к игре с оружием среди маленьких детей. С учетом новостей о террористах и стрельбе в школах подобные чувства нетрудно понять.

Нам отвратительна мысль, что наш ребенок может вырасти склонным к насилию. Мы боимся трех вещей:

1. Игра в войну делает наших детей агрессивными.

2. Игра в войну даст им неверное представление о настоящем оружии.
3. Игра в войну неприлична.

Но как и в случае с другими активными силовыми играми, дети воспринимают игру с оружием совсем не так, как взрослые. И посмотреть на игру с оружием их глазами в данном случае еще важнее.

Когда ребенок говорит: «Бах! Бах!» или хватается меч, вспоминайте о золотом неправильном правиле: разрешено все, что не вредит людям и собственности. Присмотритесь к ситуации. Кто-то страдает от игры или все дети получают удовольствие и смеются? Ролевые игры с мечами или лазерами очень привлекают детей. Это еще одна разновидность силовой игры и превосходный способ формирования дружеских отношений. В такой игре нет ничего страшного. Можете поверить.

Но нас, взрослых, тревожит возможное насилие в будущем. Не станет ли игра с оружием причиной агрессивного поведения в будущем? Краткий ответ – нет. Склонных к насилию людей можно определить по некоторым характерным признакам: жестокость к животным, нелюдность и отторжение, убежденность, что их не понимают и преследуют. Ролевые игры воспитывают противоположные качества. Они просоциальные и включают сложный обмен идеями и мнениями. Тематика игр может быть чрезвычайно драматичной (лазерные лучи, отравленные снаряды), но, когда в реальной жизни товарищ по играм получает травму, дети проявляют к нему сочувствие. Часто такие игры приводят к крепкой дружбе. Результат прямо противоположный агрессивности и склонности к насилию.

Дети – не взрослые

Игра в войну ничуть не хуже игры в семью. Когда дошкольник кричит: «Бах! Бах!» – это игра, а не насилие. Не обращайтесь на агрессивную тему игры – она в высшей степени просоциальная и кооперативная; она учит ребенка дружбе и даже дает представление о нравственности. Если мы боимся игры с оружием и запрещаем ее, дети все равно будут интересоваться силой и оружием, но так, чтобы мы этого не видели. Игрушечные пистолеты и мечи безвредны в отличие от вашей реакции на них.

Вспомните свое детство. Большинство из нас выросло в эру пистонов, водяных пистолетов и «Звездных войн». В пять лет мой брат Скотт любил играть в охотника Даниэля Буна и даже спал со своим игрушечным ружьем. Теперь он сидит дома, воспитывает детей и борется за права человека. Мне нравились игры с водяными пистолетами и водяными бомбами из воздушных шариков. А мой муж рассказывает, что в детстве его любимыми играми были взрывы. Я вспоминаю это каждый раз, когда родители жалуются, что их трехлетний малыш полюбил мечи и гранаты. В детстве мы тоже играли в эти игры, но из нас получились ответственные родители. В чем же дело?

Когда речь идет о ролевой игре, обращать внимание нужно не на тему игры, а на то, как дети ведут себя в реальной жизни. Потому что главное – реальная жизнь. Очень важно, что дети учатся: 1) мирным способам разрешения конфликтов и 2) стратегиям управления сильными чувствами. Главное – как они обращаются друг с другом.

Важно также, как мы обращаемся с детьми. Что происходит, когда такому ребенку, как Гейб, говорят, чтобы он превратил свой лазерный пистолет в волшебную палочку? Большинство детей в таких ситуациях чувствуют себя непонятыми или плохими. «Мне никогда не разрешают играть так, как мне интересно», – может подумать ребенок. Или: «Я плохой мальчик

– мне нравятся плохие игры». А поскольку Гейб был в детском саду, он мог также подумать: «Они больше любят девочек. Детский сад плохой. Я тут не нужен».

Каждый раз, когда мы запрещаем игру с оружием, такой ребенок, как Гейб, может усвоить следующее:

Мои идеи плохие.

Взрослым я не нравлюсь.

Их не интересует, что мне нравится; они хотят это изменить.

Я плохой.

Лучше солгать. Я могу сказать, что это волшебная палочка, но для меня это все равно будет пистолет.

Я не подхожу школе.

Мои родители не разрешают мне весело проводить время с друзьями. Они только стараются прекратить веселье.

Когда я играю с оружием, то должен это скрывать.

Это совсем не те уроки, которых мы хотели бы для своего ребенка. Они разрушают доверие и вредят нашим взаимоотношениям. Если интерес к оружию подавлять, то могут возникнуть серьезные проблемы с безопасностью.

Ничего страшного, если вы измените мнение или свою политику. Многие семьи начинали с правила «Никакого оружия в этом доме», а затем отказывались от него. «Когда мой первый сын был маленьким, я была очень строга в отношении игрушечного оружия, – рассказывала мне одна женщина, – но, когда у меня появился второй, а потом третий мальчик, стало ясно, что это не работает. У них были всевозможные игрушечные пистолеты». У мамы Макса прозрение наступило, когда она выглянула в окно и увидела, как ее сын весело играет с приятелем, у которого есть игрушечное ружье. Макс стрелял из вантуза. «Я поняла, что у Макса совсем иной взгляд на игрушечное оружие, чем у меня. Я смотрела на вещи глазами взрослого, задумываясь о социальной политике».

Наблюдая, как многие родители переживают подобную трансформацию от «никакого оружия» до принятия подобных игр, я пришла к выводу, что отношение родителей к оружию зависит от ребенка. Некоторые дети проявляют живейший интерес к играм с оружием, а некоторые – нет. Мы следуем за ребенком. Есть родители, которых не убедят никакие научные аргументы, но если кому-то из наших детей такие игры действительно необходимы, то мы начинаем ценить их.

Реквизит для игры

Детям для игры требуется реквизит. Возможно, все дело в том, что эволюция превратила нас в изготовителей орудий, и потому детям во время игры и обучения необходимо манипулировать предметами. Особенно сильно эта потребность проявляется у мальчиков, у которых лучше развита пространственная ориентация. Психолог Дэвид Гири, автор книги «Мужчина, женщина» (Male, Female), утверждает, что мальчики больше играют с предметами, чем девочки. Конечно, дети могут складывать пальцы, изображая пистолет или лазерный луч, но обычно предпочитают брать игрушку или палку. «Мы не лишаем детей реквизита в других играх, – говорит Йен Уотерс из Школы для маленьких детей. – Если мы даем ребенку куклу, то почему запрещаем игрушечное оружие?»

Когда мы ограничиваем доступ детей к игрушечному оружию, они часто обходят наш запрет и находят выход. Ребенок, которому требуется оружие, может обкусать печенье так, чтобы получился пистолет, использовать ложки или лего – или даже вантуз, как четырехлетний Макс. Дети, которым запрещено игрушечное оружие, могут использовать вместо него самые неожиданные предметы. Четырехлетний Бенджамин, которому родители не покупали писто-

леты, всегда говорил: «Это не пистолет», прежде чем взять игрушечный пистолет и выстрелить. Даже если ребенок спокойно рисует фломастерами, потребность играть с оружием никуда не исчезает: «Это ведьма. Это ее фиолетовые усы. Большие, страшные, фиолетовые усы, которые стреляют. *Бах!*»

У некоторых детей просто есть глубинная потребность в таких играх. Независимо от того, нравятся ли взрослым их игры, они найдут способ эту потребность удовлетворить. Поэтому лучше предоставить детям возможность исследовать свои идеи и расти в атмосфере понимания.

Предметы, которые дети используют вместо игрушечного оружия (список неполный)

Леденец
Вантуз
Пальцы
Печенье или крекер
Метла
Швабра
Свисток
Сосулька
Палочка с лошадиной головой
Палка
Ложка
Лего
Палочка для выдувания пузырей
Лопата для снега

Страхи и безопасность

Четырехлетний Райли был тихим ребенком. Он любил носить с собой шесть пластмассовых мечей – за поясом и в руках. Эти мечи давали ему ощущение безопасности. Но постепенно количество мечей начало уменьшаться. В конечном итоге он научился играть со сверстниками вообще без мечей.

У некоторых детей игрушечное оружие служит той же цели, что и игра в супергероя, – помогает преодолеть страхи и почувствовать себя сильным. Пластмассовый меч может обеспечивать безопасность, как у Райли, или быть грозным оружием, как в игре с участием Дарта Вейдера. Например, четырехлетний Сэм бежал по коридору детского сада с игрушечным мечом в руке и кричал: «Я вас спасу! Я вас спасу!» Джерард Джонс, автор книги «Убить монстра: почему дети нуждаются в фантазиях, супергероях и выдуманном насилии» (Killing Monsters: Why Children Need Fantasy, Super Heroes and Make-Believe Violence), расспрашивал детей разного возраста о том, что им нравится в выдуманном насилии. Дети, говорит Джонс, играют в игры со стрельбой и оружием для того, чтобы побороть свои страхи и почувствовать себя сильными.

«Игра с оружием не всегда агрессивна, вовсе нет, – отмечает директор Школы для маленьких детей Стефани Ротмайер. – Для детей, и особенно в трехлетнем возрасте, это способ почувствовать себя в безопасности и чуть более сильными» (см. правило 16: «Дайте детям власть»).

Если вас беспокоит агрессия, подумайте о том, что агрессия в маленьких детях порождается в основном страхом, гневом и эмоциональной незрелостью. В виде агрессии чаще всего проявляются следующие страхи:

Страх боли.

Страх того, что кто-то заберет тот или иной предмет (*необходимость делиться*).

Страх перед какими-либо явлениями (*чудовищами, темнотой, собаками, незнакомыми людьми, громкими звуками*).

Социальные страхи (*неумение заводить друзей*).

Страх разлуки (*тоска по матери, отцу или плюшевому мишке*).

Игра с оружием и нравственность

Дети используют игру с оружием для исследования таких глубоких понятий, как добро и зло, правильное и неправильное, безопасность и угроза, сила и защита. Игра с оружием помогает детям осмысливать жизнь и смерть, а также тот факт, что сами они смертны.

Исследователь раннего детства Вивиан Пэли утверждает, что всякая творческая игра – в том числе игра с оружием – помогает детям учиться и закладывает основу для нравственного развития. По мнению психолога Майкла Томпсона, игра с оружием дает детям возможность попрактиковаться в сострадании и смелости, проявить отвагу и совершить подвиг, чтобы спасти своих друзей. Если вы присмотритесь к сценариям детских игр, то увидите, что они часто освобождают мир от чудовищ или злодеев, чтобы сделать его безопаснее для друзей и родных. Именно на такой стадии развития теперь находится ваш ребенок. Оттенки он начнет различать позже. (А что чувствуют чудовища? Злодеи на самом деле существуют или это всего лишь неудачные обстоятельства?) Пока игра не нарушает золотого неправильного правила (позволено все, что не причиняет вреда людям и собственности), останавливать ее не следует.

Но что, если ребенка не интересует игра с оружием? Не стоит беспокоиться. Потребности нравственного развития и власти будут удовлетворяться другими способами.

Вымысел и реальность

Не начнут ли дети путать вымысел с реальностью? На самом деле даже совсем маленькие дети понимают красоту фантазийной игры. В такой игре можно делать все что пожелаешь. Можно стать тем, кем хочется. И никто не пострадает.

У детей есть способ, чтобы показать, что понимают разницу между воображаемыми ранами и реальной жизнью, – они вскрикивают, когда им действительно больно. Это значит, что граница перейдена. Однажды, когда Зак дрался с отцом на игрушечных мечах, мой муж шутливо ткнул его в живот. «Дерись на мечах, – остановил его Зак. – Не бей меня. Это больно». Хотя настоящий меч предназначен для того, чтобы убивать, малыш прекрасно понимал, что сражение с отцом – это понарошку.

Дети понимают, что такое игра. Она им знакома лучше всего. И это именно игра, потому что она доставляет удовольствие. Дети могут часами играть в ковбоев или в «Звездные войны», но сочувствуют товарищу, если ему действительно больно. Для них это безвредная игра.

Игра в войну и насилие

Сюжеты, связанные с насилием, и игрушечное оружие не становятся причиной насилия в реальной жизни. Ни одно исследование не выявило связи между играми с игрушечным оружием в детстве и склонностью к насилию у взрослого человека. Несмотря на неоднозначное отношение к игрушечному оружию, проблеме игры в войну посвящено лишь небольшое количество исследований. Доктор Стивен Кириш, автор обзора «Насилие среди детей, взрослых и в средствах массовой информации: критический взгляд на исследования» (*Children, Adolescents and Media Violence: A Critical Look at the Research*), выяснил, что за последние пятьдесят лет на эту тему были опубликованы всего пятнадцать статей, причем большинство посвящено агрессивным фантазийным играм. В то же время можно привести множество примеров, когда люди, проявлявшие агрессию в юности или подростковом возрасте, в детстве испытывали социаль-

ные и эмоциональные проблемы. Фантазийная игра с оружием – это не путь к насилию; чаще всего она является просоциальной и помогает детям справляться с самыми разными эмоциями.

Что помогает остановить насилие? Дети, которые знают, как справляться со своими эмоциями. Дети, которые могут устанавливать границы и слушать других. Дети, способные контролировать свои импульсы и умеющие дружить. Дети, которые знают, как сказать: «Хватит!» и когда нужно обращаться за помощью к взрослым. Этому обучают игра и опыт в разрешении конфликтов.

Игра в войну и агрессия

Даже если дети не станут склонными к насилию, разве игры с мечом и пистолетом не поощряют в них агрессию? Йен Уотерс из Школы для маленьких детей, которая на протяжении тридцати лет наблюдала за играми четырех- и пятилетних детей, утверждает обратное. Когда детям позволено играть в то, что им интересно, они чувствуют, что их принимают и понимают. Активные игры, вроде игры в войну, дают выход агрессии, и дети не проявляют ее в другое время. Пенни Холланд, английский педагог и исследователь, согласна с этой точкой зрения. Она была решительным противником игр в войну, но затем обнаружила, что на занятиях дети ведут себя тише, если разрешать фантазийные игры с оружием. Когда взрослые постоянно запрещают детям играть в войну, те начинают считать себя «плохими», отдалаются от сверстников и становятся более непослушными.

Дети будут играть в то, что отвечает их потребностям. Психолог Питер Грей отмечает: «Некоторые люди думают, что игра, в которой присутствует насилие, порождает склонных к насилию взрослых, но в реальности происходит прямо противоположное. Насилие в мире взрослых побуждает детей играть в подобные игры... Если мы хотим изменить мир, то должны менять именно мир, а дети изменятся вслед за ним».

В классическом исследовании 1961 г. психолога Альберта Бандуры было показано, что сцены насилия делают детей более агрессивными. В эксперименте под названием «кукла Бобо» детям показывали сюжет, в котором взрослый избивал деревянным молотком надувную куклу. После просмотра этого фрагмента дети чаще проявляли агрессию по отношению к кукле. Это неудивительно, поскольку ребенок обучается, подражая взрослым. Однако кукла – это не настоящий человек и ей не больно. Насилие в средствах массовой информации, будь то мультфильм или новости, вне всякого сомнения, влияет на игры детей. Но насилие в придуманных играх не обязательно поощряет агрессию. Дети могут разыгрывать сюжетные линии «Звездных войн» и других подобных историй, но проявлять доброту в отношении друг друга. Ученые все еще пытаются выяснить, есть ли связь между такими играми и неприемлемым поведением. Результаты современных исследований неоднозначны; многие из них не выявляют влияния на уровень агрессии. Новейшее исследование психолога Джейми Острова указывает, что даже фильмы и видеоигры со сценами насилия не так уж вредны. Он предполагает, что дети становятся агрессивными (в отношении сверстников), когда видят, как люди оскорбляют друг друга – и в жизни, и на экране. В детских передачах очень много оскорблений. В работе психолога Синди Шейбе показано, что почти каждое детское шоу не обходится без оскорблений, даже образовательное, и большинство таких оскорблений поощряется смехом за кадром.

Когда вы наблюдаете, как ваш ребенок играет в войну, обращайте внимание вот на что: не угрожает ли он реальным товарищам по играм. Другими словами, соблюдается ли золотое неправильное правило: разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности?

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Все дети разные. Майлз предпочитал книги и никогда не брал в руки игрушечный пистолет. Зак чуть ли не с самого рождения проявлял интерес к стрельбе и взрывам. Если ваш ребенок любит игры с пистолетами и мечами, не пытайтесь его остановить. Подавление – не

выход, и, скорее всего, вам не удастся подавить такое сильное желание. Найдите способ сделать подобные игры приемлемыми в вашем доме.

Строгое правило: не причинять вреда

Независимо от уровня насилия в придуманной ребенком игре он должен знать, что «людям нельзя причинять вреда». Дети это принимают. Они понимают, что могут делать все что угодно в придуманном ими мире, но реальных людей обижать нельзя. При возникновении проблем такого рода помогите детям обсудить это, используя приемы разрешения конфликтов.

Уважительная установка границ

– Я в тебя сейчас выстрелю, – говорит трехлетний Зак. В руке у него швабра, и он держит ее как ружье. – Хочешь, чтобы я в тебя выстрелил?

– Конечно, можешь стрелять, – отвечаю я.

– Бах! Бах! – кричит он, наставляя на меня воображаемое ружье. – Ты убита!

– Ой, – вскрикиваю я, делая вид, что ранена.

Затем Зак обращается к брату.

– Хочешь, чтобы я тебя застрелил, Майлз? – спрашивает он.

– Нет, – отвечает старший сын, который увлеченно рисует.

– Ладно, – говорит Зак, снимает свою панамку и кладет на пол. – Я буду стрелять в свою шляпу. Бах! Бах!

Ребенок, которому нужна игра с оружием, заслуживает уважения. И окружающие его люди тоже. Это вопрос обычной вежливости и установки границ. Например, если дети играют в куче листьев и один сыплет листья на голову другому, возможно, тут необходимо установить границу. «Ты хочешь, чтобы он бросал листья тебе в лицо? Она сказала «нет». Можешь бросать листья в меня, но не в Соню». Аналогичным образом можно объяснить детям, что звук выстрелов имитировать можно, но не всем нравится, когда в них стреляют. Скажите ребенку: «Сначала спроси».

Смягчите свое отношение к игре с оружием

Если вы все еще сомневаетесь относительно игры с оружием, попробуйте установить приемлемую для вас границу, а не запрещать саму игру. Вы не одиноки. Даже журнал *Mothering*, этот бастион, стоящий на защите грудного вскармливания, ношения детей на руках и т. п., поместил серьезную статью о приемлемости игрушечного оружия в фантазийных играх.

Нет ничего страшного, если дети понимают, что некоторые игры вам не нравятся. Но, как отмечает Майкл Томпсон, один из авторов книги «Это мальчик!»: «Если вы воспитываете мальчика [или любого ребенка, которому нравятся игры с оружием], то вам нужно научиться доверять его детским фантазиям... даже если они вам не по вкусу». Если у ребенка есть настоятельная потребность в таких играх, то он, скорее всего, будет придерживаться установленных вами правил, чтобы продолжить придуманную игру. Игра в войну – это активное и увлекательное действие, и детям хочется участвовать в этом спектакле. Ниже приведены примеры ограничений разного уровня, которые используют родители.

Ограничения в семье на игру с оружием

Обратите внимание, что эти ограничения предназначены для того, чтобы взрослые чувствовали себя комфортнее. Дети почти всегда предпочтут вариант 8.

1. Мечи разрешены, пистолеты нет.

2. Мечи разрешены, но бой должен быть бесконтактным. (Требует от ребенка самоконтроля.)

3. Пистолеты разрешены, но не игрушечное оружие (палки или пальцы).

4. Игрушечные пистолеты разрешены, но только те, что не похожи на настоящие.

5. Играть с пистолетами можно, но направлять их на людей нельзя. (Сложно выполнить, поскольку этого требуют условия игры.)

6. Играть с пистолетами можно, но нельзя целиться в голову. (Дети могут соблюдать это условие, которое делает игру менее пугающей и подчеркивает опасность настоящего оружия.)

7. Оружие разрешено, но только в определенных местах. (Только дома, потому что многим взрослым это не нравится; только на улице.)

8. Разрешена любая ролевая игра с оружием. Дети должны уважать границы, установленные сверстниками (например, «Не стреляй в меня!»).

Родители больше всего переживают из-за игрушечных пистолетов, а не сабель или лазерных мечей. Но безопаснее играть с пистолетами, поскольку огнестрельное оружие не контактирует с другими участниками игры; дети просто держат его на расстоянии и говорят: «Бах!» Поединок на игрушечных мечах предполагает физическое взаимодействие и чреват случайными травмами.

Помогите детям почувствовать себя в безопасности

Маленькие дети часто боятся, что им будет больно. Мне не будет больно? А моему другу? Развейте эти страхи. Обратитесь к детям с игрушечным оружием: «Хейди боится. Вы не делаете ей больно?» Обычная реакция вовлеченных в игру детей – удивление. *Нет, конечно нет. Мы просто играем. Мы даже ее не заметили.*

Когда ребенок волнуется, он, возможно, думает, что либо сражение, либо оружие настоящее. В этом случае также следует привлечь играющих детей, чтобы развеять эти страхи. «Роберт боится твоего пистолета. Он игрушечный или настоящий?» Или: «Эва хочет знать, сердитесь ли вы друг на друга? Вы деретесь по-настоящему? Видишь, они говорят, что это просто игра». Произнесите эти слова вслух, громким голосом, даже если вам все и так очевидно. Но убедительнее всего будут ответы самих детей. Вовлекая самих детей, вы помогаете им отличить реальность от игры, развиваете их способность понимать эмоции других.

Как и в любом другом конфликте, связанном с игрой, вам придется учить ребенка, как постоять за себя. Однажды Зак превратил совочек для песка в пистолет и попытался затеять игру со своим соседом, Тайлером. Малыш, которому было два с половиной года, бросился бежать с криком: «Нет, не надо!»

– Скажи: не стреляй в меня! – обратилась я к Тайлеру и сделала предупреждающий жест рукой.

Мальчик повторил мое движение и решительно заявил:

– Не стреляй в меня!

Зак послушался и «выстрелил» в кого-то другого, что заставило Тайлера изменить свое мнение.

– Стреляй в меня, – с улыбкой разрешил он.

– Бах! – крикнул Зак.

Тайлер картинно упал на землю и засмеялся. Потом вскочил и попросил Зака повторить.

Иногда одного сознания того, что он может установить границы для других детей, достаточно, чтобы ребенок почувствовал себя комфортно и присоединился к игре.

Если дети не чувствуют себя в безопасности во время игры с оружием

1. Признайте их страхи. «Да, настоящее оружие опасно».

2. Объясните, что происходит. «Это игрушка. Дети играют, и им весело».
3. Назовите страхи. «Ты боишься, что тебе будет больно?»
4. Получите подтверждение от играющих детей. «Мы не сделаем тебе больно».
5. Установите границы. Обозначьте зону безопасности или введите правило: «Не стреляй в меня».

Некоторым детям не нравятся игры с оружием. Возможно, их так учили: «Мы не играем с оружием» или они чего-то опасаются. Если соседский мальчишка играет в шумную игру со стрельбой с вашим старшим ребенком, а младший съезился, нужно выяснить, что происходит, и помочь малышу почувствовать себя в безопасности. Установите ограничения или найдите детям другое место для игры. Скажите младшему: «Я не позволю тебя обидеть». Если ребенок говорит, что «пистолеты плохие», согласитесь с ним. «Наверное, ты слышал, как твоя мама говорила, что пистолеты плохие. Она права. Настоящее оружие опасно. А это игрушка. Этот пистолет не настоящий».

Научите безопасному обращению с настоящим оружием

Каждый год в новостях рассказывают о трагедиях, когда ребенок случайно застрелил брата или сестру. Ребенок всегда подвергается опасности, если ему в руки попадает настоящее оружие, независимо от того, играет ли он с игрушечным оружием или нет.

В Мичигане, где я живу, приблизительно в 40 процентах семей есть как минимум одна единица оружия. В некоторых штатах таких семей 50 или даже 60 процентов. Но где бы вы ни жили, владение оружием – это серьезно. Даже если у вас нет пистолета, он может быть у ваших знакомых. Запрет игрушечного оружия не защитит вашего ребенка. Вы должны научить его безопасному обращению с настоящим оружием.

Настоящее оружие – это реальная опасность. Но она не имеет никакого отношения к игрушечному оружию. Родители беспокоятся, что, если дети играют с игрушечным оружием, у них возникнет тяга к настоящему. На самом деле дети всегда подвергаются опасности, если им в руки попадает настоящее оружие, независимо от опыта обращения с игрушечным. Даже если дети говорят, что знают, что оружие настоящее, они просто не способны осознать, насколько оно опасно.

Дети и настоящее оружие

Оружие имеется у трети американских семей, а в некоторых штатах и у большего количества (до 60 процентов). Даже если в вашем доме нет оружия, ребенок может столкнуться с настоящим огнестрельным оружием в доме приятеля. К сожалению, многие взрослые не соблюдают правила хранения оружия. Предотвращение несчастных случаев на сто процентов зависит от взрослых.

Уроки безопасности для детей

Объясните детям, что настоящие пистолеты опасны. Первые уроки по безопасности ребенок должен получить в возрасте трех лет или когда он начнет проявлять интерес к оружию.

1. СТОЙ!
2. Не трогай. Никогда не прикасайся к настоящему оружию.
3. Если твой друг захочет показать тебе настоящее оружие, откажись.
4. Уходи. Немедленно уходи оттуда, где есть настоящее оружие.
5. Расскажи взрослому.

Основы обращения с настоящим оружием (что должен знать каждый, кто воспитывает маленьких детей)

1. Никогда не направляйте настоящее оружие на людей (включая себя).
2. Храните оружие запертым и разряженным.
3. Храните боеприпасы в отдельном месте, тоже запертыми.
4. Если вы не знаете, заряжено ли оружие, предполагайте, что заряжено. Не трогайте его.
5. Научите детей безопасному обращению с оружием. Если у вас есть пистолет, недостаточно сказать: «Не прикасайся к сейфу». Дети любопытны, и их влечет все запретное. Вы должны все подробно объяснить.

6. Перед тем как ребенок отправится в гости к новому приятелю, обязательно поинтересуйтесь: «У вас в доме есть оружие?» Скажите: «Мы учим Кейт безопасному обращению с оружием. Как оно у вас хранится?» Отмените визит, если ответ вас не удовлетворил.

Возможно, обучение детей безопасному обращению с огнестрельным оружием покажется вам сложным делом, но при желании можно найти много источников информации. Поищите ролик Эдди Игла на YouTube. Этот мультфильм рассказывает о главных правилах безопасности и подходит для дошкольников.

Если речь идет о визитах к друзьям, то вам, возможно, неудобно спрашивать об оружии родителей четырехлетней Сью. Я до сих пор помню, как пришла с сыном в гости к его первому другу. Мне сразу же бросилось в глаза ружье, висевшее на стене гаража. «Ого, у вас есть ружье», – сказала я, и вместо светской беседы мы принялись обсуждать вопрос о хранении оружия. Такие вопросы лучше задавать по телефону или в электронном письме. Но задавать нужно обязательно.

Обязанность ребенка – играть. Обязанность взрослого – сделать настоящее оружие недоступным для детей.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Эва боится вашей игры. Это настоящий меч?

Ты боишься, что тебе будет больно? Давай спросим детей: «Вы не сделаете мне больно?»

Это игрушечный меч, а не настоящий.

Не всем нравится, когда в них стреляют. Сначала нужно спросить.

Скажи: «Не стреляй в меня!»

Запомни: если ты хочешь играть с пистолетом, нельзя целиться в голову.

Запомни: мечом нельзя касаться тела.

В такие игры мы играем дома, а не у тети Дженнифер.

Некоторым людям не нравятся такие игры.

Что мы можем сделать, чтобы никто не боялся?

Да. Настоящее оружие опасно.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Здесь запрещено игрушечное оружие.

Это не пистолет, а волшебная палочка.

Это плохая игра.

Не подходи к сейфу с оружием. (Возбуждает любопытство.)

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Если вы решили позволить игры с оружием, помните, что другим родителям они могут не понравиться. Тема очень деликатная. Если детский сад допускает у себя игры с оружием, это может оттолкнуть некоторых родителей. Не сдавайтесь – пусть уходят. И не стоит их осуждать – вы оба пытаетесь действовать в интересах детей.

Чтобы избежать споров, обусловленных несовпадением взглядов, некоторые семьи ограничивают игры с оружием пределами дома. Дети получают достаточно свободы для самовыражения и в то же время осознают, что на детской площадке и в детском саду другие правила. «В эту игру мы играем дома, помнишь? Не всем нравится, когда рядом размахивают мечами».

Если вы твердо намерены разрешать игру с оружием в любом месте, приготовьтесь к неизбежности возникновения проблем. Будьте справедливы в отношении взрослых. Признайте, что они могут чувствовать себя неловко. «Я вижу, что эта игра вам не нравится. Вы полагаете, что она поощряет реальное насилие?» Не пытайтесь переубедить взрослых, а просто излагайте свои взгляды. Например: «Мы с сестрой в детстве играли в такие же игры, а теперь она пацифистка...» Или: «Сначала мы запрещали в доме любые игры с оружием, но Коннор заставил меня изменить свое мнение. Я поняла, что это просто фантазии». Возможно, окажется полезным пример игры в пиратов.

Когда соседи, друзья или незнакомые люди высказывают отличные от ваших взгляды на игры с оружием, вы должны объяснить это ребенку. Скажите, что их волнует безопасность. Попробуйте так: «Я знаю, что тебе весело, но не всем людям нравятся игры со стрельбой. Они пугаются, потому что настоящее оружие может убить. Что мы можем сделать, чтобы никто не боялся?»

Выдержать социальное давление взрослых непросто. Мы начинаем сомневаться, когда слышим возражения от незнакомых людей на детской площадке или от невестки на семейном празднике. Не теряйте уверенности. Защищая право своего ребенка на игру, вы завоевываете его уважение и удовлетворяете его потребности. И это очень хорошо.

Правило 19. Мальчики могут надевать балетную пачку



Мой сын Зак любит быть Золушкой. Он наряжается и делает вид, что потерял свою домашнюю тапку. «О нет! Полночь. Бам-бам-бам...» В другой раз он становится Дороти, а его курносый плюшевый щенок – Тотошкой. «Я Дороти, – сообщает он мне, – а ты злая старая ведьма».

Когда Зак бегает по комнате в платье с оборками и развевающимся парике, мой муж просто улыбается.

– Я рада, что ты не беспокоишься, – говорю я ему.

– Беспокоюсь? А что мне беспокоиться? – отвечает он. – Это всего лишь детская игра.

Совершенно верно, но игры со сменой пола могут нас испугать. Мальчик в платье? Мальчик, играющий в куклы? В нашей культуре девочкам позволено пробовать игры, характерные для обоих полов, но на мальчиков накладываются строгие ограничения – только мужественные роли. Уже в трехлетнем возрасте многие мальчики не осмеливаются переступить эту черту.

Причина неправильных правил

Игра со сменой гендерных ролей – это безвредная фантазия. Не запрещайте такие игры. Дети не станут другими.

Коннор представлял, что он беременный, и запихнул под футболку подушку. «У меня будет ребенок», – объявил он.

Матео и Гейб любили надевать колготки. Нарядившись таким образом, они изображали своих мам.

Четырехлетней Грейс нравились динозавры. Она отказывалась вплетать ленты в волосы и не носила платья, которые покупала ей мама. На день рождения она на протяжении многих лет просила торт с динозавром.

Если ваш пятилетний сын надевает девчачий парик или девочка хочет приклеить фальшивые усы и повязать галстук, в этом нет ничего страшного. Дети пробуют самые разные идеи и роли. Эта игра ничем не отличается от любой другой ролевой игры. Дело дошкольника – играть и изучать окружающий мир. Мы должны поощрять его воображение, особенно совсем в юном возрасте, а не ограничивать его.

Польза неправильных правил

Все дети могут извлечь пользу из поддержки взрослых, когда речь идет об играх со смешной пол:

Я могу пробовать новое.

Я могу посмотреть на жизнь глазами других людей.

Я могу играть так, как мне хочется.

Иногда я могу быть тихим и спокойным, а иногда грубым и шумным.

Я могу узнать мальчиков и девочек через игру.

Я могу быть тем, кто я есть. Когда я вырасту, то стану тем, кем захочу.

Я могу заниматься тем, что мне интересно. Мне не нужно волноваться, что подумают люди.

Я верю себе.

Мои родители любят меня таким, какой я есть. Они меня поддерживают.

Почему это работает

Когда Зак появляется в доме няни, она не говорит ему: «Как дела?» Ее первый вопрос: «Кто ты?», поскольку роли меняются почти ежедневно. Вчера Зак приходил в костюме медведя, а сегодня он слон, пожарный или предводитель пиратов. Иногда он русалка. Не так давно Зак влюбился в сказку о Белоснежке. Две недели он носил платье принцессы и пел всем – от матрон в церкви до продавцов в супермаркете – песню «Когда-нибудь ко мне придет мой принц».

Трехлетний Зак точно знает, что он мальчик. Весь прошлый год он все время повторял: «Я мужчина! Папа мужчина! Большой мужчина!» Он громкий, быстрый и решительный, он любит грузовики, тигров, динозавров и экскаваторы. Но больше всего Заку нравится изображать кого-то. Если какая-то история захватывает его воображение, он тут же начинает ее разыгрывать. И как всякий эгоцентричный трехлетний ребенок, Зак желает быть главным героем. Поэтому иногда он Робин Гуд, а иногда Белоснежка. Надевая парик и платье, он просто изучает окружающий мир и примеривает разные роли. Изображать девочку – это так весело. «Я не Зак, – говорит он. – Зака тут нет. Я маленькая Красная Шапочка. Видишь корзинку? Нет-нет, теперь я волк! Р-р-р!»

Способность играть разные роли помогает детям лучше понимать других. Что это значит – быть кем-то еще? Как это выглядит с точки зрения другого человека? Психолог Уильям Деймон считает, что способность понять чужую точку зрения – важный шаг в развитии эмпатии и нравственности. Эллен Галин ски, автор книги «Развивающийся интеллект» (Mind in the Making), говорит, что умение взглянуть на ситуацию с разных точек зрения помогает детям избежать агрессии и учит мирному разрешению конфликтов.

Разные роли способствуют развитию у ребенка эмпатии.

Умение взглянуть на жизнь глазами другого – это удивительная способность человека. Она помогает педагогам, социальным работникам, переговорщикам, актерам, священникам, писателям и многим другим. Возьмем, к примеру, писателя. Когда автор пишет от лица женского персонажа, у нас не возникает сомнений в его «мужественности». Мы не считаем это странным. Если книга хороша, мы восхищаемся наблюдательностью и воображением автора. Он понимает, как видит мир женщина, и переносит нас в ее мир.

То же самое делает ваш дошкольник. Примеривает на себя разные роли. Исследует. Играет. Придумывает новые идеи и воплощает их в жизнь. Ограничивая детские игры, мы отвергаем идеи наших детей, а значит, отчасти и их самих.

Свобода игры

В детском центре, который посещает Синди, малыши слушали музыку из «Щелкунчика», танцевали и разыгрывали сценки. Сначала Кларой была Дженна, затем эту роль потребовал себе Нат. «Но Клара – девочка, – запротестовала его четырехлетняя сверстница. – Нат не может быть Кларой. Я девочка – пусть я буду Кларой». Нат протянул руку, чтобы схватить щипцы для орехов. «Все могут быть Кларой, – сказал воспитатель. – Теперь очередь Ната. Ты следующая». Широко улыбаясь, Нат запрыгал по залу с щипцами для орехов в руках.

Все дети очень любопытны. Им нужно все попробовать и изучить – что делает мама в саду или чем занят папа в кухне. Если их игра предполагает какой-то сюжет, то они требуют себе главную роль.

В детском саду, куда ходит Майлз, отмечали День святого Валентина. Воспитательница раздавала два набора для поделок, один для мальчиков и один для девочек. Майлз потянулся за «девчачьим набором», в котором был вырезанный из бумаги медведь. Майлз любит медведей. «Это не тебе, – сказали ему. – Это только для девочек».

Дети – не взрослые

Детская игра не может быть вредной. Если мальчик хочет надеть платье или девочка желает бороться, не стоит за них беспокоиться. С детьми, идеи которых уважают, все будет хорошо. Защищайте право ребенка самому выбирать тему для игры – детям нужно наше одобрение. Если вы заметили травлю, займитесь оскорбленными чувствами, используя приемы разрешения конфликтов.

Право детей выбирать себе темы для игр предполагает, что вы разрешаете им пересекать границы гендерных ролей. Пятилетний мальчик должен иметь право надевать *любую* одежду, играть с *любыми* игрушками и примеривать на себя *любую* роль. То же самое относится к девочкам. Не так давно для девочки было немыслимо взобраться на дерево или даже надеть брюки (неженственно!). Теперь девочки пользуются огромной свободой. Сегодня девочка может наряжаться принцессой, а завтра надеть камуфляж. Девочек поощряют заниматься спортом и искусством, танцами и тхэквондо. Но их братья и сверстники сталкиваются с гораздо большими ограничениями. Даже в возрасте трех или четырех лет игра мальчиков определяется мальчишеским кодексом.

Мальчишеский кодекс

Термин «мальчишеский кодекс» был придуман психологом из Гарварда Уильямом Поллаком, но мы все понимаем, о чем идет речь. Мальчики не должны любить розовое. Мальчики

не играют в куклы. Мальчики не поют. Мальчики должны добиваться успеха в спорте. Мальчики не плачут. Мальчики должны быть стойкими и скрывать свои чувства. Заботливость – признак слабости. Если ты любишь девчачьи занятия и дружишь с девочками, ты недостаточно мужественный.

Мальчики узнают об этом от отцов, матерей, из средств массовой информации и от других детей. К пяти годам многие мальчики уже скрывают свои чувства, утверждает Поллак, автор книги «Настоящие мальчики. Как спасти наших сыновей от мифов о мальчишестве» (Real Boys: Rescuing Our Sons from the Myths of Boyhood). «Слабые» (девчачьи) чувства, такие как страх и грусть, маскируются под гнев. Дошкольники подвергают себя цензуре, ограничивают свое воображение и любопытство.

Детская игра – не проблема. Проблема в том, как мы на нее реагируем.

Расширяя возможности девочек и убеждая их, что они могут делать то же самое, что и мальчики, мы посылаем мальчикам сигнал: не плачь, как девчонка; не бросай, как девчонка; не надевай девчачью одежду. Не будь девчонкой. Что должен думать маленький мальчик? *Девочки какие-то плохие – хуже всего, если я буду таким, как они.* В то же время мы говорим девочкам: ты можешь быть такой, какой хочешь. Это неоднозначный сигнал. И страдают все дети. Когда мальчикам дают понять, что быть девочкой хуже всего на свете, девочки тоже понимают это.

Разделение на мальчиков и девочек

В моем детстве родители расширяли гендерные роли для обоих полов. В 1970-х мальчики носили длинные волосы, а многие девочки предпочитали короткую стрижку. Все носили брюки. Игрушечные грузовики обычно предлагались мальчикам, а кукольные домики – девочкам, но на коробках для многих игрушек стояли символы обоих полов.

Теперь в магазинах не найдешь даже нейтральной зубной щетки. Для девочек они розовые, с изображением принцессы, а для мальчиков – ярких расцветок (красные и черные), с Человеком-Пауком или автомобилями. Больше ничего нейтрального. Разделение на мальчиков и девочек теперь очень жесткое, запирающее детей в их гендерных ролях. Особенно трудно приходится детям, которые сопротивляются навязанным гендерным ролям и пытаются исследовать окружающий мир так, как им хочется.

В трехлетнем возрасте Майлз обожал красный, синий и розовый лак для ногтей, которым пользовались его няни. Ему нравились яркие цвета, и он тоже хотел покрасить ногти на ногах. Сама я не пользуюсь лаком, и у нас в доме нет ни одного флакона. Пришлось звонить подруге. «Какого цвета?» – спросила она. «Красного и розового», – ответил Майлз. Мы встретились на пляже и покрасили ногти на ногах Майлза. Когда двухлетний Джейкоб увидел, что мы делаем, он тоже захотел красивые ногти. «Ладно, – вздохнула подруга. – Надеюсь, папа не расстроится».

Не так давно многих родителей шокировала реклама компании J. Crew, в которой мама с пятилетним сыном, смеясь, красили ногти у него на ногах. Надпись гласила: «К счастью, я нашла парня, который любит розовый. Неоновый лак для ногтей еще лучше». Тем временем в Сиэтле пятилетний Дайсон, главный герой книги «Мой мальчик-принцесса» (My Princess Boy), привлек внимание прессы своей любовью к розовым платьям и блестящим украшениям.

Когда мальчик пересекает границу гендерных ролей, у многих из нас возникает неприятное чувство. Мы сомневаемся в его мужественности. Мы волнуемся, что он все перепутал. Мы боимся, что скажут люди, – не будут ли его травить? Многие родители пытаются заглушить внутренний голос, который тихо спрашивает: может, он гей? Однако мы совсем не волнуемся, когда девочка надевает пиратскую повязку и изображает Капитана Крюка или вместе с мальчишками, смеясь, карабкается на конструкцию для лазанья. Прошло всего два или три поколения с тех времен, когда такое поведение девочки считалось немыслимым. Времена меняются.

Наши представления тоже меняются. Мама Дайсона сначала пыталась переключить его внимание на автомобили, но потом смирилась с любовью сына ко всяким украшениям и написала книгу «Мой мальчик-принцесса». Как говорит отец Дайсона, это незарзно.

Здесь и сейчас

Некоторые дети играют в игру со сменой пола всего один день. Другие проявляют глубокий интерес, и в дошкольном возрасте их игра принимает крайние формы. В любом случае речь в игре идет о настоящем. Разрешите ребенку играть так, как он хочет, и не пытайтесь защитить его от будущего.

Например, четырехлетний Александр много дней подряд надевал заколки для волос, белье и платье принцессы. В подростковом возрасте он даже не помнил, что интересовался девчачьей одеждой. Но если бы эту игру запрещали, мальчик, скорее всего, хорошо запомнил бы запреты родителей. *Со мной что-то не так. Я придумываю плохие игры. Девочкой быть плохо.*

Трехлетний Феликс завидовал нарядному платью старшей сестры. Ему хотелось такое же. Мама отвела его в секонд-хенд, и Феликс выбрал шелковое платье, изумрудное с ярко-розовой отделкой. Платье подрезали до нужной длины, и Феликс надевал его с клипсами из горного хрусталя и желтой соломенной шляпой. Вскоре он потерял интерес к платью. Сегодня Феликсу двадцать и он носит обычную мужскую одежду. «Но зеленый цвет у него по-прежнему любимый», – говорит его мама.

Как выразился один воспитатель: «Если ваш ребенок любит играть с грузовиками, это не значит, что он станет водителем грузовика». Точно так же, если ваш сын в дошкольном возрасте любит наряжаться девочкой, это не означает, что привычка сохранится у него, когда он вырастет.

Взрослые торопятся с выводами. Мы забываем, сколько у детей фантазии и любопытства. Они не думают о будущем. Их интересует то, что происходит здесь и сейчас.

Неужели мой малыш – гей?

Возможно. Только судить об этом пока рано. Дошкольники еще слишком маленькие, и определить их предпочтения невозможно. Но мы точно знаем, что детская игра никого не может «сделать» геем. По мнению психологов и других исследователей, гомосексуальность обусловлена сложным сочетанием генетических, гормональных и социальных факторов. Вклад воспитания тут очень мал или вообще отсутствует; сексуальная ориентация в основном определяется биологией.

Когда рождается ребенок, мы не смотрим в глаза новорожденного и не говорим: «Я буду тебя любить только в том случае, если у тебя будет традиционная ориентация. Я буду любить тебя, если ты станешь инженером, если к тебе перейдет семейный бизнес и ты подаришь мне внуков». Мы просто его любим.

Это наша самая главная родительская обязанность – безусловная любовь. Успеха добиваются те дети и молодые люди, которых уважают и поддерживают родные. Геи и транссексуалы, которых не понимают и не поддерживают семьи, чаще страдают от депрессии, и среди них выше уровень самоубийств.

Изменить человека мы не в состоянии. Мы можем лишь гадать, кем вырастет ребенок. Будет ли Дайсон носить одежду противоположного пола, когда вырастет? Никто не знает. Ему всего пять лет. Его интерес к платьям может пройти, а может и остаться. Некоторые дети сохраняют глубокий интерес к поведению другого пола, но исследователи (в частности, доктор Эдгардо Менвьель) утверждают, что, если ребенок в пять лет любит надевать одежду противоположного пола, эта склонность вовсе не обязательно сохранится в десять или пятнадцать лет.

Каким бы ни вырос ваш ребенок, ваша задача – любить и поддерживать его на нелегком пути к взрослой жизни.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Следите за своей реакцией

Я помню, что в детстве хотела быть мальчиком. И какое-то время даже называла себя Тимоти. Если ваша дочь говорит, что хочет быть мальчиком, или сын выражает желание стать девочкой, не пугайтесь. Обсудите это. «Значит, ты хочешь быть мальчиком. Интересно, что тебе нравится в мальчиках, раз ты хочешь быть одним из них?» Лично у меня есть ответ: мальчикам лучше, потому что они могут снять рубашку, когда жарко, а девочки не могут.

Когда ваш сын пробует «девчачьи» занятия или хочет одеться, как девочка, воспринимайте это как игру – что соответствует действительности. Просто констатируйте факт: «Ты сегодня играешь в куклы» или «Я вижу, ты надел боа из перьев и блестящие туфли». Эти слова дают мальчикам понять, что они могут спокойно экспериментировать.

Следите также за тем, что вы говорите девочкам. Исследователи утверждают, что мы склонны хвалить девочек за внешний вид, а мальчиков за действия. «О, ты такая хорошенькая!» Мы постоянно говорим это маленьким девочкам, причем автоматически, не вдумываясь в свои слова. Если четырехлетняя дочь очень мила, мы имеем полное право так сказать, но лучше хвалить ее за то, что она делает, а не за то, как она выглядит. «Сегодня ты надела красивое платье». Можно также спросить, почему ей нравится это платье («Оно такое красивое, когда я кружусь»). Если девочка заинтересовалась занятием, которое считается «мужским», не останавливайте ее. Старайтесь не произносить таких фраз, как «Будь умницей», «Не пачкайся» и «Осторожно».

Следите за комментариями сверстников

«Девочки не могут быть пиратами».

«Это девчачий цвет. Нельзя надевать розовое».

«Мальчики не носят балетные пачки. Балет для девочек».

Дети часто бывают самыми строгими стражами соблюдения гендерных ролей. Когда ребенок объявляет: «Девочки не могут этого делать» или «Мальчики не могут этого делать», необходимо вмешаться. Этим вы поможете детям. Только помните, что детям не нужны лекции о равенстве полов. Одно-единственное предложение может творить чудеса. Оно развеет ложные представления, покажет детям, что существует много способов быть мужчиной и женщиной, окажет поддержку тем, кто любит рисковать. «Я знаю, что и мальчики, и девочки могут быть пиратами, если захотят». «Многие девочки любят розовое, но я знаю, что мальчикам тоже может нравиться розовое. Это просто цвет». «Танцы требуют силы и ловкости. Бывают мальчики-танцоры и девочки-танцоры». «С костюмами можно играть всем. Мальчики могут надевать платья, если захотят. Я не возражаю». Дети не стремятся кого-то обидеть. В этом возрасте они просто пытаются понять, что это значит – быть мужчиной или женщиной.

Если мальчик/девочка делает обидное замечание, к этой ситуации применим любой метод разрешения конфликтов. «Я боюсь, что этот мальчик тебя обидел, когда это сказал. Обидел?» Помогите детям выговориться. С вашей поддержкой ребенок может расширить свой мир, а не сузить его. Возможно, вы даже обнаружите, что ребенок, которого обижают, чувствует себя достаточно комфортно, чтобы самостоятельно пересечь гендерный барьер.

Безопасные места

В Школе для маленьких детей всем позволено наряжаться в маскарадные костюмы и преступать границы в необычных играх. Мальчики бегут в красных блестящих туфельках

Дороти. Девочки натягивают боксерские перчатки и устраивают поединки. Мальчики играют в семью и надевают балетные пачки. Это безопасное место.

Найдите безопасные места, где ребенок может экспериментировать. Это может быть дом друга или бабушки. Самое безопасное место для ваших детей, где они могут играть, не обращая внимания на гендерные стереотипы, это обычно дом, поэтому подумайте о новом реквизите. В доме, где полно мальчиков, обязательно должна быть кукла; добавьте к маскарадным костюмам также парочку красивых юбок. Если у вас в семье одни девочки, запаситесь динозаврами, пиратскими повязками и смешными шляпами. Разнообразные игрушки предлагают детям широкий выбор вариантов и посылают доброжелательный сигнал.

Тут главное не переусердствовать. Вы же не хотите, чтобы игрушки просто пылились. Исследования игрового поведения постоянно демонстрируют, что девочки предпочитают куклы, а мальчики – автомобили. В некоторых семьях родители заполняют коробку с игрушками дочери всякими самосвалами и грузовиками в попытке воспитать ребенка, свободного от гендерных стереотипов. Вы должны создать для ребенка возможности, но не принуждать его. Ваш ребенок обязательно покажет вам, что именно его интересует.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Я знаю, что девочки могут бороться. Я знаю, что мальчики могут готовить.

Розовый – это всего лишь цвет. У меня есть много знакомых мальчиков, которым нравится розовое.

Я не возражаю, если ты хочешь надеть это платье.

С этими костюмами могут играть все.

Ты можешь представлять себя тем, кем хочешь.

Ты можешь играть со всем, что здесь есть.

В этом доме можно мерить девчачьи платья.

Это красивое платье.

Я вижу, что сегодня у тебя туфли с блестками.

В разных местах разные правила. Платье ты можешь носить дома.

Я беспокоюсь, что она тебя обидела, когда это сказала.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Мальчики не могут этого делать. Девочки не могут этого делать.

Это только для девочек.

Зачем такому большому мальчику надевать платье?

Ты мальчик. Веди себя как мальчик.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Майлзу всегда нравилось зеленое и пурпурное. Когда в детском саду он выбирал пурпурный фломастер, дети иногда смеялись над ним и говорили, что фиолетовый цвет для девчонок. Культурные стереотипы очень сильны. Если вы опасаетесь, что ваш ребенок может попасть в социальную ловушку, подготовьте его. Вооружите ребенка несколькими фразами, которые он может сказать, когда возникнут разногласия, связанные с полом: «Мальчики могут играть так, как хотят» или «Пурпурный – цвет королей».

Не молчите. Пусть взрослые и дети знают ваши предпочтения. Если вы не возражаете, чтобы мальчики наряжались в костюмы девочек, прямо скажите об этом. Все поймут, что в вашем доме можно спокойно играть и экспериментировать: «В этом доме мальчики могут надевать балетные пачки, если им хочется. Я не возражаю. Детям разрешается экспериментировать».

Иногда один из родителей в семье не возражает против игр, которые нарушают гендерные границы, а один начинает беспокоиться. Поищите информацию на эту тему и поделитесь с супругом. Если вы не пришли к соглашению, можно сказать ребенку, что маме или папе не нравятся те или иные игры. Попробуйте установить определенные правила и определить время и место для необычной игры.

Если речь идет об общественных местах или походах в гости, нужно заранее решить, что для вас приемлемо и что лучше для вашей семьи. Ваша обязанность – научить детей понимать, что от них ждут. Моя подруга рассказывала, что ее тетя выставила за дверь подругу, когда ее сын пришел в платье на День благодарения. «Иди домой и переодень его, – сказала она подруге. – Я не допущу, чтобы мальчик в таком костюме сидел за моим столом».

Дети могут усвоить, что в разных местах действуют разные правила. Некоторые семьи решат пожертвовать дружбой, но любой ценой защитить право мальчика одеваться так, как он хочет. Другие исполняют требования хозяйки. Третьи позволяют дома большую свободу, но на публике будут соблюдать культурные нормы. Возможно, для ребенка это не такая уж большая проблема – или, наоборот, большая. Вам виднее.

Часть V. Творчество, настойчивость и пустые фразы

Каждый ребенок – художник. Трудность в том, чтобы остаться художником, выйдя из детского возраста.

Пабло Пикассо

Правило 20. Картины не обязаны быть красивыми

Трехлетний Сэм сосредотачивается и заканчивает рисунок. «О, какая красивая картинка!» – восклицает его мама. Сэм уходит. «Мне надоело», – говорит он.

Двухлетняя Клара рисует губкой. Отец направляет ее, пытаясь сделать так, чтобы вышло красиво. «Может, добавить еще немного красного? Это будет здорово. И синий ты еще не использовала. Давай вот здесь».

В этом возрасте дети любят экспериментировать с цветом. Они могут нарисовать композицию, которая кажется вам красивой, а через минуту превратить ее в серую мазню. Пускай. Для маленьких детей искусство не имеет отношения к красоте. С его помощью они исследуют мир и выражают себя. Более того, детей почти никогда не интересует результат. Искусство – это действие.

Причина неправильных правил

Это процесс, а не продукт. Для маленьких детей искусство – это действие.

Когда ребенок упорно трудится над рисунком, нам очень хочется сказать: «Какая чудесная картинка! Как красиво!» – и повесить рисунок на холодильник. Но, прежде чем произнести: «Как красиво!» – подумайте о том, что может значить искусство для ребенка.

Не все детские произведения красивы. Некоторые представляют собой невразумительную коричневатую мазню. Иногда это каракули или кляксы. Возможно, ребенок пытается нарисовать нечто страшное, а вовсе не красивое. Даже такой вопрос, как: «Что это?» – может поставить в тупик юного художника. Этот вопрос предполагает, что рисунок должен что-то изображать. Главное не то, как выглядит творение вашего ребенка, а то, что оно значит для него.

В три года мой сын Майлз любил экспериментировать, смешивая краски для рисования. Но чем больше красок он смешивал, тем больше результат приобретал бурый оттенок. Иногда на бумаге появлялась дыра. На вопрос, что тут нарисовано, ответа у него не было. Но если вы спрашивали: «Как ты это сделал?» – он с удовольствием описывал подробности сложного процесса.

Многим маленьким детям безразлично, что будет с законченным рисунком. Его можно повесить на холодильник, только не стоит забывать, что вы делаете это для себя, а не для ребенка.

Польза неправильных правил

Помогите детям наслаждаться процессом и творчеством, а не хвалите результат. Вот чему они могут научиться:

Искусство позволяет мне экспериментировать и выражать свои чувства. Это приятно.

Я не обязан делать то же, что и остальные.

Я могу рисковать и пробовать новое.

Я верю в свои идеи и возможности.

Я могу быстро соображать.

Взрослым интересно, и они спрашивают о моих картинах. Я знаю, что отвечать, потому что сам это нарисовал.

Почему это работает

Творчество не ограничивается искусством. Творческие люди отличаются быстротой мышления, стремлением к новому, не боятся задавать вопросы. В том, что касается «художественного творчества», детей нужно поощрять к исследованию и риску.

Фредель Мейнард, автор книги «Как научить ребенка творчеству» (Guiding Your Child to a More Creative Life), говорит, что самые маленькие дети начинают с веры в свои идеи, но затем ограничивают свое воображение из-за критики. Очень часто страх совершить ошибку, неодобрение и обидные слова могут убить интерес ребенка к риску, эксперимента и в конечном итоге к учебе.

Дженет Стокер, одна из основателей Школы для маленьких детей, убеждена, что огромное значение имеет реакция взрослых на усилия ребенка и что поделки могут вредить творчеству. Когда дети изготавливают поделки, они создают определенный объект. Стокер считает, что гораздо полезнее свободно экспериментировать с материалами. С ней согласна педагог Бев Бос: поделки могут быть увлекательным занятием, особенно в преддверии праздника, но их не следует путать с искусством. Художественное творчество начинается тогда, когда ребенок самостоятельно использует средства выражения, а роль взрослого сводится к тому, чтобы предоставить материалы.

Маленькие дети не видят разницы между искусством и наукой. Каждый новый цвет или материал – это повод для нового эксперимента. Детям необходимо прикасаться ко всему, жимать в руках, а иногда и пробовать на вкус. Некоторые искусствоведы утверждают, что всем детям нужна возможность изучать материалы для изобразительного искусства, играть с ними, и только потом они начнут выражать свои идеи с помощью искусства. Например, в детских садах города Реджо-Эмилия дети в возрасте двух-трех лет играют с глиной и красками. Когда маленьким детям предоставляют достаточно времени для знакомства с красками и другими материалами, они используют эти средства для выражения своих идей.

Дети – не взрослые

Возможно, беспорядочная мазня вашего ребенка – это способ исследования цвета и фактуры. Предоставьте ребенку самостоятельность и не сосредотачивайтесь на результате. Не исключено, что он не важен. Маленьких детей часто увлекает сам процесс, и им все равно, что будет с их рисунком, когда они закончат. Искусство – это действие.

Поделки и творчество

Когда Мэдисон вернулась домой, мама спросила ее, создала ли она какое-нибудь произведение искусства, – в детском саду проводили «день искусств». «Ну, – ответила Мэдисон, – воспитательница сказала, что это искусство». «А что это было?» – спросила мать. «Не знаю, – сказала девочка. – Но не искусство». После обсуждения пятилетняя Мэдисон сформулировала следующее определение: «Искусство – это когда ты сам решаешь, что хочешь сделать, и делаешь это так, как ты хочешь».

Группа Мэдисон изготавливала поделки.

Поделки – это очень интересно, но относиться к ним нужно как к структурированной игре, наподобие «Карамельного замка». Дома можно время от времени играть в настольные

игры и изготавливать поделки, но нужно видеть разницу. Поделки не искусство, и они должны составлять лишь небольшую долю опыта обращения с материалами для художественного творчества. Настоящее искусство, как и свободная игра, предполагает эксперимент и творчество. Творческий порыв идет изнутри, и к нему невозможно принудить.

Почему мы хотим, чтобы дети часто занимались поделками? Прежде всего многим взрослым нравятся поделки и совместные занятия с детьми. Ими хорошо заниматься в выходные. А поскольку поделки обычно выглядят лучше, чем большинство результатов детского творчества, велико искушение использовать их в качестве, например, сделанного собственными руками подарка на бабушкин день рождения. Кроме того, поделки – великолепный способ занять ребенка. Все это веские причины. И все же не стоит уделять слишком много времени поделкам. Обычно их целью является конечный продукт: радуга, дерево или снеговик. Для маленьких детей важнее сам процесс – рисовать, клеить, раскрашивать.

Если вам самим нравятся поделки и вы хотите повеселиться вместе с ребенком, обязательно оставьте место для новых идей. Постарайтесь не предлагать образец для подражания. И если ваш трехлетний ребенок начнет делать что-то по-своему, позвольте ему экспериментировать. Не настаивайте на первоначальном плане. Например, если вы хотите изготовить к празднику гирлянду из цветной бумаги, приготовьте бумагу и клей. Но если ваш малыш предпочитает склеивать полоски бумаги по-своему, не мешайте ему. Гирлянду потом можно сделать и самому.

Дома экспериментировать легче, чем в детском саду. При групповых занятиях социальное давление слишком велико. Воспитатель показывает образец, и дети должны строго следовать ему, чтобы получился точно такой же готовый продукт.

Избегать образцов

«Дети, сегодня мы будем делать клоуна. Все получают лист бумаги, два круглых глаза, квадратный нос и большой треугольник для шляпы...» В коридорах детских садов и развивающих центров можно увидеть результаты одинаковых проектов. Воспитатель демонстрирует образец, и дети воспроизводят его.

Представьте, что вы пытаетесь скопировать картину Ренуара. И каков результат? Совсем не похоже. Копирование образца может отвлечь ребенка от искусства. Когда пальчики четырехлетнего малыша пытаются повторить то, что сделал взрослый, все часто заканчивается пролитой краской. Линии получаются кривыми, нос у фигуры съезжает набок. Поделки и образцы часто удовлетворяют потребности взрослых, а не детей. Взрослые навязывают идеи вместо того, чтобы поощрять фантазию ребенка.

Брендон не желал делать такого же клоуна, как все. Когда воспитатель раздал бумагу и клей, он спрятался под стул. Воспитатель заставил его вылезти и присоединиться к остальным. Четырехлетняя Хейди с радостью взялась за изготовление клоуна, но не желала копировать образец. Она добавила волосы под клоунский колпак, но сделала это тайком, чтобы не видел воспитатель.

Какой же опыт получили Брендон и Хейди?

Искусство бывает правильным и неправильным.

Образец, который предлагает воспитатель, – это идеал. У меня не получится такой же.

Нужно делать то же, что и все.

Мои идеи не имеют значения.

Эта мысль лучше всего выражена в песне Гарри Чейпина «Цветы красные» (Flowers Are Red). В ней рассказывается о маленьком мальчике с богатым воображением. В школе учительница говорит ему, что цветы красные, а листья зеленые. Все должны рисовать так, как показала учительница. Маленький мальчик протестует: «Есть так много цветов у радуги, так много

цветов у солнца на заре, так много цветов в цветах, и я вижу их все!» Когда же другая учительница признает его право на творчество, уже слишком поздно. Малыш всегда рисует цветы красными, повторяя: «Цветы красные, а зеленые листья зеленые...»

А вот пример, как трехлетний ребенок стал делать все по-своему. Кейси начала раскрашивать матерчатые сумки вместе с другими детьми. Через какое-то время она отложила кисточку и окунула пальцы в краску. Сначала Кейси рисовала кончиками пальцев, потом ладонями; потом в ход пошли руки, до самого локтя. Краска смывалась водой, и девочка получила огромное удовольствие от своих экспериментов.

Образцы навязывают определенную идею и создают ожидание совершенства.

Разрешать страшные сюжеты

Мой папа в пятилетнем возрасте рисовал самолеты, которые сбрасывают бомбы. Это было в 1940-х гг., во время Второй мировой войны. Ему не давали покоя бомбы и самолеты. Но даже в мирное время многих детей волнуют и привлекают взрывы, автомобильные аварии и другие катастрофы. И дети их рисуют. У них на уме злодеи и бомбы.

Возможно, вас расстраивает насилие в рисунках ребенка. Однако очень важно обеспечить ему свободу выражения через изобразительное искусство. Точно так же мы позволяем ему выражать себя, выбирая темы для ролевых игр. Искусство – это еще один способ выражения идей и эмоций.

Смерть, бомбы, сцены сражений – все это волнует ребенка. Маленькие дети обожают силу. Возможно, малыш пытается понять, что такое смерть (см. Правило 27: «Дружите с мертвыми птицами»), или иллюстрирует любимую сказку. В любом случае его что-то заинтересовало. Искусство – превосходный (и безопасный) способ экспериментировать со своими идеями. Лучше, чтобы ребенок выразил свои мысли, а не держал их в себе. Если малыш что-то рисует, значит, ему нужно это понять. Его это волнует.

Поощрять муки творчества

Творчество – это решение проблем, риск и экспериментирование. Пусть ребенок немного помучается. Если малыш говорит: «У меня не получается дом. Нарисуй мне», вы должны проявить твердость. Можно ответить так: «Я помогу, но ты должен сделать это сам». Помощь может заключаться в том, что вы будете стоять рядом и поддерживать его морально. «Если я нарисую дом, это будет мой дом. А как выглядит *твой*?»

Родители иногда торопятся разрешать проблемы и даже поправлять детей. Если ребенок все рисует в одном углу бумажного листа, в этом нет ничего страшного. Не нужно ничего подсказывать. Если ребенок изрисовал весь лист, можно отметить: «Вижу, у тебя закончилось свободное место». Или подскажите: «Если тебе нужна еще бумага, она на столе», а не подавайте чистый лист. Возможно, цель ребенка – накладывать все краски слоями, один на другой.

Прежде чем похвалить: «Какая замечательная птичка!» или «Красивые горы», выясните, что имел в виду ребенок. Возможно, это вовсе не птичка и не гора. На произведение ребенка нужно реагировать констатацией и вопросами: «Ты не хочешь рассказать мне о картине?» И приготовьтесь услышать отказ.

Когда вы не ограничиваете фантазию малыша и предлагаете ему рассказать о том, что для него важно, когда-нибудь он попытается с помощью искусства выразить свои сокровенные чувства и мысли.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Не ограничивайте фантазию в искусстве. Предоставьте материалы и выделите место – пусть ребенок творит. Дети могут экспериментировать с фактурой или цветом, но не интере-

соваться конечным результатом. Они часто «расширяют» идею и направляют процесс в другую сторону. Уважайте детскую фантазию.

Вы можете предложить рисовать брызгами – набрызгивать краску вокруг какого-то объекта, например кленового листа. Если дочь собирает другие листья, палочки и кору, значит, девочку увлекла эта идея и она расширяет ее. Возможно, потом она начнет выдувать краску через соломинку или макать листья в краску. Как бы то ни было, вы всегда вправе ограничить фантазию юного художника, если она угрожает людям или собственности.

Место для занятий искусством

Материалы для художественного творчества должны быть всегда доступны (маркеры, фломастеры, пластилин, клей, краски).

Выделите место для занятий – это может быть кухня, крыльцо, ванна, специальный столик или двор.

Советы, как относиться к грязи и беспорядку, см. в следующей главе (Правило 21: «Рисунк не на бумаге»).

Сосредоточиться на процессе

Спрашивайте: «Как?»

Позвольте детям отклоняться от вашего плана.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Хочешь что-нибудь рассказать о своей картине?

Как ты это сделал?

Ты использовал много красной краски.

Ты долго трудился над этой картиной.

Было трудно склеить эти коробочки. У тебя получилось.

Я вижу, у тебя на листе больше нет свободного места.

Если тебе нужна еще бумага, она на столе.

Я тебе помогу, но не буду этого делать за тебя.

Если я нарисую, это будет мой домик. А как выглядит *твой*?

Что ты теперь будешь делать со своим рисунком?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Какая красивая картина!

Что это?

Какая милая у тебя получилась собачка.

Ладно, вот тебе домик.

Тебе нужна еще бумага. Вот чистый лист.

Нет, так не годится. Ты не должен рисовать такое.

Отлично! Ты очень хорошо рисуешь!

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Образцы, одинаковые работы и стандартные поделки – все это можно увидеть в детских садах и развивающих центрах. По возможности выбирайте программу, поощряющую творчество. Это легко понять, посетив детский сад. Просто пройдитесь по коридорам и посмотрите, сколько одинаковых картинок висит на стенах. Если в дошкольном учреждении предпочитают поделки, можно уравновесить этот подход, предоставив возможности для свободного творчества дома.

Правило 21. Рисунок не на бумаге



В каждом детском саду могут быть свои правила, но одно является общим для всех: «Не разрисовывать других детей, если они не хотят».

Дело в том, что краска не всегда остается на бумаге. Дети экспериментируют, рисуя пальцами, животами, коленями и носами. Иногда ребенок разрисовывает зеленой краской все тело. Или красит руки друга в красный цвет – но только с его согласия.

Причина неправильных правил

Некоторые дети сторонятся искусства, если в нем не участвует все тело. Раздвиньте границы. Перенесите искусство за пределы дома.

Чистое и аккуратное искусство привлекает очень немногих детей. Неприятие может вызывать сама природа художественного творчества: в помещении, сидя, надеть блузу и не пачкать. Иногда активные дети не проявляют интереса к изобразительному искусству или им быстро надоедает это занятие. Но вкусить радость творчества могут и активные дети.

Нет никакой необходимости ограничиваться столом. Попробуйте другие варианты. Перенесите занятия во двор. Например, почему бы не раскрасить гигантскую картонную коробку? Пятилетний Дэн предпочитал проводить время на улице. Ему не нравилось сидеть за столом и рисовать только на листе бумаги. Когда воспитатель перенес занятия во двор – на террито-

рию Дэна, – мальчик подолгу рисовал. Он рисовал огромные полосы. Ему нравилось экспериментировать с мольбертом, и он с удовольствием раскрашивал дверь гаража для велосипедов. Такие дети, как Дэн, могут совсем не проявлять интереса к занятиям в помещении, но с энтузиазмом рисовать что-то БОЛЬШОЕ.

Польза неправильных правил

Занятия изобразительным искусством и перенос этих занятий на улицу разнообразят удовольствие, получаемое ребенком от экспериментов.

Искусство может быть интересным.

У меня могут быть разные идеи, но для них можно найти место.

Я знаю, что в некоторых местах можно пачкать, а в некоторых нельзя.

Я могу создавать и открывать новое. Это приятно.

Почему это работает

Многим маленьким детям нужно рисовать что-то большое – это соответствует потребностям их развития. У многих детей, особенно мальчиков, еще плохо развита мелкая моторика. Занятия, для которых нужны ножницы и маленькие кисти, могут вызвать у ребенка раздражение. Сначала должны развиться сила и координация крупных мышц, и только потом дети овладевают мелкой моторикой.

Кроме того, маленькие дети не в состоянии оставаться в границах листа бумаги потому, что у них плохо развита пространственная ориентация. К тому же ребенку необходимо движение.

Дэн Ходжинс много лет занимался с детьми в детском саду при колледже общины Мотт в Флинте, штат Мичиган. Он понял, что мальчики любят большие произведения и занятия, в которых задействовано все тело. Большие кисти – огромные щетки для чистки бутылок и щетки для ухода за лошадьми – делают художественное творчество более доступным и приятным для мальчиков. Любимый инструмент Ходжинса – это ершик для туалета. Он большой, оставляет четкий след, а для того, чтобы им орудовать, требуется сила.

Когда дети с юного возраста привыкают к художественному творчеству (даже еще до того, как полностью овладеют мелкой моторикой), искусство может стать средством самоидентификации. Ребенок, который любит бегать и не умеет держать карандаш, уже может считать себя «умеющим рисовать». Затем, по мере развития мелкой моторики, он по-прежнему будет получать удовольствие от творчества.

Творчество для дошкольников обретает смысл тогда, когда они могут задействовать все тело. Детям интересно использовать крупные и мелкие мышцы и самые разные чувства – не только зрение, но также осязание, слух, обоняние. Эмоции детей придают занятиям смысл. Это весело? Трудно? Приятно? Страшно? Для маленьких детей искусство – это занятие для всего тела.

С помощью «искусства» маленькие дети экспериментируют с материалами и фантазируют. Результат не всегда похож на то, что мы привыкли считать произведением искусства. Например, Джессика играла с тюбиком крема для бритья. Сначала она залила им игрушки. Потом намазалась сама. Ей было щекотно. Джессика покрыла слоем крема живот, плечи, руки, ноги и волосы – пока на ее теле не осталось ни дюйма чистого места. Изучив крем для бритья, девочка переключилась на краски.

Дети – не взрослые

Художественное творчество не обязано быть тихим занятием, когда дети сидят с фломастерами и клеем. Добавьте действие. Рисуйте на улице. Раскрашивайте что-нибудь большое: стены, коробки, рулоны бумаги или деревья. Для маленьких детей это творческое изучение материалов. Когда мы ограничиваем художественное творчество столом, активные дети могут потерять к нему интерес. Нужно расширить границы искусства и помочь каждому ребенку почувствовать радость и силу творчества.

Творчество, насыщенное активными действиями, очень нравится детям и помогает взрослым отвлечься от конечного результата.

Раздвинуть границы

В детском саду, куда я ходила, дети красили деревья в фиолетовый цвет. Они выдавливали краски на листы бумаги и вывешивали их на забор. Они ходили босиком по краскам и разрисовывали оборудование на игровой площадке. Даже если вам не нравятся фиолетовые деревья, во дворе всегда можно выделить место для творчества. Может, дети разрисуют лестницу, беседку или заднюю стену сарая?

Одна моя знакомая разрешила детям покрасить старые ставни. Дети рисовали пальцами, а когда закончили, вымыли с помощью шланга дорожку к дому. Пятилетнему Джейкобу убирать понравилось не меньше, чем раскрашивать. Двухлетняя Изабелла долго рисовала на ставнях – гораздо дольше, чем дома на листе бумаги. А на следующий день снова попросила разрешения раскрашивать ставни.

Действие привлекает детей к художественному творчеству. Активные дети, особенно любящие силовые игры, могут открыть для себя новое развлечение. Творчество – это тоже своего рода силовая игра.

Примириться с грязью

Грязь неизбежна. Если же вы позволяете детям расширять границы творчества, например разрисовывать себе ноги, то грязи будет еще больше. Предоставьте детям место, где можно не заботиться о чистоте; это может быть специальный столик, крыльцо, кухня (там много моющихся поверхностей) или даже ванна. Подходящее место – двор. Приготовьтесь к грязи. Если дело заходит слишком далеко, смените место.

Например, Дилан держал в руках кисть и рисовал на листе бумаги. Через минуту он уже окунал кисть в банку с краской и специально ронял капли на пол, завороченно наблюдая за появляющимися красками.

Что сказать такому ребенку, как Дилан? Вы можете не обращать внимания на грязь, радоваться фантазии ребенка и смотреть, как краска собирается в лужу рядом со стулом и течет под холодильник. А можно остановить Дилана и сказать: «Рисуй на бумаге! Если не будешь соблюдать правила, я отберу у тебя краску!»

Есть и третий путь. Установите четкую границу, смените место, но по возможности позвольте ребенку делать то, что подсказывает ему воображение. Например: «Если хочешь делать кляксы, выйди во двор. Кухня – неподходящее для этого место». Дилан поймет: *О, здесь этого делать нельзя. Но я могу осуществлять свои идеи в другом месте. Мне позволено экспериментировать.* На улице вы можете сказать: «Ух ты! Какие красивые получаются кляксы!» Почти все краски для детей смываются водой. Пусть ребенок поможет смыть грязь; это составная часть процесса, и это очень весело.

Не волнуйтесь, если грязь вызывает у вас отвращение. Я чувствую то же самое. В каждой семье свой уровень терпимости к грязи. Вы должны решить, что допустимо, а что нет. Прямо расскажите о своих ожиданиях. Если дети преступают границу дозволенного, вы должны вмешаться. «Ты можешь разрисовывать себя, но не здесь. Только в ванне». Или: «Я вижу, ты выдавливаешь краску на пол. Если хочешь это делать, выйди на улицу».

Не терпите грязи? Возможно, ребенок может не соблюдать чистоту в детском центре или в доме своего друга. Разные семьи допускают разный уровень беспорядка.

Контроль над художественным беспорядком

Поместить краски на поднос или в тазик для мытья посуды.

Выйти во двор.

Расположиться на моющихся поверхностях (кухня).

Использовать ванну для самых грязных занятий.

Подстелить старую занавеску для душа, простыню или скатерть.

Купить специальную одежду в благотворительном магазине.

Изготовить блузы из старых футболок большого размера.

Материалы

Творчество не должно быть дорогостоящим. Подойдут даже вода и глина. Превосходный материал – предметы из мусорной корзины. Листы бумаги, исписанные с одной стороны. Старые коробки. Нет никакой необходимости покупать материалы для художественного творчества в магазине.

Для ребенка очень важна фактура, а не только цвет. Они должны ощущать гладкие и грубые, липкие или скользкие поверхности.

Бев Бос предлагает посетить хозяйственный магазин, найти подходящие для художественного творчества материалы и спросить: «Этим может рисовать ребенок?» Подойдет почти все. В качестве валиков для краски она использует игрушечных собак, массажеры и старые круглые ножки от стола. Одна из самых популярных идей – наполнить песком нейлоновые чулки, окунуть в краску и сбросить с высоты.

Детям всегда хочется *большего*. Больше клея, большие горы бусин. Некоторые педагоги советуют разрешить маленьким детям неограниченный доступ к материалам для художественного творчества, особенно в детских учреждениях. Но это не всегда возможно или желательно. Ресурсы нашей планеты ограничены. Я помню, как в пятилетнем возрасте рисовала на обратной стороне старых отцовских планов уроков и училась повторно использовать бумагу. Кроме того, фантазию будит не излишек, а недостаток. Что, больше нет бусин? А если я возьму шишки?

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Обогатите художественное творчество детей действием. Достаточно вынести материалы во двор, и вы увидите всплеск фантазии. Отправляйтесь за материалами в хозяйственный магазин. Проверьте корзину для мусора, используйте природные материалы. Не ограничивайтесь традиционным набором фломастеров, красками, пластилином и маркерами.

Совмещение искусства с активными занятиями

Рисовать стоя.

Рисовать вне помещения.

Возить игрушечные машинки по краске.

Бегать по краске босиком.

Распылять краску при помощи соломок или фена для волос.
Наносить краску валиками.
Раскрашивать что-нибудь необычное – тыкву, морские ракушки, листья.
Раскрашивать деревья или сараи.
Украшать большие картонные коробки.
Использовать большие кисти для покраски дома, жесткие щетки или ершики для бутылок.
Разбрызгивать подкрашенную воду или краску на улице.
Бросать цветные бомбы (чулок с песком, который обмакнули в краску) с лестницы или стены.
Разбрасывать песок или крахмал и смотреть на получившиеся узоры.
Рисовать пальцами, локтями или носом.
Рисовать и одновременно слушать музыку или чтение.
Рисовать большие картины мелками.
Рисовать на больших белых досках из хозяйственного магазина.
Использовать разнообразные материалы: настоящие доски и гвозди, проволоку, глину и воду.
Что-нибудь строить (склеивать скотчем коробки или доски).
Что-нибудь вырезать (из мыла или пенопласта).

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Где ты можешь этим заняться?
Если хочешь разбрызгивать краску, ты должен выйти во двор.
Что будет, если?..

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Рисовать только за столом.
Нельзя этого делать.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Если ваш юный художник раскрашивает деревья или бросает цветные бомбы, это понравится далеко не всем. И не должно. Дети должны понимать, где разрешено пачкать, а где нет. Это вопрос установки границ. Объясните ребенку свои требования. Если ваша дочь разрисовывает свои руки на улице, скажите ей: «Этим мы занимаемся дома». Если вы собираетесь в библиотеку, где дети будут изготавливать поделки, расскажите, как нужно себя вести в этом месте: «Бумага и клей остаются на столе в библиотеке». Установите границы и по возможности раздвигайте их.

Правило 22. Перестаньте говорить: «Молодец!»

Это трудно. «Молодец!» встречается в нашей речи так же часто, как «Здравствуй» или «Всего хорошего». Тем не менее такие фразы, как «Молодец», «Умница» или «Как красиво!», не имеют смысла. Дети не нуждаются в пустой похвале. Им нужно серьезное внимание и возможность развивать настойчивость, самомотивацию и самоуважение.

Причина неправильных правил

Признание лучше похвалы. Внутренняя удовлетворенность лучше внешнего одобрения.

Почему? Захваливать ребенка – это не то же самое, что формировать у него здоровую самоуверенность. Детям нужно чувствовать свои силы, верить, что они могут многое, что они способны преодолевать трудности. Им также нужно чувствовать, что их любят и ценят такими, как они есть. Мы можем помочь детям обрести уверенность в себе, но неумеренные похвалы тут не помогут. И даже повредят. Сравните, что услышали от взрослых два пятилетних ребенка на игровой площадке.

«Посмотри на меня!» – крикнула Бианка, забираясь на конструкцию для лазанья. Она преодолела полпути, затем упала. «Молодец! – похвалила ее мама. – Молодец, Бианка».

Натали начала лезть на шведскую стенку на детской площадке, но остановилась, испугавшись высоты. «Я постою рядом, – сказала ей бабушка. – Держать я тебя не буду, но подстрахую, чтобы ты не упала». Натали продолжила подъем и вскоре оказалась на самом верху. «У тебя получилось. Ты очень старалась и залезла на самый верх. Ух, как высоко!»

Какие уроки усвоили Бианка и Натали?

Бианка поняла, что ее маме нравится, когда она забирается на конструкцию для лазанья. Рисковать и стараться нет никакого смысла; главное – угодить другим. В следующий раз она будет искать одобрения матери.

Натали осознала, что бабушка заметила, насколько важно ей добраться до вершины стенки. Она поняла, что нужно надеяться на себя и самостоятельно искать выход из трудного положения. Натали испытала приятные чувства – радость от своего успеха, а также от интереса и заботы бабушки. В следующий раз она будет готова попробовать что-то новое, даже несмотря на трудности. И будет стараться, пока не овладеет новым навыком.

Нам трудно удержаться от похвалы детям. Они такие милые. Они так стараются. Мы хотим, чтобы они были довольны собой. Трудно удержаться от искушения весь день награждать малыша одобрительными возгласами. Но развитие настойчивости и внутренней уверенности гораздо важнее похвалы. Привычка искать одобрения может стать деструктивной, тогда как уверенность в себе и упорство станут залогом успеха в жизни. Говорите своему ребенку: «Я тебя люблю», – но воздерживайтесь от похвалы. Уверенность и мотивация помогают ребенку раз за разом преодолевать трудности.

Польза неправильных правил

Мне нравятся трудности.

Я упорный. Если у меня что-то не получается с первого раза, я не отступаю.

Обычно у меня получается лучше, если я потренируюсь.

Мне не нужно все время искать одобрения. Похвала не так уж важна.

Взрослым интересны мои занятия: они меня уважают.

Я знаю, что меня любят.

Почему это работает

«Смотри, папа! Смотри на меня! Смотри на меня! Смотри-и-и!»

За день мы столько раз слышим призыв «смотреть», что можно сойти с ума. Нам кажется, что дети требуют ответа, и мы говорим: «Молодец!» или «Здорово!». Попробуйте подсчитать, сколько раз в день вы произнесли: «Молодец!» или как-то еще похвалили своего ребенка. Вы удивитесь.

Когда дети привлекают ваше внимание, это вовсе не значит, что им нужна похвала. Они просто хотят чем-то поделиться с вами; им требуется признание. В ответ на «Смотри!» вовсе не обязательно говорить: «Здорово!» или «Молодец!»; достаточно просто «Вижу!». К чрезмерной похвале привыкаем и мы, и наши дети. Для детей естественно делиться со взрослыми, которых они любят, но, когда они постоянно спрашивают: «Тебе нравится мое платье?», «Я красивая?» или «Тебе нравится мой рисунок?», – это значит, что они ищут внешней похвалы и одобрения. У некоторых детей к трем или четырем годам уже вырабатывается привычка искать одобрения окружающих, и эта привычка сохраняется на всю жизнь. В подростковом возрасте они ищут одобрения сверстников. Став взрослыми, они сомневаются в себе, попадают под влияние чужого мнения (средств массовой информации, друзей, супруга) и все время нуждаются в поощрении начальника.

*Ограничьте использование слов, выражающих общую похвалу:
великолепно, мило, здорово, хорошо.*

Элфи Кон, автор «Наказание наградой» (Punished by Rewards), «Безусловное воспитание» (Unconditional Parenting) и других книг, говорит, что похвала часто мешает детям и взрослым показать все, на что они способны. Причина в том, что люди привыкают зависеть от похвалы и не рискуют, опасаясь лишиться внешнего одобрения.

Исследование доктора Кэрол Двек, посвященное упорству, показывает, что дети добиваются успеха, когда у них формируется «взрослый» склад ума. Эти дети на трудности отвечают упорством, поскольку понимают, что практика поможет им достичь лучшего результата. Фразы «Ты умный», «Ты красивый», «Ты ловкий» создают у ребенка впечатление, что эти качества у него уже есть и никуда не денутся. Дети, считающие, что не способны изменить результат, сторонятся трудностей, избегают риска и отступают. Не бойтесь говорить ребенку, что та или иная задача трудна. На самом деле дети любят трудности и могут стараться еще больше, когда что-то считается трудным.

Как говорил Хаим Гинотт, полезная похвала состоит из двух частей. Прежде всего взрослый описывает, что он видит или чувствует («Ты забрался на самый верх. Как высоко»), а затем ребенок реагирует на эту констатацию и внутренне хвалит себя («Я хорошо лазаю»). Описательная похвала помогает развить у ребенка уверенность в себе. Многочисленные иллюстрации этого метода вы можете найти в книге Адель Фабер и Элейн Мазлиш «Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили».

Нет никакой необходимости вообще отказываться от похвалы (конечно, вы можете воскликнуть: «Отличный удар!» – когда ваш малыш забивает гол). Важно соблюдать меру и хвалить конкретное достижение. Дети больше нуждаются в описательной похвале, чем в череде восклицаний: «Хорошо! Великолепно! Потрясающе!»

Дети – не взрослые

Нам кажется, что дети постоянно нуждаются в похвале. И мы торопимся ее предоставить: «Молодец!»

На самом деле ребенку нужно наше внимание и признание. Это помогает ему понять, что его любят просто за то, что он есть, и позволяет почувствовать радость от приложенных усилий и преодоления трудностей. Постарайтесь

избавиться от пустых фраз и замените их описаниями. Факты гораздо полезнее оценок.

Процесс, а не похвала

Четырехлетняя Хейли все время искала одобрения взрослых. Она рисовала фигурки людей, туловище которых состояло из двух треугольников, стараясь копировать рисунки старших сестер. Почти каждый день она рисовала точно такую же фигурку и спрашивала взрослых: «Тебе нравится?»

«Главное, чтобы нравилось тебе, – ответила ей воспитательница. – Тебе самой нравится?»

Вместо похвалы, то есть внешнего одобрения, сосредоточьтесь на чувствах самого ребенка и на процессе. Точно так же, как маленьких детей больше интересует процесс рисования, чем конечный результат, в игре для них тоже важен процесс. Спросите у детей, как они это сделали. Например: «Как ты соорудила эту печь?», «Интересно, как тебе удалось построить такую высокую башню из конструктора?» или предложите ребенку высказать свое мнение: «А ты что думаешь? Тебе самому нравится?»

Сосредотачиваясь на процессе, вы даете ребенку возможность проецировать ситуацию в будущее. Он понимает, что может усовершенствовать свой навык. Если мы говорим: «Ты так хорошо рисуешь!» – ребенок может подумать, что *он уже хорошо рисует и ему больше не нужно стараться*. Фраза «у тебя хорошо получается то-то и то-то» представляет собой утверждение, которое фиксирует текущее состояние («У тебя каштановые волосы»). Лучше попробуйте описать процесс: «У тебя такая подробная картина. Вижу, ты долго над ней трудился». Такой подход помогает ребенку развиваться и совершенствоваться.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Наблюдать, но не оценивать

Когда мы восклицаем: «Хорошая девочка! Как мило! Молодец!» – это неопределенная похвала. Маленькие дети не всегда понимают, что именно в их действиях «мило», «хорошо» или «красиво». Например, если Дэнни откладывает рисунок и ему говорят: «Хороший мальчик», он может не понять, что хвалят его работу. Но если папа скажет: «Ты умеешь надевать колпачки на маркеры», Дэнни будет точно знать, что именно он сделал правильно. Скорее всего, он почувствует удовольствие оттого, что проявил себя умелым, знающим и независимым.

Вместо того чтобы хвалить, делитесь наблюдениями. Они конкретны. Это довольно легко, нужно только привыкнуть. Просто описывайте то, что видите.

ВМЕСТО...	ГОВОРИТЕ ТО, ЧТО ВИДИТЕ
Молодец, Ники!	Ты сам качаешься на качелях.
У тебя так здорово выходит!	Ты залез на самый верх лестницы!
Ты такой умный.	Теперь ты знаешь много цифр. Уме- ешь считать до двенадцати.
Ты такая красивая.	У тебя симпатичная шляпка.
Хорошая девочка!	Спасибо. Ты собрала все игрушки.
Ты такой хороший мальчик.	Ты умеешь надевать колпачки на маркеры.
Красивая картина.	Ты использовал много красок.
Как мило!	Ты дал Бобби поиграть с самолетом.
Потрясающе!	У тебя получилось.

Маленькие дети не ищут похвалы, а просто хотят признания: «Посмотри на меня! Посмотри, что я сделал!» Наилучшая реакция – простая констатация факта: «У тебя получилось», «Я на тебя смотрю!», «Я тебя вижу», «Ты это умеешь». Остальное пусть скажет сам ребенок.

Главное – упорство

Упорство – идти на риск и не отступать – это еще одна часть процесса. Ваши комментарии не должны быть направлены только на достижения ребенка (похвала); важно также отметить его усилия. Когда ребенок трудится над пазлом или пытается застегнуть куртку, подбодрите его и признайте трудность задачи. «Молнии могут застревать. Я вижу, как ты стараешься». Многим детям нравятся трудности и нравится сознавать, что они решают непростую задачу. Признание этого – не похвала – позволяет ребенку развивать настойчивость.

Дополнительным подкреплением могут служить истории из прошлого, когда ребенок был «маленьким». Например: «Я помню, как ты не умел кататься на велосипеде. А теперь ты едешь так быстро!» Помните, что дети все время преодолевают трудности – учатся говорить, завязывать шнурки, качаться на качелях. Им приятно сознавать, что теперь они легко справляются с тем, что раньше у них не получалось (ходить, есть самостоятельно). Моему сыну Майлзу нравится слушать рассказ о том, как он учился произносить свое имя: «Сначала ты называл себя Мулли, потом Мунни, а потом научился говорить правильно». Такие истории забавны и помогают воспитывать упорство.

Избегайте ложной похвалы

Как говорит Элфи Кон, ложную похвалу можно узнать по тому, как мы произносим слова: «писклявым, приторным голосом, который все время срывается, не похожим на тот, которым мы разговариваем с друзьями». Воспитатели и родители часто используют ложную похвалу для манипуляции, например: «Мне нравится, как твоя подруга Мария убирает на место игрушки». В данном случае Марию не хвалят, а используют в качестве инструмента. Помните, что вы чувствовали в детстве, когда взрослые выделяли «хорошего» ребенка? Вполне возможно,

несколько малышей бросают на Марию недоброжелательные взгляды, и такая похвала явно не улучшает ее социальный статус. «Это фальшь и обман, – объясняет Йен Уотерс из Школы для маленьких детей. – Фраза «мне нравится, как Мария убирает игрушки» означает, что мне *не* нравится, как это делают другие. Нужно говорить прямо». Гораздо лучше сказать: «Я вижу, что игрушки еще на полу. Пора убрать их на место».

Еще раз о похвале

«Но разве это плохо – иногда говорить своему ребенку, что он умный или красивый?»

Конечно нет. Но лучше, если ваш ребенок *почувствует себя* умным и красивым. Это чувство возникает у ребенка благодаря тому, что он постоянно ощущает вашу любовь и интерес к нему: к его мыслям, мечтам, действиям и уникальной личности. Что означает «ты умный»? Обычно можно найти другой способ выразить эту же мысль: «Ты догадался», «Ты все сделал правильно», «Ты очень много знаешь о динозаврах». Если речь идет о внешности, особенно девочек, чем меньше вы об этом говорите в раннем возрасте, тем лучше. Лучше сосредоточиться на мыслях ребенка, его действиях и идеях (более подробно см. Правило 19: «Мальчики могут надевать балетную пачку»).

Таким образом, постарайтесь не употреблять общих фраз, таких как «Молодец!», и замените их описанием того, что видите. Исключите прямые определения – умный, красивый, сильный.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Признание

У тебя получилось.

Посмотри на себя!

Ты это умеешь.

Ты сама повесила куртку на крючок.

Ты поставил все грузовики в ряд.

У тебя красивое платье.

Ты уступил место.

Настойчивость, процесс и усилия

Ты очень старался, и у тебя все получилось.

Я вижу, ты долго строил из кубиков.

Ух ты! Это очень сложно. Ты пытаешься построить высокую башню, а это нелегко.

Удивляюсь, как тебе удалось построить такую высокую башню.

Как ты это сделал?

Что тебе тут нравится?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Молодец! Это здорово! (избегать в большинстве случаев).

Какая милая картина! Очень красиво.

Это очень мило.

Ты такая хорошенькая/красивая.

Ты такая хорошая девочка/хороший мальчик.

Ты такой умный!

Ты так хорошо прыгаешь/рисуешь... (закрепляет талант ребенка).

Мне нравится, как Мария убирает игрушки.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Услышав от кого-нибудь общую похвалу: «Молодец!» – вы можете усовершенствовать ее, просто добавив описание. «Молодец, Ли!» тогда превратится в «Молодец, Ли. Ты убрал свои ботинки в шкаф. Ты умеешь быть ответственным». Этот прием прекрасно работает и в отношении самого себя, когда вы пытаетесь избавиться от вредной привычки общих похвал. Постарайтесь все время добавлять описание процесса и затраченных усилий, и скоро количество общих похвал уменьшится. Не забывайте о вежливости; зачастую лучший ответ на выполненную благих намерений фразу – «Спасибо».

Часть VI. Грубость, вежливость и ложь

Нравственные принципы подобны кори. От них нужно делать прививку.
Олдос Хаксли

Правило 23. Дети не обязаны извиняться

Двухлетний Дэнни сталкивается на детской площадке с девочкой и сбивает ее с ног. Мама в ужасе бежит к ним. «Извинись!» – командует она. «Извини», – повторяет Дэнни и тут же забывает о девочке, продолжив игру.

Причина неправильных правил

Извинение – это отговорка. Чтобы исправить ситуацию, нужны действия.

Маленькие дети любят говорить: «Извини». Это волшебное слово снимает с них ответственность. Толкнул кого-то? Ударил локтем? Наступил на рисунок? Просто скажи: «Извини» – и избежишь последствий. Это немного напоминает обучение ребенка скрываться с места происшествия.

Но ведь мы хотим, чтобы дети не убегали, отвечали за свои действия и понимали, что их слова, руки и ноги могут нанести вред другим людям.

Прежде всего ребенок должен осознать, что он сделал. То, что очевидно вам, – сын сбил кого-то с ног, – ему необходимо объяснить. Маленькие дети часто не отличают причину от следствия. Ваш ребенок думает: *Правда? Так получилось из-за того, что я прыгнул (ехал на велосипеде и размахивал игрушкой)? Ого. А я просто играл.* Сообщите ему факт: «Ты размахивал своей коробкой для завтрака и ударил Люси по руке. Смотри – ей больно. Она плачет».

Если ребенок не покидает место происшествия, это помогает формированию эмпатии к пострадавшему. Спросите: «С тобой все в порядке?» Вместе посмотрите в заплаканное лицо ребенка. Исследуйте царапину. Вы можете сказать: «Смотри, вот здесь бо-бо. Она плачет. Ей очень больно». Затем постарайтесь помочь.

Когда ребенок, который виноват в происшествии, поймет, что произошло, нужно переходить к действиям. «Сара еще расстраивается оттого, что ты ее толкнул. Можешь дать ей салфетку?» Очень часто дети с удовольствием делают что-то осязаемое. Спасательная операция. Я не могу сделать так, чтобы у Сары перестала болеть нога, но я могу помочь. Маленьким детям требуется действие, и они радостно бегут за полотенцем, салфеткой, льдом, плюшевым мишкой или чьей-то мамой.

Польза неправильных правил

В конечном итоге ребенок будет извиняться, но уже сознательно. А пока ему нужно действие и наблюдение. Вот какой урок он усваивает, если его не заставляют говорить: «Извини».

Мои действия имеют последствия. Иногда я могу причинить боль другим.

Я понимаю, что чувствуют другие.

Я могу что-то сделать, чтобы помочь.

У меня есть время, чтобы все понять и почувствовать угрызения совести.

Когда я говорю: «Извини» – я не обманываю. Мне действительно стыдно за то, что я сделал.

Дети – не взрослые

Маленькие дети редко о чем-то сожалеют. Многие еще не достигли этой стадии нравственного развития. Не заставляйте извиняться. Просто помогите детям исправить ситуацию – пусть принесут салфетку или лед. Если вы учите детей говорить: «Извини», это избавляет их от ответственности, но фраза «Я больше не буду опрокидывать твой велосипед» предлагает значимую безопасность. Показывайте пример вежливости, но не требуйте ее раньше времени.

Почему это работает

Маленькие дети иногда нас обманывают. Они могут имитировать извинения и даже плакать вместе с другим ребенком, но большинство малышей еще не способны испытывать сожаление. Конечно, все дети разные – ваш ребенок может отличаться ранним развитием, – но у многих уровень эмоционального и когнитивного развития еще не позволяет испытывать угрызения совести. Раскаяние требует способности видеть глазами другого человека и полностью понимать причинно-следственную связь. У маленьких детей эти навыки только формируются. Ожидая от ребенка извинений, вы просто внушаете ему ложные представления о том, как следует поступать: ударил, извинился и продолжил свое дело.

Все родители хотят воспитать внимательных и заботливых детей. К сожалению, слово «извини» только мешает формированию эмпатии. Уильям Деймон, известный исследователь нравственного развития детей и автор книги «Нравственный ребенок» (The Moral Child), считает, что нравственную осведомленность у ребенка необходимо воспитывать, но ее невозможно навязать. Когда родители проявляют сочувствие, это помогает развитию нравственных понятий у ребенка.

Сочувствие появляется естественным образом, также полагают Лора Дэвис и Джейнис Кизер, авторы книги «Стать идеальным родителем». Мы боимся, что этого не произойдет, и заставляем детей извиняться, чтобы научить сопереживанию, но Кизер и Дэвис пишут, что эмпатию нужно лишь поддерживать. Сведите детей вместе, проявите уважение к их чувствам, и у них будет возможность проявить сочувствие. «Дети, которым дают возможность облегчить страдания другого ребенка, способны на удивительные поступки».

Действия, а не слова

Однажды мы с Заком пришли в группу его бабушки для трехлетних детей в Школе для маленьких детей. Зак начал бегать по коридору вместе с пятью другими мальчиками, среди которых был Чарли, высокий и неуклюжий ребенок. Когда Чарли бегал, он часто налетал на товарищей по играм. Столкновение с Заком было неизбежным. Зак взвыл от боли и взобрался ко мне на колени. Вдруг маленькие руки протянули нам три пакетика со льдом. Чарли и двое других трехлетних детей бросились нам помогать. Чарли подошел к Заку и спросил: «Как ты?»

Эти малыши уже знают, как важно что-то делать и как приятно помогать другим. Чарли не сбежал, не увиливал от ответственности (и никто его не ругал). Он вернулся к игре только после того, как Зак приободрился и успокоился.

«Маленьким детям незнакомо чувство вины, – говорит Йен Уотерс из Школы для маленьких детей. – Они не могут испытывать угрызения совести, но всегда готовы помочь».

Маленьких детей всегда толкают и бьют – намеренно или случайно. Это дает нам массу возможностей помочь формированию у ребенка эмпатии и ответственности. В детстве почти все синяки и шишки неопасны. Успокойте малыша, но не забывайте о том, что самый ценный урок из инцидента может извлечь тот ребенок, который стал его причиной.

Дать гарантии

Извинения приятно слышать взрослым, но для детей они лишены смысла.

При столкновении двух малышей можно ожидать всплеска эмоций, но среди них не будет раскаяния. Маленькие дети редко сожалеют о чем-либо.

Ребенок, виноватый в столкновении, может испугаться – например, что взрослые будут его бранить, – растеряться или даже злиться на себя за то, что причинил кому-то боль. Пострадавший тоже расстроен, разозлен и напуган. Расстроен, потому что ему больно, разозлен, потому что ему не нравится, когда его толкают, и напуган от шока и неожиданности. Вполне вероятно, он боится, что ему снова причинят боль. *Эта девочка меня толкнула. Он опять это сделает?* Извинения тут не помогут.

Пострадавшему ребенку гораздо важнее услышать обещание, что его больше не будут толкать/лягать/ бить. Не заставляйте детей извиняться, а помогите восстановить доверие. Например, «Скажи: «Я не хотел сделать тебе больно». Или прямо спросите: «Ты еще будешь его толкать?» Убедитесь, что оба ребенка слышали ответ. Если сомневаетесь, повторите громким, уверенным голосом: «Рейчел, Джек говорит, что больше не будет толкать тебя на стену». Если это случайность, детям можно дать такую гарантию: «Я буду следить, чтобы вы опять не столкнулись». Ребенку важна уверенность, что такого больше не повторится, а не извинения.

Обещание «Я больше не буду тебя толкать» гораздо важнее извинения.

Что произойдет, если ребенок отказывается от обещаний или отвечает: «Да!» на ваш вопрос, будет ли он еще драться? В этом случае вы должны вмешаться и установить жесткие ограничения. Можно подчеркнуть: «Ты по-прежнему хочешь драться, но Паркеру нельзя делать больно. Я помогу тебе остановиться». Подбодрите другого ребенка: «Я прослежу, чтобы ты был в безопасности. Я не позволю ему тебя бить» (более подробно об ограничениях см. Правило 2: «Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности»).

Случайность или нет?

«Ой, это вышло случайно. Я знаю, что она не хотела».

Может, и так. А может, нет. Не думайте, что вам известны намерения ребенка. На первый взгляд эти слова кажутся невинными, но на самом деле мы не знаем, верны ли они. Наша цель – научить детей отвечать за свои действия. Называя событие случайностью, мы помогаем детям увильнуть от ответственности.

Иногда дети намеренно проявляют агрессию, причем в возрасте четырех или пяти лет они уже могут это скрывать. Возможно, они мстят за прошлый неразрешенный конфликт. Какова бы ни была причина, не стоит полагать, что она вам известна или что ваш ребенок невиновен. В любом случае необходимо отвечать за свои действия, намеренные и случайные.

Пример извинений

Разумеется, мы хотим, чтобы в конечном итоге наши дети научились извиняться. Это культурная норма. Но хорошие манеры лучше всего усваиваются на примере. Ребенка можно научить автоматически извиняться, но слово «Извини» обретает для него смысл после вашей демонстрации. Т. Берри Бразелтон, автор «Точек взаимодействия» (Touchpoints) и других книг по развитию детей, утверждает, что личный пример эффективен потому, что не только знакомит детей с нормами поведения, но и позволяет почувствовать социальное вознаграждение. Поэтому извиняйтесь сами, но не заставляйте детей.

Когда вы демонстрируете пример извинения, обязательно включайте в него план действий на будущее. Например: «Прости, я испортила твой рисунок. Я не знала, что он для тебя так важен. В следующий раз буду спрашивать, прежде чем выбросить что-то в мусорную кор-

зину». Или: «Ой, прости! Я обещал принести тебе велосипед и забыл? Что бы нам придумать, чтобы я больше не забывал?»

Воспитывая Майлза согласно этим принципам, я начала беспокоиться, а умеет ли он вообще извиняться. Работает ли этот метод? Но однажды, когда ему было пять лет, он больно наступил мне на ногу. «Прости. Я не хотел», – сказал Майлз с искренним раскаянием. Я никогда не заставляла его извиняться, однако он усвоил урок. И, когда требуется, говорит: «Извини».

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Попробуйте применить этот прием для каждодневных происшествий. Если действия ребенка намеренны (Эва толкает Джесси, и это не случайно), применимы методы разрешения конфликтов (см. Правило 3: «Детям необходим конфликт»).

При случайном происшествии некоторые дети стремятся убежать. Верните их. Обнимите за плечи и скажите: «Нужно вернуться. Бену больно. Наверное, ты не нарочно, но Бену больно».

Каждодневные происшествия

1. Сведите детей вместе.
2. Объясните виновнику инцидента, что произошло: «Твой велосипед ее ударил».
3. Опишите, что вы видите: «Она плачет. На ноге у нее кровь».
4. Подайте пример сочувствия пострадавшему ребенку: «Как ты?»
5. Примите меры. «Принеси ей салфетку! Сходи за бинтом».
6. Дайте гарантию: «Джеймс говорит, что больше не будет врезаться в тебя. Он будет кататься на тротуаре».
7. Подавайте пример, извиняясь за свои действия.

Другие конфликты

1. Спросите пострадавшего ребенка: «Тебе нравится, когда он тебя толкает? Скажи ему!»
2. Сведите детей вместе и используйте процедуру разрешения конфликтов.
3. Добейтесь обещания: «Скажи ему, что больше не будешь его толкать». Повторите громким голосом, чтобы вас слышали оба ребенка: «Джек говорит, что не будет тебя толкать».
4. Если ребенок отказывается, пообещайте сами: «Я не дам тебя в обиду». Затем установите строгие ограничения.

Приятно смотреть, как ребенок учится состраданию. Дети, которых не заставляют извиняться, часто сами обнимают пострадавшего, предлагают ему угощение или плед. Объясните ребенку ситуацию, предложите что-нибудь *сделать* – и вы удивитесь, каким внимательным и заботливым может быть ваш ребенок.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Ответственность и действие

Ты должен вернуться. Девочке больно.

Наверное, ты не хотел, но ей больно. Мы должны посмотреть, все ли с ней в порядке.

Ты быстро бежал и сбил ее.

Как ты?

Посмотри – она плачет. Ей больно.

Сбегай за салфеткой (пакетом льда, плюшевым мишкой, подушкой, бинтом).

Спасибо. Так ей будет легче.

Обещания ребенка

Просто извиниться недостаточно. Нужно сказать Джесси, что ты больше не будешь его толкать.

Ты еще будешь его толкать?

Эва, если ты хочешь играть с Джесси, ты должна не нарушать это правило: не толкаться.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Извинись перед ним.

Скажи: «Извини!»

Как ты себя ведешь?

Это случайно.

Она не хотела.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Не в ваших силах сдержать волну извинений. Родители сразу же бранят детей за предполагаемую грубость, даже двухлетних. Вчера в библиотеке я видела, как женщина выговаривала малышу, которому еще не исполнилось двух лет. «Это грубо, – говорила она. – Ты слышишь, что говорит мама? Нельзя так грубо обращаться с людьми. Ты должен извиниться перед тем мальчиком».

Если к вам подходит малыш и извиняется, можете просто поблагодарить и сказать своему ребенку: «Он хочет посмотреть, как ты». Если есть такая возможность, сделайте еще один шаг. Когда источником инцидента стал ваш ребенок, верните его на место происшествия. Помогите ему что-то предпринять и пообещать, что такого больше не повториться, – это гораздо ценнее извинений.

Правило 24. Разрешите детям ругаться

Джилиан было пять лет. Она знала, что маме не нравится слово «глупый». И поэтому все время повторяла его.

– В нашей семье так не говорят, – сказала ей мать.

Джилиан посмотрела маме в глаза.

– Глупая мама, – ответила она.

Независимо от того, какое слово считается «плохим» в вашей семье, многие дети любят шокировать окружающих. Им нравится смотреть, как вы вздрагиваете. Грубые слова обладают силой, а маленькие дети хотят понять, что значит быть сильным. Помогите ребенку познакомиться с нормами общения, научиться разумно использовать силу. Вы вполне можете пощадить свои уши и не ограничивать свободу слова ребенка – изменив время и место.

Причина неправильных правил

Большинство людей любят произносить запрещенные слова. Разрешите им это делать – в ванной комнате.

В разных семьях запрещают разные слова. От некоторых способен покраснеть даже матрос. Другие вполне невинны. Кто-то объявляет запретными такие слова, как «глупый», «болван», «заткнись» или «зануда». В любом случае вы имеете право устанавливать ограничения на слова, которые вы не желаете слышать. Но не переусердствуйте. Строгие запреты обычно приводят к противоположному результату.

«Говно!» – сказал пятилетний Бен. Все его друзья захихикали, а воспитательница остолбенела. В глазах маленькой Эммы загорелся озорной огонек. «Говно – говно – говно – говно – говно», – принялась скандировать она.



Цензурирование речи сталкивается с двумя трудностями. Одна практическая: вы не в состоянии контролировать речь детей. Точно так же, как вы не можете заставить ребенка спать, вы не можете запретить ему произносить те или иные слова. Другая обусловлена человеческой природой: любой запрет вызывает желание его нарушить. Дети получают особое удовольствие, используя запрещенные слова. Искушение слишком велико. Кроме того, удовольствие доставляет и ваша реакция.

Поэтому разумнее разрешить «плохие» слова. Сохраняйте спокойствие. Затем объясните своему малышу: «Это слово взрослые используют тогда, когда очень сердятся. Если хочешь его произносить, иди в ванную комнату». Когда у ребенка есть место, где он может свободно выражать себя, у него уже не возникает такого желания нарушать запреты.

Польза неправильных правил

Позволяя ребенку говорить все, что он хочет – в пределах установленных границ, – вы поможете ему понять силу слова и разумно использовать ее:

Я могу произносить плохие слова, но это не так уж весело. Никто меня не видит.

Я знаю, что означают плохие слова. В них нет никакой тайны.

Для плохих слов есть свое время и место – как и для всего остального.

Я знаю, что некоторые люди, например моя бабушка, очень огорчаются из-за плохих слов. Я не хочу ее огорчать.

Когда я злюсь, плохие слова иногда помогают.

Грубые слова бывают разными. Нельзя обзывать и обижать людей.

Почему это работает

У трехлетнего Эрика был необыкновенно богатый словарный запас. Однажды он очень разозлился на маму, и ему захотелось как-нибудь обозвать ее. Эрик вспомнил самое страшное слово, которое знал, и крикнул: «Ты... ты... ты... *радиатор!*»

Употребление грубых слов – это эксперимент с силой, считают Лора Дэвис и Джейнис Кизер, авторы книги «Стать идеальным родителем». Маленькие дети могут использовать такие ругательства, как «болван», «тупой» или даже «радиатор». Дети постарше часто употребляют бранные слова. Тим Джей, автор книги «Что делать, когда дети ругаются» (What to Do When Kids Talk Dirty), считает интерес дошкольников к телесным отправлениям и обсценной лексике вполне естественным, поскольку в их жизни важное место занимает приучение к горшку.

Когда дети приносят домой грубые слова и испытывают их на вас, они ищут информацию. Что приемлемо в этом мире? Как это слово воспринимают люди? Маленькие дети понимают, что брань несет эмоциональную нагрузку. Они пытаются понять, что особенного в том или ином слове, вновь и вновь употребляя его и наблюдая за реакцией. Иногда ребенок произносит «плохое» слово, чтобы привлечь к себе внимание. Дэвис и Кизер предлагают подсказать ребенку: «Если ты хочешь привлечь мое внимание, просто скажи: «Мама, ты мне нужна».

Директор Школы для маленьких детей Стефани Ротмайер отмечает, что грубые слова обычно задевают взрослых, а не детей. Малыши теряют интерес, если дети не вознаграждают брань сильной реакцией. «Иногда дети собираются группой и произносят бранные слова, и в этом нет ничего страшного. Они никому не причиняют вреда. Просто смеются и развлекаются», – говорит она. Важно информировать детей, чтобы они понимали, кому не нравится слышать подобные слова, а также когда и где их произносить не принято.

Сквернословие

«Плохие слова» можно разделить на несколько категорий. Это крепкие выражения (брань), обсценная лексика и слова, запрещенные в семье (например, «тупой» или «заткнись»). Самая эффективная реакция на них – это свобода слова, но с ограничением места. Другие разновидности «плохих слов» гораздо серьезнее и требуют дополнительных мер. К ним относятся словесные оскорбления и сексуально откровенные слова.

Дети – не взрослые

Мы запрещаем те или иные слова, потому что нам не нравится их слышать. Но речь нельзя цензурировать – ею нужно управлять. Откажитесь от запретов и одновременно защитите свои уши. Объясните ребенку что приемлемо, а что нет, предоставив информацию и определенную степень свободы. Ребенок может говорить все, что пожелает, – у себя в спальне или в ванной комнате. Для всего есть свое время и место, даже для грубых слов.

Грубые слова = Сильные слова

Подумайте, почему сквернословят взрослые. Почему одни слова считаются вульгарными и «плохими», а другие нет? Большинство людей обходится несколькими крепкими выражениями, чтобы выразить свою досаду. Прищемив палец дверцей автомобиля или уронив сотовый телефон в унитаз, даже самая благовоспитанная из мам может не удержаться от крепкого

словца. Как говорит шестилетний Кельвин из комикса «Кельвин и Хоббс» (Calvin and Hobbes): «Жизненные разочарования пережить тяжелее, если ты не знаешь ругательных слов». Конечно, некоторые любят сквернословить просто так, но в этом случае крепкое выражение обесценивается. Грубые слова сохраняют свою силу только тогда, когда их расходуют экономно, в моменты крайнего напряжения и гнева.

Это соображение поможет вам оставаться объективным, когда вы слышите, как ваши дети сквернословят. Признайтесь, что, услышав от трехлетнего ребенка: «Ты ***!», мы теряем объективность. Мгновенно. Если ребенок сказал нечто, что приводит вас в ярость, просто отойдите подальше.

Если вы не хотите, чтобы ваш ребенок сквернословил, не сквернословьте сами. Используйте такие слова, как «боже!», «дудки!», «черт!», или попробуйте нечто новенькое, например «разрази меня гром».

В нашем доме брань относится к категории «не для детей».

Впрочем, мой муж иногда выходит из себя, что тут же привлекает внимание трехлетнего Зака. Малышу нравится громкий голос папы. Он любит силу и эмоциональность новых слов. А потом сам пробует их.

Как-то утром мы обнаружили, что в доме закончились хлопья для завтрака.

– Черт побери! – закричал Зак. – Проклятье!

– Где ты этому научился? – спросил мой муж.

Бранные слова ничего не значат для маленьких детей, но малышей привлекает их сила. Если вы не хотите, чтобы ваши дети сквернословили, не сквернословьте сами. Эта стратегия работает, но временно – до школьного возраста, пока сверстники не снабдят вашего ребенка новой информацией.

Обценная лексика

Дети проявляют интерес к своему телу, а также звукам и словам, связанным с отправлением естественных надобностей. В определенном возрасте обценная лексика очень нравится детям и вполне допустима. Нет ничего страшного в том, чтобы позволить четырехлетним приятелям собираться вместе и хихикать – это может быть полезный опыт социального взаимодействия. Большинству взрослых это не кажется таким забавным, поэтому вы должны быть готовы ограничить места для подобных разговоров.

Например, Деб, воспитательница в Школе для маленьких детей, в одном углу группы устроила «неприличный домик», где маленькие компании детей могли использовать обценную лексику. Она огородила это место с помощью кубиков и объявила: «Здесь дети могут говорить все что хотят. Если вам нужно говорить неприличные слова, говорите их здесь. И этот прием помог. Дети получили безопасное место, где им была гарантирована свобода слова. Другие дети и преподаватели не обязаны это слышать. Дети в «неприличном домике» смеялись, и им было очень весело вместе. В конечном итоге новизна впечатлений исчезла, и они переключились на другие игры. Дома можно поступить точно так же: определить место, где дети могут хихикать в свое удовольствие.

Слова, запрещенные в семье

В одних семьях это «заткнись», в других «задница». Если вы не желаете слышать каких-то слов, попытайтесь понять, что именно и почему. Вам не нравятся оскорбления? Или обценная лексика? Подавайте детям пример, как следует говорить, и относитесь к «плохим словам» в зависимости от того, к какой категории они относятся.

Бомба для взрослых

Интерес к обсценной лексике и крепкие выражения – это естественно для дошкольников, но вы должны насторожиться, если ваш милый пятилетний малыш начинает употреблять слова, которые не решится произнести каждый взрослый. Значит, он соприкасается с тем, с чем не следует. Вы не в состоянии исключить «взрослые» слова из его словарного запаса (пусть говорит их в ванной комнате, если ему нужно), однако сексуально откровенные слова, а также некоторые другие тревожные сигналы могут указывать на сексуальное насилие. Выясните, где он слышал эти слова. Если источник вызывает у вас сомнения – скажем, подросток или взрослый сосед, – позаботьтесь о безопасности ребенка.

Оскорбления

Если Сюзи называет Сару «тупой», проблема не в слове, а в гневе и оскорбленных чувствах. Не фокусируйтесь на выборе выражений («Так нельзя, ты не должна говорить «тупая»»). Сосредоточьтесь на чувствах, которые могут скрываться за этим словом. Можете сказать: «Кажется, ты злишься на Сару! Что случилось?» Чтобы уладить конфликт, используйте методы разрешения конфликтов.

А что, если объект оскорблений – вы сами? Обидные слова ребенка могут больно ранить. Сделайте глубокий вдох. Забудьте о слове и займитесь чувствами: «Ты так разозлилась, потому что я не разрешаю тебе взять еще печенье» (более подробно см. Правило 6: «Я тебя ненавижу»: ничего личного»).

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Даже если вы не сквернословите дома, ругательства все равно попадают в словарь ребенка. Если вы не желаете их слышать, в ваших силах принять следующие меры.

Притворяйтесь тупым

Дети требуют к себе внимания. Если ребенок может вывести вас из себя грубым словом – это весело! Лишите его этого развлечения. Притворитесь тупым и безразличным. Говорите обычным голосом, причем как можно короче. Если не удастся сохранить спокойствие, просто отойдите подальше. Лишите ребенка этой радости – наблюдения за вашей реакцией.

Смените место

Когда ребенок сквернословит или употребляет обсценную лексику за столом, дайте ему возможность произносить подобные слова. Самое подходящее для этого места – ванная комната. Подойдет также спальня ребенка (с закрытой дверью) или двор. Разрешите малышу свободно выражать себя, но смените место. Этот метод защищает ваши права – вы не желаете этого слышать – и одновременно помогает избежать запретов. Например: «Если тебе нужно произнести это слово, иди в ванную. Говори его сколько хочешь, но не за столом».

Предложите информацию

Мой пятилетний сын вернулся домой из детского сада.

- Я знаю плохое слово, – сообщил Майлз и хитро посмотрел на меня.
- Почему ты считаешь его плохим? – спросила я.
- Кэти сказала, что его нельзя говорить.
- И какое же это слово? – поинтересовалась я.
- Тракция, – гордо произнес он.

Грубые слова кажутся более значимыми, когда маленький ребенок не понимает их смысла. Большинство детей не понимают. Обычно слова запрещают, не объясняя их. Стайки малышей смеются над «плохими» словами и распространяют ложную информацию. Помню, в

детстве я как-то произнесла ругательство, когда мы ехали в машине. Мама помолчала немного, а потом сказала, что это слово означает собаку женского рода. Я была глубоко разочарована. Ругательство сразу же лишилось своей привлекательности.

Когда вы впервые слышите от ребенка бранное слово, помогите избавиться от него. Объясните, что оно значит (см. Правило 26: «Половое воспитание начинается в детском саду»). Скажите ребенку: «Ты всегда можешь спросить, что значит какое-то слово, и я тебе объясню». Обсудите, где можно произносить это слово, а где нет и кто не желает его слышать. Сорвите покров тайны и предоставьте точную информацию. Дети любят узнавать что-то новое – никто не хочет попасть в неловкое положение.

Примените научный подход

Интерес к грубым словам может означать, что вашему ребенку требуется больше информации о том, как устроено его тело, что считается интимным, а что нет. Возьмите книгу о строении человеческого тела. Расскажите об органах пищеварительной системы. Объясните, какие части тела являются интимными. Познакомьте ребенка с новыми словами. Как насчет «пищевода»? Дети любят сложные слова. Произнося такое слово, как «пищевод», они проникаются уважением к себе. Научный подход часто выбивает почву из-под ног маленьких шутников.

Изобретение новых крепких выражений

Мой шестилетний сын вчера выругался за завтраком. Я улыбнулась. Он испытывал свое новое ругательное слово, «пиклераш».

Поощряйте стремление ребенка изобрести собственное ругательство. Если малыш повторяет нечаянно вырвавшееся у вас крепкое словечко, попробуйте сказать ему: «Это сильное слово. Это мамино сильное слово, когда она очень разозлится. Тебе тоже нужно сильное слово?» Помогите ребенку выбрать особое выражение, которое будет только его.

Дети в этом возрасте – фантазеры, и многие получают удовольствие, придумав собственное ругательство. Я знаю одну семью, в которой все говорят: «Зугарец». Мой муж в детстве, когда злился, кричал: «Фаннелбургер!» Мой сын Зак предпочитает кричать: «Чоп! Чоп!» Майлзу нравятся длинные слова: «пиклераш», «бламфензин», а иногда «гиппокалория». Эти слова смешат детей, дают ощущение власти. «Это мое слово, – говорит Майлз отцу. – Ты не можешь его говорить. Оно только мое. Когда я говорю «пиклераш», это значит, что я разозлился!»

Иногда помогает слово-заменитель из другого языка. Я знаю одного шестилетнего мальчика, который ругается на немецком, когда злится. «Scheiss!» – кричит он. Это его кодовое слово. Поскольку в штате Мэн не так много людей, знающих немецкий, он может относительно безопасно использовать свое бранное слово. Некоторые дети предпочитают именно этот подход, поскольку слово «настоящее».

Обращайте внимание на расистские и сексистские оскорбления

Если в словаре вашего ребенка появились расистские или иные оскорбительные слова, обязательно выясните их источник. Возможно, это сигнал опасности. Где именно ребенок услышал это слово? С кем он дружит? Нужно ли беспокоиться за его безопасность? Если это слово используется как оскорбление, нужно сначала уладить конфликт, а затем выяснить источник.

Как и в случае с другими разновидностями «плохих» слов, причиной их употребления может быть незнание. Например, мой сын Майлз любит придумывать названия выдуманных стран. Однажды он назвал одну страну «Негр». Я объяснила ему, что такое слово уже есть, и рассказала, что оно значит. «Это очень обидное слово для людей с черной кожей. Оно такое

плохое, что его больше не говорят, даже взрослые. Оно очень обидное». Можно объяснить это слово и иначе – в зависимости от происхождения вашей семьи.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Если тебе нужно сказать это слово, иди в ванную комнату.

Можешь говорить это слово сколько хочешь, только не за столом.

Ты знаешь, что это значит? Я могу тебе рассказать.

Ты всегда можешь спросить меня, что значит то или другое слово, и я тебе объясню.

Давай обсудим, где можно говорить это слово, а где нельзя.

Видишь, тебе интересно, как работает твое тело.

Так говорят взрослые, когда сердятся.

Тебе тоже нужно крепкое слово? Что ты можешь сказать, когда очень рассердишься?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

В нашем доме это слово запрещено.

Ты не должен так говорить.

Чтобы я этого больше не слышала!

Не смей так со мной разговаривать!

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Иногда невозможно отправить ребенка в ванную, чтобы он там сквернословил. Поблизости просто нет такого укромного уголка. Один из вариантов – найти его. Выведите ребенка на улицу, посидите в машине, отыщите безлюдное место, где малыш мог бы выплеснуть свои эмоции. Еще один вариант – задержка во времени. «Дома в своей комнате ты можешь говорить это слово сколько угодно, но не теперь, не в магазине». Дети часто соглашаются, если понимают, что им позволено делать то, что хочется, – только позже. Но в любом месте и в любое время в первую очередь вас должны заботить чувства ребенка.

Правило 25. Любите ложь своего ребенка

Если вы ждете «честного» ответа от своего трехлетнего ребенка, вам придется подождать еще года четыре. Дети могут лгать уже в двухлетнем возрасте, а многие четырехлетние начинают выдумывать; такие понятия, как нравственность, честность и совесть, формируются позже.

Не становитесь ярым поборником правды. Выявив «ложь», используйте ее, чтобы научить детей открытому общению и самоанализу. Маленькие дети лгут по многим причинам, но чаще всего чтобы угодить нам, так что не злитесь.

Причина неправильных правил

Маленький ребенок лжет, чтобы выразить свои желания и управлять миром. Ваша реакция гораздо важнее его лжи.

Все родители испытывают шок, впервые услышав ложь от своего трехлетнего или четырехлетнего малыша.

– Я вымыл руки.

– Нет, ты не мог этого сделать. Вода не включалась. Не лги мне.

Мы очень расстраиваемся, когда дети нас обманывают. Ложь нас обижает. И часто набрасываемся на солгавшего ребенка, чтобы «научить» его честности.

Ложь – это естественная и нормальная составляющая процесса развития, и, хотя дети говорят неправду, они делают это не со зла. Присмотревшись к детской лжи, вы увидите, что ребенок изо всех сил старается нам угодить. Что я могу сказать, чтобы обрадовать маму? Она хочет, чтобы я вымыл руки. Я могу сказать, что вымыл. Дети говорят то, что, по их мнению, мы хотим услышать. Они лгут, чтобы избежать неприятностей или получить желаемое. Дети также лгут ради развлечения. Они лгут, экспериментируя. Дети пытаются изменить мир при помощи слов и привести его в соответствие с их фантазиями.

Дети – не взрослые

Когда малыш «лжет», он изо всех сил старается сказать то, что нужно. Это не кризис нравственности. Ребенок пытается угодить вам и защитить себя. Он не искажает правду намеренно, чтобы рассердить вас, и он не «плохой». Наказание не остановит ложь (дети лгут, чтобы избежать наказания). Дайте понять ребенку, что вам нравится правда, и он изменит свое поведение, чтобы вас порадовать.

Ложь маленького ребенка – это либо желание, либо эмоция. Ребенок таким сложным способом пытается управлять миром при помощи слов. Признайте его попытку сказать то, что правильно, и научите, как нужно поступать.

Польза неправильных правил

Дети, которых не стыдят и не наказывают за ложь, постепенно усваивают важные жизненные уроки:

Мои родители любят, когда я говорю правду. Это им приятно.

Желать чего-то очень весело, но мир от этого не меняется.

Если я сделаю что-то неправильное, это не значит, что я плохой.

Нелегко признавать, что я ошибался или сделал что-то неправильное, но я могу.

Моим родителям можно все рассказывать, даже неприятное.

Почему это работает

У вас есть веская причина любить ваших маленьких обманщиков. Недавнее исследование, выполненное Викторией Талвар с коллегами, показало, что дети лгут, чтобы доставить радость родителям. Чем больше мы узнаем о лжи, тем яснее понимаем, что это сложный социальный навык, зачастую сочетающий самозащиту и желание сделать приятное другому человеку. Дети фантазируют, чтобы угодить взрослым.

Дети будут говорить то, что, как им кажется, позволит избежать наказания, порадовать других людей и получить желаемое. Т. Берри Бразелтон говорит, что от детей в возрасте от трех до шести лет неразумно ожидать понимания преимуществ честности.

Подумайте, почему мы ценим честность. Честные отношения помогают нам жить в справедливом и заботливом обществе. Ложь причиняет людям боль. Но болезненной может быть и неприкрытая правда, и поэтому многие взрослые считают допустимой «ложь во спасение». Если вы хотите научить ребенка честности, то должны сами быть честными, а также заботливыми и добрыми.

Ложь ребенка – это не кризис нравственности. Его совесть еще не сформировалась.

Наказание – не лучший способ обучения нравственности. В конце концов, нравственность – это умение различать добро и зло, умение жить в обществе. Одна из главных причин лжи у детей (и взрослых) заключается в желании избежать наказания. Исследование Талвар показывает, что наказание не прекращает ложь. Наоборот, детская ложь становится более искусной. Когда ребенок узнает, что обманывать плохо и что за это могут наказать, он не перестает лгать, а просто еще больше старается, чтобы его не поймали. Дети становятся более изобретательными лжецами.

Способность ко лжи показывает, что ребенок уже может посмотреть на ситуацию глазами другого человека. *Я пролил краску. Но она не знает – она меня не видела.* Новоприобретенная способность воспринимать чужую точку зрения может проявляться в виде лжи, однако это важный этап в развитии эмпатии. Родители могут направлять формирование нравственности, но не должны торопить его. Сложные нравственные суждения требуют дальнейшего развития мозга.

Могут ли маленькие дети лгать?

Долгое время психологи, изучавшие маленьких детей, полагали, что дети младше шести лет не способны лгать. В настоящее время считается, что малыши могут лгать, но это в лучшем случае неумелая ложь. Настоящая ложь появляется после шести лет, когда дети уже в состоянии сочинить связную историю, но и тогда они еще не созрели для понимания нравственности.

Психиатр из Гарварда Роберт Коулз занимался исследованием нравственности у детей. В своей книге «Нравственный интеллект ребенка» (The Moral Intelligence of Children) он утверждает, что на полноценные нравственные рассуждения дети способны только в возрасте семи или восьми лет. Однако – как и в случае с эмоциональным интеллектом – взрослые могут направлять развитие нравственного интеллекта ребенка. Австралийский исследователь Кей Басси подтверждает, что дети начинают экспериментировать с ложью в возрасте двух или трех лет, но только к восьми годам полностью осознают, что такое правда, и понимают, что говорить правду может быть приятно.

Таким образом, ложь малышей – это отдельное явление. Двухлетние и трехлетние дети могут путать реальность с выдумкой. В возрасте четырех лет ребенок уже может осознавать, что говорит неправду, но еще не понимает таких сложных понятий, как честность.

Детская «ложь» становится не такой ужасной, если понять ее суть – это попытка угодить. Или проба новых возможностей. Желание избежать неприятностей. Если посмотреть на ложь с этой точки зрения, эмоциональный накал ослабевает. Вы уже не считаете себя преданным и оскорбленным. И можете выполнять свои родительские обязанности – пытаться понять своего ребенка, – а не вспыхивать оттого, что *вам солгали*.

Ложь ребенка, принимающего желаемое за действительное

Внимательно послушав ребенка, вы поймете, что он постоянно принимает желаемое за действительное. Мой сын Зак хотел сосать дома липкие леденцы. Но, поскольку он делал это неаккуратно, леденцы мы ели всегда на улице. Сегодня Зак хотел делать это дома.

– На улице дождь, – сказал он.

– Нет, там прекрасная погода.

– Дождь! Мокро! Мокро! Я хочу леденцы дома.

Зак демонстрировал так называемое магическое мышление. Утверждая: «На улице дождь», – он не лгал, а выражал свое желание и пытался управлять этим миром.

Вот ложь, которую мы часто слышим от ребенка, которого приучают к горшку:

– Ты только что покакал?

– Нет, не какал! – отвечает двухлетний малыш.

– Я чувствую запах, – говорит отец. – Нужно сменить подгузник.

Слова «Нет, не какал!» – это желание. Ребенок может думать: *Я не нарочно. Просто я не хотел прерывать игру*.

В таких случаях пытайтесь транслировать желание ребенка. Назовите его вслух, чтобы стала ясна истинная причина. Например: «Ты не хотел прерывать игру. Ты жалеешь, что покакал. Но ты это сделал. Поэтому мы ненадолго прервемся, а потом ты снова будешь играть».

Большинство родителей снисходительно относятся ко лжи о погоде или о грязных подгузниках, но серьезно воспринимают нарушение правил. С точки зрения ребенка, никакой разницы нет. Когда малыш нарушает правило или что-то выдумывает, чтобы скрыть свою ошибку, он тоже пытается выразить свои желания и удовлетворить потребности.

Избегайте обвинений и не ловите на лжи

– Ты разбил лампу?

– Нет.

– Не лги мне. Я видел, как ты ударил своим самолетом из лего прямо по лампе.

Это типичная ловушка. Мы уже знаем, что сделал ребенок, но что-то побуждает нас спрашивать его и пытаться «вытянуть» правдивый ответ. Это приводит к ненужному спору о том, кто прав, а кто нет. Не спрашивайте: «Ты это сделал?» – если уже знаете, что произошло.

Для маленького ребенка отрицание – попытка защитить себя и угодить вам. Ему бы хотелось, чтобы лампу разбил кто-то другой. Может, он боится наказания. Но больше всего он боится потерять вашу любовь.

Отрицание может означать:

Нет – мне бы хотелось, чтобы лампу разбил не я.

Нет – мне бы хотелось, чтобы виноват был кто-то другой.

Нет – я не плохой. Я не такой ребенок, который плохо себя ведет.

Нет – я скажу, что это сделал не я, и тогда ты будешь меня любить.

Нет – я не хочу, чтобы меня наказывали.

Никому не нравится, когда его в чем-то обвиняют, пусть и справедливо. Когда дети попадают в затруднительное положение и не знают, как выпутаться, они часто лгут, чтобы дистанцироваться от плохого поведения. Попадая в ловушку, дети реагируют ложью. «Я этого не делал!»

или «Это плюшевый мишка!». Научите их, как себя вести, если они чувствуют себя загнанными в угол. Объясняйте и спрашивайте, чтобы направить их в нужную сторону. Вот как это может выглядеть:

– Я вижу лампу на полу.

– Да, она только что упала.

– Лампы сами по себе не падают. Если ты что-нибудь разбиваешь, ты должен мне об этом сказать.

– Я этого не делал.

– Я не сомневаюсь, что ты не хотел.

– Я не хотел. Я просто дотронулся до нее. Я не знал, что она разобьется...

Когда вы проявляете понимание, ребенок обычно рассказывает, что случилось на самом деле. Когда Майлз совершает какой-нибудь проступок, я говорю: «Я знаю, ты об этом жалеешь», – после чего он рассказывает правду. Как по волшебству.

Направляйте, но не браните

Однажды я заметила, что у трехлетнего Зака белая рука. Его правая ладонь была покрыта чем-то белым и блестящим, и, увидев меня, он поспешно вытер руку о штаны. Мой муж только что закончил красить стену и оставил кисть и краску в сарае.

– Что это? – спросила я.

– Ничего.

– Похоже, ты трогал папину краску, – заметила я.

– Нет, – упорствовал Зак.

Белое пятно ярко выделялось на темно-синих штанах.

– Ага... – сказала я. – Пойдем посмотрим. Покажи мне, где стоит краска.

Зак побежал прямо к банке и показал мне, куда окунул пальцы. Потом помог мне навести порядок.

Столкнувшись с детской ложью, постарайтесь сдержать гнев. Говорите естественным, ровным голосом, даже если сильно раздражены. Дети часто лгут потому, что стремятся избежать родительского гнева (даже если другого наказания не будет). Покажите ребенку, как возместить ущерб, и дайте понять, что вас радует правда.

Не останавливайте фантазию

Когда дети рассказывают невероятные истории, забудьте о правде и лжи. Наслаждайтесь рассказом («Под тем деревом живет мой единорог, и каждую ночь он...») и признайте фантазию ребенка. «И что потом делает единорог?» В этом возрасте воображение малыша не знает границ, и он способен сочинять причудливые истории. Нет нужды говорить, что они не «настоящие». Если ребенок пытается переложить вину за какой-то проступок на воображаемого друга, помогите ему понять, как он должен себя вести, если совершил ошибку.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Не игнорируйте ложь

Стадия формирования нравственности не означает лицензию на ложь. Если двухлетний малыш может не понимать разницы между правдой и ложью, то ребенок постарше, от четырех до шести лет, должен уже отличать одно от другого. Не игнорируйте детскую ложь, а направляйте ребенка соответственно его возрасту.

Учите ребенка, как разрешать проблемы, делать ошибки, бороться с растерянностью и признавать свою вину. Возможно, ребенок еще не способен на полноценные нравственные рассуждения, но время формирования полезных привычек уже пришло. Ложь обычно связана

с такими неприятными чувствами, как страх, зависть, отчаяние или вина, и поэтому вы должны помочь ребенку справиться со своими эмоциями. Детям очень нужно ваше понимание. Чем больше у ребенка опыт безопасного признания своих промахов, тем легче ему будет честно признавать ошибки, когда он вырастет.

Процедура разоблачения лжи

1. Сообщите, что вы видите. (Я вижу след от красного фломастера на стене.)
2. Предложите информацию. (На стенах не рисуют. Если хочешь рисовать фломастерами, делай это на бумаге.)
3. Признайте желания. (Могу поспорить, ты не хотел, чтобы это случилось.)
4. Проявите сочувствие. (Мне тоже не нравится делать ошибки. Когда я в чем-то ошибаюсь, то расстраиваюсь и мне хочется, чтобы на моем месте был кто-то другой.)
5. По возможности дайте ребенку задание, чтобы он помог исправить ситуацию. (Принести тряпку или веник.)
6. Вместе займитесь решением проблемы. (Как бы нам сделать, чтобы ты запомнил? Напишите предупреждение: «Не трогать аквариум», уберите соблазн и т. д.)

Проявите сочувствие к ребенку и вместе с ним займитесь решением проблемы. Нужно, чтобы ребенок понял, что он сделал не так, и больше этого не повторял. Кроме того, нужно добиться, чтобы малыш приходил к вам со своими проблемами, даже (и особенно) когда ему трудно в чем-то признаться. Сохраняйте спокойствие и оставайтесь открытыми для диалога: «Ты всегда можешь рассказать мне, если снова случится что-то похожее». Все это формирует нравственный интеллект ребенка и создает основу для будущих успехов.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Реакция на детскую ложь

Ты хотел бы?... Я знаю, что ты об этом жалеешь.

Готов поспорить, ты хотел бы, чтобы это был кто-то другой.

Трудно выдержать и не трогать компьютер.

Мне тоже не нравится делать ошибки. Когда я в чем-то ошибаюсь, то расстраиваюсь, и мне хочется, чтобы на моем месте был кто-то другой. Ты тоже так чувствуешь?

Тяжело сознавать, что ты ошибся.

Возмещение ущерба

Когда ты что-то разбиваешь, нужно сказать мне.

Это трудно, но очень важно, чтобы ты кому-то сказал.

Ты всегда можешь мне рассказать. Я не рассержусь. Я люблю, когда ты говоришь мне правду.

Когда ты совершаешь ошибку, надо помочь ее исправить.

Сколько грязи на полу. Нам нужна тряпка.

Что мы можем сделать, чтобы ты запомнил?

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Ты мне лжешь?

Не лги мне!

Ты знаешь, что это неправда. Я видел, что произошло.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Вне всякого сомнения, вы слышали из уст других людей: «Не лги мне!» Нет смысла пытаться оградить своего ребенка от вида рассерженного из-за лжи взрослого. Для ребенка важна ваша реакция. На заявление: «Не лги мне!» вы должны реагировать спокойно и применить процедуру разоблачения лжи.

Часть VII. Деликатные темы

Мужество – это то, что заставляет встать и говорить, но мужество и то, что заставляет сидеть и слушать.

Уинстон Черчилль

Правило 26. Половое воспитание начинается в детском саду

Когда я сообщила группе мам и пап, что к половому воспитанию сына я приступила, когда ему было всего два года, в ответ раздался удивленный вздох.

– Вы шутите, – сказала одна из мам.

– О боже, я не скажу ни слова на эту тему, пока ему не исполнится по меньшей мере тринадцать.

– Хорошо еще, что это будет не скоро. Ох уж эти разговоры о пестиках и тычинках...

Разумеется, в беседе с двухлетним сыном я не вдавалась в подробности, но мы вместе читали книги с картинками, и я отвечала на его вопросы. Кроме того, у меня не было выбора. Когда Майлзу было два года, я была беременна его братом, Заком.

Я окинула взглядом комнату. Несколько беременных женщин. Что, черт возьми, они говорят – или *не* говорят – старшим детям?

Причина неправильных правил

Маленькие дети интересуются человеческим телом и тем, откуда берутся дети. Честные ответы помогают сформировать у ребенка здоровые представления о своем теле и закладывают основу доверительных отношений с родителями.

Мое половое воспитание тоже началось рано. Мне кажется, я всегда знала, откуда берутся дети. Если хотите, можете винить в этом 60-е и 70-е гг. Сексуальная революция опрокинула старые ценности, а в книгах пропагандировались откровенные разговоры с детьми о сексуальности, и моя мама считала эту идею разумной.

Я помню, что мое детство было временем честных ответов. В моем распоряжении была надежная, подтвержденная фактами информация, и меня она не смущала. Кроме того, в возрасте восьми лет я уже была способна противостоять лавине ложной информации, заполнявшей школьный автобус и школьный двор.

Польза неправильных правил

Когда процесс полового воспитания проходит постепенно, он может стать основой прочных отношений. Ребенок с ранних лет запоминает, что родителям можно задавать любые вопросы. Сын или дочь поймут:

Я доверяю родителям. Они от меня ничего не скрывают.

Я могу спрашивать родителей обо всем, даже о самых интимных вещах.

О некоторых вещах говорят только дома.

Некоторые части моего тела – интимные.

Я знаю, как появился на свет.

Я буду расти, и мое тело будет меняться.

Жизнь удивительна.

Почему это работает

«Половое воспитание начинается с рождения», – утверждают некоторые специалисты. Это значит, что ребенку с самого начала нужно показывать, что его тело красиво и что у каждой части есть название. Логан Левкофф, специалист в области полового воспитания, которого часто приглашают на шоу Good Morning America и Today, говорит, что взрослые могут дать понять детям, что их тело красивое и естественное (или грязное и греховное) даже при общении с младенцами. Президент Обама, доктор Левкофф и многие другие поддерживают идею соответствующего возрасту полового воспитания детей. Но что приемлемо для ребенка от двух до шести лет?



Половое воспитание дошкольников по большей части связано с младенцами и частями тела. Откуда берутся дети? В чем разница между телами мужчины и женщины? Разговор о младенцах приводит к вопросам о частях тела, затем о разнице между мужчиной и женщиной, затем... обо всем, что интересно ребенку.

Вы хотите, чтобы ваш ребенок:

Был информированным и имел точные сведения.

Не стыдился своего тела.

Понимал, какие части тела являются интимными.

При возникновении вопросов, связанных с полом и другими деликатными темами, в первую очередь обращался к вам.

Дети – не взрослые

Не шарахайтесь от полового воспитания. Это не обучение детей половой распущенности. Воспринимайте его как урок биологии в сочетании с разговором по душам. Дети узнают,

как называются части их тела, начинают понимать, откуда берутся младенцы, щенки и котята. Раннее половое воспитание позволит ребенку осознать, что он всегда может прийти к вам с любыми вопросами, а вы получите возможность и дальше делиться с ним своими знаниями и убеждениями.

Раннее начало

Когда мне было пять лет, одна книжка с картинками на нашей книжной полке интересовала меня больше всех остальных. Под фиолетовой обложкой скрывалась такая невероятная история, что в нее было трудно поверить (неужели я могла быть меньше, чем точка, оставленная карандашом на бумаге?). Книга называлась «Откуда берутся дети» (How Babies Are Made), и написали ее Эндрю Эндри и Стивен Шепп. Ненавязчиво и постепенно книга знакомила с понятием оплодотворения и соития – начиная с цветов, затем переходя к цыплятам, щенкам и людям. К тому моменту, когда начинался рассказ о людях, я уже знала о яйцеклетках и сперматозоидах, отверстиях в теле для них, а также отверстиях, откуда выходит ребенок. Я не удивилась и не испугалась. Не испытала никакого дискомфорта. Это было замечательно.

К счастью, вышедшая в 1968 г. книга была переиздана в 1984 г., и ее и сегодня можно найти в книжных интернет-магазинах. Рисунки делали все понятным и без сложных биологических объяснений. Книга была написана и проиллюстрирована людьми, которые понимали дошкольников, – в ней рассказывалось о том, что хотят знать дети в этом возрасте, и не более того.

Если ребенок созрел, чтобы спрашивать, значит, он уже созрел для правдивого ответа.

Разумеется, существует много книг, которые помогут вам в половом воспитании ребенка, но многие из них сделаны в форме комикса, как будто связанные с полом темы настолько деликатны, что обращаться к ним можно только посредством юмора. Они могут лишь запутать дошкольника, вместо того чтобы помочь. Книжки с забавными картинками больше подходят для детей постарше (в начальной школе), которые способны оценить юмор. Чем проще изложение, тем лучше. Но начинать нужно рано.

Чем раньше, тем легче

Ребенок не понимает, из-за чего вся эта суеда. Почему взрослые переживают из-за определенных частей тела? Трехлетнего ребенка не смущают вопросы пола, и поэтому обсуждать их гораздо проще. Дети чрезвычайно практичны. Если вы стесняетесь обсуждать вопросы пола с ребенком, начинайте как можно раньше. Так вы попрактикуетесь произносить слова, которые вас смущают (например, «влагалище» или «сперма»), и получите самого благожелательного слушателя.

Первые возможности полового воспитания появляются еще в раннем возрасте. «Если ваш шестилетний ребенок может прийти к вам и получить правдивый ответ, – говорит Деб Байель, преподающая курс полового воспитания первоклассникам, – он придет к вам и в подростковом возрасте. Если же ребенок не может поговорить с вами в шесть лет, то он не придет к вам и позже». Обсуждение в раннем детстве вопросов, связанных с полом и частями тела, облегчает задачу для всех. Вам кажется, что подростковый возраст еще далеко, но основы здоровой сексуальности следует закладывать как можно раньше.

Кроме того, раннее половое воспитание позволит контролировать информацию, которую получает ребенок. Он будет общаться как с информированными, так и с невежественными сверстниками, от тех, кто присутствовал при домашних родах младшего брата или сестры, до тех, на кого только шикали, лишь усиливая их любопытство. Можно не сомневаться: если вы не

будете учить своего ребенка, это сделает кто-то другой. Добейтесь того, чтобы в глазах ребенка вы стали авторитетом, к которому всегда можно обратиться.

Не отмахивайтесь от вопросов

Когда Лора вернулась домой из детского сада и задала вопрос о сексе, ее мама вышла из себя.

– Это слово употребляют невежды, когда говорят о том, что делают женатые люди, и чтобы я больше его не слышала!

Большинство людей получали именно такое половое воспитание. Не имея перед собой образца, мы часто выбираем умолчание. Не сомневайтесь – вы найдете подходящий способ. Раскройте книгу, потренируйтесь произносить вслух анатомические термины, которые вызывают у вас смущение, и в первую очередь постарайтесь быть благожелательным, доступным и открытым. Это не лекция, а обсуждение. Примите любопытство ребенка. Просто слушайте его.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Оставьте это для дома

В продовольственном магазине на кассе беременная женщина выкладывает из корзинки бутылочки соуса для спагетти, и вдруг ваша дочка громко спрашивает:

– А как ребенок попал к ней внутрь?

Обсуждение такого важного вопроса лучше отложить. Нет смысла рассказывать о яйцеклетках, сперматозоидах и соитии в общественном месте. Отложите ответ на вопрос, но не отвергайте его.

– Это важный вопрос, милая. Мы обсудим его по дороге домой.

Дайте ребенку понять, что вы слышали его вопрос, что тема действительно важная и что вы собираетесь об этом поговорить: «Это серьезный вопрос, и мне нужно много времени, чтобы все объяснить. Я расскажу тебе о детях, когда мы вернемся домой». Даже если объяснение биологии дошкольнику вызывает у вас неловкость, обещание нужно сдерживать. В спокойной домашней обстановке, поставив продукты в холодильник, правдиво ответьте на вопрос ребенка.

Конечно, если вас не смущает обсуждение подобных вопросов на публике, ребенку можно ответить сразу. По возможности ответы на вопросы детей лучше не откладывать. Это помогает с максимальной пользой использовать возможность для обучения и создать доброжелательную, спокойную атмосферу.

Проясните вопрос

Выясните, что именно хочет знать ребенок, и сообщите ему только это. Не перегружайте его информацией. Возможно, вы думаете, что предстоит серьезный разговор, а ребенку нужен лишь ответ на простой вопрос. Нас часто вводят в заблуждение вопросы маленького ребенка, связанные с полом.

«Ты спрашивал, как дети появляются на свет. Ты хочешь знать, откуда берутся дети?» Выясните, что имеет в виду ваш малыш и насколько подробная информация ему нужна. Возможно, ему еще неинтересно, как ребенок попадает *внутрь* мамы, – он хочет знать, как ребенок растет и как выходит наружу. Предлагайте простой ответ на один вопрос. И ждите, не появятся ли другие.

Когда ребенок задает вопрос, связанный с полом, спросите: «А ты что думаешь?» Это позволяет выиграть время, чтобы сформулировать ответ, а также понять, верны ли представления вашего малыша. Если он отвечает: «Ребенка привозят из больницы», вы получаете превосходную отправную точку для разговора.

Признайтесь, если вам неловко

Дети обычно замечают наше смущение. И это не повод, чтобы нервничать еще больше. Будьте готовы это признать. Скажите ребенку: «Когда я была маленькой, мы об этом не говорили. Я не знаю, как тебе объяснить, и поэтому волнуюсь». Как правило, дети все равно поймут это по вашему тону и языку тела, так что скрывать бесполезно. Признайтесь, что вам непросто говорить на подобные темы. И подумайте о пользе. Ведь вы подаете пример откровенности. Когда-нибудь ребенок поделится с вами тем, что ему трудно будет произнести.

Мальчики и девочки: воспитывать и тех и других

– А где твой пенис, мама?

Многие дети знают, что у мальчиков есть пенис, а у девочек нет. Не забудьте упомянуть о том, что *есть* у девочек. Очень важно, чтобы и мальчики, и девочки не сосредотачивались на отсутствии чего-либо, а понимали: оба пола уникальны и имеют свои особенности. Вы можете сказать: «Тело бывает разным. У мальчиков есть пенис, а у девочек вульва», «У мужчин и женщин есть соски, но у девочек соски вырастают в грудь», «У девочек в теле три отверстия, а у мальчиков два. У всех есть отверстия, чтобы писать и какать, а у девочек еще есть отверстие, через которое выходит ребенок», «У девочек есть матка, в которой растут дети».

Мальчики имеют право знать о том, как устроены девочки, а девочки о мальчиках. Возможно, вы считаете естественным рассказать сыну о пенисе, но не о половых органах женщины. Но детям следует знать и об особенностях противоположного пола. Например, многие маленькие дети ходят в туалет вместе с матерью, и их тревожит вид менструальной крови. Предложите и мальчикам, и девочкам простое объяснение, рассказав больше, если они спросят. «У взрослых женщин бывают менструации. Это не больно, хотя из них вытекает немного крови. Так устроено тело женщины».

Отделите интимное от публичного

Это может быть непросто. Малышу, который любит бегать по парку без трусиков, непонятна граница между интимным и публичным. Мой шестилетний сын спустил штанишки на детской площадке, чтобы почесать комариный укус. Ребенок должен получить представление о двух вещах. Это приватные места и интимные части тела.

Приватные места. Можно ли раздеваться в продовольственном магазине? А в кабинете врача? А в туалете или спальне? Наверное, не возбраняется ходить обнаженным по гостиной собственного дома. Расскажите ребенку, какие места считаются приватными. Задайте вопросы, чтобы помочь ему понять и запомнить.

Интимные части тела. Эти части закрываются купальным костюмом ребенка. Расскажите, кто может дотрагиваться до них (в том числе сам ребенок). Это подходящий момент, чтобы объяснить разницу между «допустимыми» и «недопустимыми» прикосновениями, а также посоветовать, что делать, если ребенок чувствует дискомфорт. Не забывайте, что в этом возрасте дети часто играют в доктора. Обычно такие игры невинны и отражают потребность в знаниях, но вы должны внимательно следить за неравенством сил (когда девятилетний ребенок играет с пятилетним).

Только для взрослых

Подчеркните, что действия сексуального характера и соитие – только для взрослых. Детям полезно знать об этом, но они должны понимать, что их тело будет готово к таким действиям только через много лет. «Когда ты вырастешь, твое тело будет готово. Мальчики и девочки не занимаются сексом». Такая информация поможет закрепить уроки безопасности, связанные с сексуальным насилием.

Книги – ваши союзники

Книги – великолепное средство для того, чтобы рассказать детям о человеческом теле и о том, откуда берутся дети. Картинки и текст помогут родителям, которые не в состоянии подобрать нужные слова, а также заполняют пробелы в их знаниях. Нет ничего страшного в том, чтобы сказать ребенку: «Не знаю» – и взять книгу. Только обязательно прочтите ее заранее. Некоторые книги для дошкольников больше подходят для детей младшего школьного возраста. Сообщайте основные факты; беседа должна быть информативной и комфортной для ребенка. Помните, что вы не только делитесь информацией, но и формируете взгляды. Выпускается огромное количество книг, посвященных половому воспитанию детей, и вы можете выбрать из них те, которые соответствуют потребностям ребенка и отношениям в семье.

Кроме того, у вас есть возможность найти серьезные источники информации, которые помогут разобраться в вопросах, связанных с детской сексуальностью, таких как игры в доктора, мастурбация, воздействие средств массовой информации и сексуальное насилие. Полезные сведения содержатся в бесплатной онлайн-брошюре «С самого начала: рекомендации по половому воспитанию с рождения до пяти лет» (Right from the Start: Guidelines for Sexuality Issues, Birth to Five Years), подготовленной Информационно-просветительным центром Соединенных Штатов Америки по половым вопросам.

Повторение – мать учения

В тех семьях, где предпочитают рассказывать о пестиках и тычинках, когда ребенок вступает в подростковый возраст, половое воспитание сводится к одной беседе. Все выходит из комнаты с чувством облегчения и пунцовыми от смущения лицами. Но вопросы остаются.

Когда вы делаете половое воспитание составной частью знакомства ребенка с жизнью, интересующие его вопросы естественным образом возникают в разном возрасте. Даже если вы *все* объяснили четырехлетнему малышу, не рассчитывайте, что дело сделано. Дети усваивают то, что важно для них в этом возрасте, и у них есть потребность снова и снова возвращаться к этой информации. Например, популярный курс полового воспитания «Вся наша жизнь» (Our Whole Lives) предназначен для разных возрастных групп и воплощает идею непрерывного полового воспитания.

Количество тем бесконечно. Если трехлетних детей больше интересуют младенцы, то пятилетний может задавать вопросы об усыновлении и об однополых семьях. По мере того как ребенок начинает осваивать Интернет и смотреть фильмы, влияние средств массовой информации усиливается. Все это составные части всеобъемлющего полового воспитания.

Если вы поможете дошкольнику понять и принять свое тело, то у него больше шансов сформировать здоровое отношение к телу, когда он подрастет. «Дети не должны стесняться своего тела, – говорит Дженет Стокер, одна из основателей Школы для маленьких детей. – У них красивые тела – все без исключения».

Половое воспитание дошкольников

1. Откуда берутся дети

Это главная тема полового воспитания дошкольников. Естественный и очень важный вопрос.

Маленькие дети постоянно сталкиваются с младенцами; их мама может быть беременной, и они видят собственные фотографии в младенческом возрасте. Объясните малышу, как формируется и растет ребенок внутри матери и как появляется на свет. Можно также рассказать о яйцеклетках и сперматозоидах и как для появления ребенка нужна часть мужчины и часть женщины.

2. Части тела

Детям необходимы точные названия частей тела – пупок, нос, вульва и т. д. Они должны знать, как устроено их тело (эта дырочка, чтобы писать, эта – чтобы какать, а эта – для выхода ребенка, если я когда-нибудь захочу стать матерью) и как содержать его в чистоте. Дошкольники должны знать, как называются части тела у противоположного пола и чем отличаются мужчины от женщин. Они должны понимать, что их тело изменится и они превратятся в мужчину или женщину.

3. Интимные части тела и безопасность

Маленькие дети не всегда отличают интимное от публичного. Объясните, что считается интимным, и напоминайте им, что допустимо трогать, а что нет. Скажите ребенку, что интимные части – это те, которые скрывает купальный костюм. Если кто-то дотрагивается до интимных частей их тела, они должны немедленно сказать вам.

4. Другие вопросы

Если ребенок спрашивает, значит, ему нужно знать. Не отмахивайтесь от вопросов. Старайтесь объяснить все, что интересует вашего малыша. Но не переусердствуйте – возможно, его больше интересуют младенцы, а соитие, поцелуи и другие действия сексуального характера он считает неприличными.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

Реакция на вопрос

Я рада, что ты об этом спросил.

Это серьезный вопрос. Мне нужно немного подумать.

Это важный вопрос. Поговорим об этом в машине.

Я хочу, чтобы у нас было побольше времени, чтобы поговорить об этом. Вернемся домой, и я тебе все объясню.

Ответ на вопрос

А ты сам что думаешь?

Ты спрашивала_____. Что именно ты хочешь знать?

У всех есть в теле отверстия, чтобы писать и какать. У девочек также есть отверстие для выхода ребенка. Оно называется влагалищем.

Интересно, почему ты об этом спросил.

Я ответила на твой вопрос?

Вижу, у тебя есть еще вопросы. Давай возьмем книгу об этом.

Это интимное дело. У тебя в комнате можно, но не на детской площадке.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Ребенок растет у нее в животе.

Дети рождаются от любви.

Детей приносят ангелы (аисты...).

Это неприлично.

Хорошая девочка не должна задавать таких вопросов.

Это сложно. Ты не поймешь.

Не твое дело.

(Молчание.)

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Дети доставляют неудобства. Наверное, вы хотите, чтобы проблемы, связанные с полом, ребенок обсуждал дома, с вами, за закрытой дверью, но это маловероятно. Дети могут сказать самые шокирующие вещи где угодно.

Иногда с вопросом сексуального характера к вам может обратиться чужой ребенок. В таких случаях следите за тем, чтобы не переступать границы. Безопаснее всего переадресовать вопрос родителям малыша. Скажите ему: «Об этом нужно спрашивать у мамы и папы».

Иногда уместен краткий ответ. В любом случае вы должны сообщить родителям ребенка. «Я хочу, чтобы вы знали: сегодня Чарли спрашивал меня о пенисе собаки. Я ему ответила...» Проинформируйте родителей, как только представится возможность, но не ставьте их в неловкое положение. Например, не говорите в присутствии ребенка: «Фиби спрашивала о сексе, и я ответила, что вы должны рассказать ей *все!*»

Когда мой шестилетний племянник Робин познакомился с новорожденным двоюродным братом, он заявил, что так любит Майлза, что хочет жениться на нем. Потом задумался на минуту и спросил: «А мальчики могут жениться на мальчиках?» Зная взгляды своего брата и его жены, я могла дать Робину прямой и правдивый ответ. Тут решать вам.

Вы можете поделиться своими взглядами на половое воспитание маленьких детей и сообщить другим родителям, что не стесняетесь обсуждать эту тему. Некоторые родители рады, что нашелся человек, которому они могут доверять в такой деликатной сфере, как сексуальность. Если сестра признается, что не готова разговаривать на эти темы и будет благодарна, если вы ответите на вопросы ее дочери, попросите родителей присутствовать, когда вы читаете книгу племяннице. Но делать это следует только по просьбе родителей.

Правило 27. Дружите с мертвыми птицами

В холодильнике моей матери рядом с мороженым вы можете обнаружить колибри. А может, кардинала или зяблика. Если певчая птичка случайно залетит в дом и погибнет, моя мать кладет маленькое тельце в полиэтиленовый пакет, сохраняет в холодильнике, а затем приносит в детский сад, в свою группу трехлеток. На следующий день малыши рассматривают остановившиеся глаза-бусинки и осторожно трогают перья палочкой от леденца.

– Когда она улетит? – спрашивают они.

Причина неправильных правил

Знакомство с понятием смерти – одна из главных задач дошкольного воспитания.

Довольно часто дети в возрасте трех или четырех лет интересуются вопросами жизни и смерти. Тема смерти обычно присутствует в их фантазийных играх. Например:

– Мы умрем, упадем в глубокое синее море и превратимся в маленьких человечков.

– У меня в клетке есть верблюд, но у него отвалились ноги, и он умер.

– У Софи умерла собака. Она съела крысиный яд. Что такое крысиный яд? Я ем крысиный яд... ОЙ!

– Дедушка в раю. Когда он вернется?

Знакомство с понятием смерти – существенная составляющая эмоционального развития ребенка; его считают важной целью воспитания в раннем детстве. В этом возрасте дети не понимают необратимости смерти и часто верят, что мертвая птица вновь полетит или дедушка вернется из своего путешествия в рай. Первые вопросы могут возникнуть в дошкольном возрасте, но они появляются снова и снова, когда дети сталкиваются с тем, что люди смертны. Примите желание ребенка понять и постарайтесь отвечать на его вопросы спокойным тоном и в соответствующих возрасту терминах.

Моника, мать двух пятилетних мальчишек, заметила мертвого енота на обочине дороги. Зверек лежал там несколько дней, и Монике приходилось каждый раз проезжать мимо него, когда она везла детей на прогулку. Моника не хотела, чтобы его видели мальчишки, и старалась отвлечь их, когда машина приближалась к этому месту.

Разговоры о смерти вызывают у взрослых неоднозначные чувства. Когда ребенок спрашивает: «Я умру?» – мы вынуждены вспоминать, что тоже смертны. Иногда мы предпочитаем увильнуть от таких вопросов, защищать своих детей, оставлять енота на обочине дороги. Но именно в дошкольном возрасте дети впервые узнают о смерти, и их желание знать ответы совершенно естественно. В этом возрасте дети нередко сталкиваются со смертью бабушки или дедушки. Иногда у них погибает домашний питомец. Прежде чем дети познают всю глубину скорби, полезно познакомить их с понятиями жизненного цикла и смерти. Начать можно с мертвых птиц.

Польза неправильных правил

Правдиво отвечая на вопросы ребенка о смерти, помогая изучать мертвые растения и животных, вы подготавливаете его к переменам в жизни.

Все живые существа живут и умирают. Деревья, птицы, домашние животные и люди. Я уже видел мертвых животных. Я знаю, как может выглядеть смерть.

Я могу обсуждать с родителями важные вещи. Они дадут мне правдивые ответы.

Мертвых не нужно бояться. Это всего лишь часть жизни.

Даже если мои родители умрут, обо мне кто-нибудь позаботится.

Я тоже когда-нибудь умру. Все умирают.

Почему это работает

«Для детей, даже совершенно здоровых и никогда серьезно не болевших, смерть имеет огромное, непреходящее значение, – пишет Роберт Коулз, автор книги «Духовная жизнь ребенка» (The Spiritual Life of Children). – И вопросы обязательно появятся».

Идея смерти появляется в жизни ребенка из разных источников – от книг и мультфильмов, в которых умирают персонажи, до раздавленных муравьев на тротуаре. Специалисты, изучающие развитие ребенка, например Эллен Галински, признают, что разговоры о смерти могут быть под запретом, но отмечают, что у дошкольников естественным образом возникают вопросы и детям нужна информация.

Некоторые маленькие дети постоянно говорят о «смерти». Другие не проявляют явного интереса. Но всем детям будет любопытно вместе с вами рассматривать мертвую птицу. Удивление и умеренный интерес – это нормальная, здоровая реакция.

Если ребенок увлечен темой смерти, лучше всего бесстрастно отвечать на его вопросы. Если здоровый малыш постоянно разыгрывает тему смерти, это может расстраивать родителей. Но это составная часть развития ребенка – как качели, рисование и увлечение супергероями. Вспомните, что религиозные философы изучали вопросы вечности на протяжении нескольких тысячелетий. И ваш ребенок имеет полное право сам искать ответы на эти вопросы. Не забывайте о целях воспитания. Вероятно, вы хотите, чтобы ребенок:

Не стеснялся говорить с вами о смерти и на другие трудные темы.

Получил представление о циклах жизни и смерти.

Испытывал весь диапазон человеческих эмоций, выражал свои мысли и чувства.

Узнал о семейных традициях и верованиях, связанных со смертью.

Со временем выработал здоровое отношение к смерти.

Не торопите события. Если ребенок не хочет говорить о смерти или боится идти на похороны, не настаивайте. У вас еще много времени для знакомства с этой темой.

Дети – не взрослые

Детям не запрещено думать о смерти. Это нормально и естественно. Вы можете им помочь, правдиво отвечая на вопросы и объясняя жизненные циклы. Вместе рассматривая мертвого червя или птицу, вы постепенно знакомите ребенка со смертью, до того как он сам столкнется со скорбью и утратой.

Изучение смерти и чувство безопасности

Однажды за завтраком мой муж размышлял о кофе, а я о том, как мне успеть принять душ и вовремя вывести детей из дома. Мой трехлетний сын Зак думал о смерти.

– Мы умрем? – спросил он.

– Да, все люди когда-нибудь умрут. Все живые существа, – ответила я.

– Я буду мертвым? – не унимался Зак.

– Да. Но в данный момент ты живой.

– Но я умру? – Этот вопрос его явно интересовал.

– Да, Зак.

Он умолк и погрузил ложку в кашу.

– А ты умрешь?

Повторяя то, что сама слышала всю жизнь, я сказала:

– Да, милый, но не сегодня. Я собираюсь жить еще долго.

В отличие от Зака, который любит обсуждать серьезные вопросы за завтраком, я в детстве спрашивала свою мать о смерти преимущественно по ночам. Расспросы всегда начинались, когда мама укрывала меня одеялом и целовала на ночь. Оставляя меня в темной комнате, она словно прощалась со мной навсегда. Я до сих пор помню чувство одиночества, которое охватывало меня, когда исчезал мой самый любимый человек в мире.

– Ты умрешь? – говорила я ей вслепую. – Когда ты умрешь?

– Не знаю, – честно отвечала мама. – Но надеюсь, что не скоро.

Она не давала ложных обещаний – вот что важно. Но даже тогда я понимала, что мама хочет оставаться со мной как можно дольше. Возможно, вам трудно ответить ребенку: «Я не знаю». Хочется сказать: «Я всегда буду с тобой». Но ведь вы действительно не знаете. Разумнее ответить так: «Я всегда буду тебя любить и буду с тобой столько, сколько смогу» или «Я всегда буду тебя любить, что бы ни случилось». Правда всегда добра, и дети принимают ее, даже очень маленькие.

Кто-нибудь позаботится о тебе

Даже когда ребенок спрашивает: «Мама, ты умрешь?» – вы должны понимать, что речь не о вас. Дети, как обычно, думают о себе. Смысл вопроса такой: «Кто обо мне будет заботиться?»

Когда я уезжала из города, Зак спросил меня, как он будет есть. «Папа тебя покормит, – ответила я. – И няня Дженни». «Ага, – с явным облегчением выдохнул Зак. – Столько кормильцев!» Он успокоился, узнав, что его потребности не останутся без внимания.

Заверьте детей, что о них кто-нибудь обязательно позаботится. «Если меня не будет, мама за тобой присмотрит». Не пугайтесь следующего вопроса: «А если мама тоже умрет?» Спокойно отвечайте: «У нас есть план на все случаи жизни. Если мы с мамой умрем, тебя возьмут тетя Джеки и дядя Майкл». Вам это может показаться ненормальным, но такая информация часто успокаивает маленьких детей.

Можно пойти еще дальше. Например, трое детей Дженнифер и Грега, в возрасте трех, четырех и пяти лет, хотели точно знать, что им делать, если родители умрут. Они знали, что тетя Кэрри о них позаботится. «Но как мы ее найдем, чтобы рассказать?» – интересовались они. Дженнифер показала им свою адресную книгу и объяснила, что они могут дать ее взрослому, который найдет там номер телефона тети Кэрри и позвонит ей. Подробный план вселяет в детей уверенность.

Взрослые тоже плачут

В детстве у меня была книжка с картинками, которая называлась «Взрослые тоже плачут» (Grownups Cry, Too), написала ее Нэнси Хейзен. Я с удивлением узнала, что взрослые тоже могут плакать, причем по разным поводам – даже от счастья. В реальной жизни такое тоже случалось. Мой папа мог прослезиться, когда слушал музыку. Мама плакала при встрече с людьми, которых она любила.

Прошло много лет, и у моего приятеля Дэна умерла собака. Пса похоронили на заднем дворе между качелями и садом. Дэн был убит горем и заплакал, когда я обняла его. «Не знаю, что сказать детям, – признался он. – Не нужно, чтобы они видели меня плачущим». У Дэна было двое детей, пяти и шести лет. «Нет ничего плохого в том, чтобы плакать в присутствии детей, – возразила я. – Им полезно видеть, что ты горюешь. Скажи им, что любил Юкона и будешь по нему скучать». Дэн так и поступил. Для него это стало огромным облегчением – поделиться чувствами с детьми и знать, что дети его поймут. Все вместе они поговорили о смерти и о том, как будут скучать по собаке.

Если вам хочется плакать, не изображайте стойкость и не прячьтесь от детей. Наблюдая за вами, они учатся понимать эмоции других людей. Если у вас тяжелые времена и вы часто

плачете, объясните детям, что это пройдет. Вы не будете плакать вечно, но теперь вам очень грустно.

Горе ребенка

Идеи, описанные в этой главе, по большей части связаны с детьми, которые интересуются смертью, но сами еще не сталкивались с утратой. Если ребенок переживает из-за смерти бабушки, дедушки, родителей или других родственников, к нему нужен другой подход. Возможно, он тоскует или злится, напуган или в чем-то винит себя, убежденный, что именно он стал причиной смерти. Если ребенок переживает утрату, необходимо помнить, что дети скорбят не так, как взрослые. Чувства детей быстро меняются, и периоды отчаяния у них могут сменяться периодами веселой игры. Многим помогает художественное творчество. Существует также множество источников информации, которые расскажут о том, как пережить утрату.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Самому примириться со смертью

Если вы похожи на Монику, которая оберегала своих детей от зрелища сбитого на дороге енота, вам придется сначала изменить себя, а уж потом говорить о смерти с ребенком. Вопросы детей могут быть откровенными и неприятными. Многие родители сами ежатся при мысли о смерти и избегают этой темы. Задумайтесь о своих убеждениях и страхах. Родители должны быть в ладу с самим собой, чтобы суметь помочь ребенку.

Объясните жизненные циклы

Поскольку детям знакомо понятие очередности, о жизненных циклах можно рассказывать так: «У всех есть очередь жить и очередь умирать. Теперь наша очередь жить».

Рассказать о жизни и смерти, не пугая ребенка, помогут старые семейные фотографии. «Это твоя прабабушка. Теперь она умерла, но когда она была жива, у нее был маленький мальчик Генри, который вырос и стал твоим дедушкой».

Жизненный цикл деревьев и других растений также дает возможность познакомить ребенка с такими понятиями, как жизнь и смерть. Прогуляйтесь по лесу и найдите засохшие деревья, поваленные стволы и пни. Наблюдайте, как вянут цветы в саду или сорванные одуванчики. Подчеркните, что все живые существа рано или поздно умрут.

Начните с червей и мертвых птиц

Осознать, что люди смертны, очень непросто. Еще до того, как ребенок столкнется с утратой любимого человека или домашнего питомца, полезно познакомить его со смертью на примере животного, с которым ребенок эмоционально не связан. Например, мыши, птицы или червяка. Рассматривая мертвое животное, дети получают возможность задавать вопросы и обдумывать саму идею смерти. Тогда малыш лучше справится с горем, столкнувшись со смертью бабушки или любимой собаки. Он уже видел смерть собственными глазами. Главные вопросы для него уже разрешены, и он может свободно выражать свою скорбь.

Найдите мертвого червя. Легче всего начинать с червей, выползающих на дорожку в саду после дождя. Черви не вызывают особых эмоций и поэтому могут послужить прекрасным поводом для разговора о жизни и смерти. Что делает существо живым? Откуда мы знаем, что оно мертвое? Ваши ответы должны быть краткими и конкретными: «Мертвые животные не едят и не двигаются» или «Этот червяк мертв. Ему уже не больно. Смотри, мы можем дотронуться до него палочкой, и ему ничего не будет».

Довольно часто дети хотят излечить от смерти и позвать врача. Например, так дошкольники пытались помочь Тессе, крысе, которая жила у них в детском саду.

– Ей нужно к доктору, который лечит зверей, – сказал трехлетний Мило.

- Может, она проснется, – прибавил Блейк, которому тоже три года. – Я так думаю.
- Ей так грустно быть мертвой, – посочувствовал пятилетний Кент.
- Может, если дать ей воды, она оживет, – предположил пятилетний Хейли.

С мертвым животным нужно обращаться аккуратно и уважительно, но исследовать его не запрещается. Принимая во внимание возможные бактерии, лучше делать это не голыми руками, а палкой. Некоторые предпочитают перчатки, чтобы дети почувствовали холод мертвого тела. Если это птица, осмотрите ее крылья, хвост и клюв. Дети будут удивлены, что она больше не двигается.

- Она мягкая, – сказал трехлетний Мэдисон. – Я могу подуть на ее перья, и они шевелятся.
- У нее глаза открыты, а она мертвая, – заметил другой ребенок.
- Мы исследуем!

Еще одна возможность для обучения – это сбитое машиной животное. Не пропускайте лежащую на дороге белку. Или выпавшего из гнезда птенца. Поговорите о них с ребенком. Если вы идете мимо, остановитесь. «Она теперь может залезть на дерево? Она похожа на чучело белки у тебя дома? Сильно ли она отличается от живой белки?» Дети боятся боли, и поэтому их может пугать смерть, которая по их представлениям связана с болью. Объясните им: «Нет, быть мертвым не больно. Живым бывает больно, а мертвым нет».

Возможно, вам захочется прочитать заупокойную молитву над мертвым животным или похоронить его. Такой ритуал произведет на ребенка огромное впечатление. Ритуалы обращаются к эмоциям и демонстрируют уважение и к живым, и к мертвым. Например, в случае с котом, которого сбил поезд, урок продолжался и после погребения. Макс, Мэй и Маттео помогли маме похоронить кота на заднем дворе, завернув его в кухонное полотенце. Через неделю после церемонии дети вспомнили о животном и начали строить предположения, где он теперь. «Он в раю», – заявил Маттео. «А может, в больнице», – предположила Мэй. «Он в земле», – сказал Макс. Потом они стали просить маму откопать кота. «Ладно, но только один раз», – согласилась она. Они разрыли могилу и увидели, что тело животного по-прежнему в земле.

Сосредоточьтесь на фактах

Группа трехлетних малышей разглядывала мертвую птицу.

- Что она ест? – спросил кто-то из детей.
- Она больше ничего не ест, – ответил Эдди.
- Совершенно верно, – подтвердила воспитательница. – Птичка мертвая. Мертвым животным не нужна еда.
- Это мертвая, мертвая, мертвая птица, – сказал Скотт.
- Эта птица больше не будет есть или какать, – сказала воспитательница. – Она больше не будет летать, сидеть на ветке или петь.

Не поленитесь сообщить детям простые, понятные факты, связанные со смертью. Понимание, что мертвые животные не едят, не дышат и не бегают – и больше никогда не будут, – помогает детям осознать необратимость смерти. Более глубокое понимание может прийти только в начальной школе, но дети способны понять, чем смерть отличается от жизни.

Вопрос религии

«Что происходит, когда мы умираем? Куда исчезают люди? Почему мы должны умирать?»

Если вы верующий человек, не стесняйтесь рассказывать о своей вере ребенку. Но старайтесь, чтобы ваши объяснения были как можно проще, а информация о смерти носила практический характер. Дети все понимают буквально. Религиозная таинственность часто сбивает

их с толку. Когда маленький ребенок слышит, что «дедушка в раю», он может подумать, что дедушка отправился в путешествие или переехал в другое место. Такие книги, как «Жуки и стрекозы» (Bugs and Dragonflies), помогут объяснить идею духовного преображения.

Атеистам тоже не стоит скрывать свои взгляды от детей. Если вы относитесь к категории сомневающихся, не бойтесь сказать: «Этого никто не знает» или «Точно неизвестно, но я думаю...». Каковы бы ни были ваши взгляды, объясните ребенку, что у людей могут быть разные убеждения, в том числе представления о том, что происходит после смерти. Ведь он обязательно столкнется с семьями, в которых говорят о рае или объясняют смерть иначе.

Разговор с маленьким ребенком о смерти

Не усложняйте. Отвечайте только на заданный вопрос.

Поговорите с ребенком о смерти до того, как он потеряет близкого человека.

Начните с мертвых червей, птиц и других животных. Ребенок начнет усваивать факты и понимать физическую сторону смерти до того, как столкнется со смертью любимого домашнего питомца или близкого человека.

Продемонстрируйте детям, чем отличаются живые существа от мертвых. Скажите им, что мертвые животные (и люди) не могут двигаться, думать, дышать, есть и ходить в туалет.

Используйте слова «мертвый» и «смерть». Эвфемизмы путают детей.

Не связывайте смерть со сном или отъездом. Дети будут бояться идти спать или отпускать вас из дома.

Не связывайте смерть с болезнью. Дети часто болеют и могут ошибочно решить, что умрут. Если у вас есть знакомый, который умирает от болезни, объясните ребенку, что серьезные заболевания отличаются от недомоганий.

Вместе читайте книжки с картинками, которые рассказывают о смерти. Они бывают духовного и светского содержания. Заранее просмотрите книгу, чтобы убедиться, что она подходит для вашей семьи.

По возможности оставайтесь спокойными и бесстрастными.

Книги

Многие превосходные детские книги рассказывают о скорби, в том числе после утраты любимого домашнего животного или даже кого-то из родителей, бабушки или дедушки. В некоторых знакомство со смертью начинается с мертвых растений и животных, после чего речь заходит о людях. Можно порекомендовать такие книги, как «Мертвая птица» (The Dead Bird) Маргарет Вайз Браун, «Вся жизнь» (Lifetimes) Брайана Мелони или «Я по тебе скучаю: Первое знакомство со смертью» (I Miss You: A First Look at Death) Пэт Томас.

Чтение подобных книг поможет начать разговор о смерти. Вы также можете прочесть книгу о смерти домашнего питомца, если ребенку еще не приходилось переживать такую потерю. Во время этих бесед вы можете изложить свои религиозные или атеистические взгляды. Для детей постарше (от восьми лет) есть великолепная книга «Соприкоснуться с вечностью» (Tuck Everlasting) Натали Бэббит, которая помогла многим поколениям детей принять происходящие с ними перемены и собственную смертность.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

О мертвом животном

Эта птица мертвая.

Тело у нее холодное и твердое. Она больше не будет летать, петь, есть и какать.

Машина ударила его и поломала его тело.

Можешь потрогать этой палочкой. Только осторожно.

Если хочешь, мы ее похороним.

О смерти человека

Он умер/она умерла.

Все живые существа умирают.

Да, я тоже когда-нибудь умру. И ты тоже когда-нибудь умрешь.

У всех есть время жить и время умирать.

Теперь наша очередь жить.

Не знаю, когда, но, наверное, не скоро.

Я собираюсь быть с тобой столько, сколько смогу.

Я буду всегда тебя любить, что бы ни случилось.

Кто-нибудь обязательно позаботится о тебе.

Что происходит, когда кто-то умирает? Я верю, что...

Давай прочитаем об этом книгу.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Тише! Не говори об этом, это неприлично.

Не волнуйся, я не умру.

Я всегда буду с тобой.

Почему ты все время говоришь о смерти? Подумай о чем-то более приятном.

РЕАКЦИЯ ОКРУЖАЮЩИХ

Разговоры о смерти обычно носят приватный характер, но и тут не исключено столкновение разных взглядов. Кому-то не нравится смерть. Кто-то считает неприемлемым обсуждать смерть с детьми. Другие боятся, что их религиозные или атеистические убеждения не будут услышаны и учтены.

Если вы нашли мертвого червяка или белку на детской площадке и вокруг собрались дети из разных семей, постарайтесь не излагать свои взгляды. Ограничьтесь фактами («Она мертвая. Она больше не будет есть») и примите любые мнения. На детской площадке малыши обычно хвастаются знаниями, полученными дома. «Она теперь в раю», – скажет один ребенок. «Нет, – возразит другой, – ее просто закопали в землю» или «Белки не попадают в рай. Только люди». Сохраняйте нейтралитет и напомните всем, что «в разных семьях на эти вещи смотрят по-разному».

Часть VIII. Неправильные правила в реальном мире

У тебя есть враги? Отлично. Значит, в своей жизни ты что-то когда-то отстаивал.
Уинстон Черчилль

Правило 28. Заводите врагов на детской площадке

– Труднее всего мне приходится тогда, – призналась моя подруга Рейчел, когда мои дети общаются с теми, кого воспитывают иначе.

– Я считаю себя довольно независимой, – рассказывала мне одна знакомая. – Стараюсь, чтобы мнение других не влияло на мои решения и действия. С другой стороны, я испытываю потребность соглашаться с другими и быть принятой ими. В общественных местах тебя всегда оценивают.

Даже самый хороший родитель не может угодить всем. Неотъемлемая часть родительских обязанностей – управлять новыми социальными отношениями как в семье, так и в общественных местах. Если вы хотите, чтобы воспитание было эффективным, не старайтесь понравиться всем. Это относится и к вашим детям, для которых вы устанавливаете границы допустимого, и к взрослым. Поступайте так, как считаете правильным.

Причина неправильных правил

Вы неправильный родитель, и не всем это понравится.



Первые два лета я, когда водила сына на детскую площадку, все время ощущала на себе взгляды других родителей. Им было очень комфортно, а я привыкала к факту, что я не такая. Качая Майлза на качелях, я испытывала сильнейшее искушение освободить место, когда приходили другие дети. Что подумают их родители? Что, если они не разделяют моих идей о

долгой игре и очереди? Что делать, когда Майлз лезет вверх по горке, а остальные родители настаивают, чтобы их чада только съезжали вниз? Просто удивительно, до какой степени я становилась уязвимой на публике. Куда пропадала вся моя смелость и убежденность?

В такой обстановке трудно не растеряться. Мы смущаемся. Хотим выглядеть компетентными. Мы хотим дружить, а не становиться источником проблем. В одиночестве оставаться тяжело – в парке, когда вы разрешаете своему ребенку долго качаться на качелях, или в доме у бабушки, где не приветствуются игры в супергероев. Воспитание ребенка на публике – дело непростое, каких бы методов вы ни придерживались.

Польза неправильных правил

Ребенок должен знать, что может доверять вам, куда бы вы ни пошли. Воспитание и популярность – разные вещи. По возможности не отступайте от своих принципов. И ваш ребенок поймет:

Родители меня не бросят. Они будут открыто защищать мои права.

В некоторых местах действуют другие правила. Это нормально, если они понятные.

Не все дети слушают, когда я устанавливаю границы. Мне может понадобится помощь взрослого.

В других семьях могут думать иначе. Все люди разные.

Начинайте дома, начинайте с малого

Когда вы только начинаете применять неправильные правила, легче делать это дома. Сосредоточьтесь на новых методах и на взаимоотношениях с ребенком. Практикуйтесь в приватной обстановке, подальше от оценивающих взглядов. Обретя уверенность, можно брать неправильные правила с собой на прогулку. Более того, вы начнете замечать, когда другие отказывают ребенку в правах. У ребенка есть следующие права:

Право на неструктурированную свободную игру.

Право выбирать себе товарищей по играм.

Право использовать реквизит и выбирать тему игры.

Право, чтобы его не прерывали во время игры.

Право чувствовать себя в безопасности.

Право, чтобы у него не отбирали игрушки (не заставляли делиться).

Право на движение и активные игры.

Право на прогулки.

Право испытывать и выражать все свои эмоции.

Право задавать вопросы и понимать.

Право защищать свои права, устанавливая границы поведения других.

Право на то, чтобы быть выслушанным, на уважение и на твердую поддержку его прав взрослыми.

Право расти в своем уникальном темпе в соответствии с естественным процессом развития.

Когда вы начинаете поддерживать эти права, они превращаются в образ жизни. Практикуйтесь и обретайте уверенность дома. Убедившись в правильности своих методов, вы уже не захотите отказываться от них и за пределами дома.

Как стать неправильным родителем

Советы начинающим

1. Начните с очередности

Дети любого возраста могут понять, что такое очередность. Этот «неправильный» метод можно по про бовать дома, и уже через один или два дня вы увидите результат. Дети часто ссорятся из-за игрушек, и поэтому в повседневной жизни это правило принесет огромную пользу. Затем попробуйте применить его, когда идете в гости к другу.

2. Выберите одно или два неправильных правила

Сосредоточьтесь на том, что в данный момент мешает вам больше всего. «Если тебя что-то беспокоит, – говорит моя мать, – значит, пора это изменить». Начните с них. Не пытайтесь изменить все сразу. Если ребенок буйный и громкий, обратитесь к рубрике «Энергичные действия». Если четырехлетний ребенок говорит непристойности за столом, займитесь свободой слова. Привычка писать письма легко усваивается и дает быстрый результат. Привыкнув к одним неправильным правилам, переходите к следующим.

3. Всегда помните о золотом неправильном правиле

Если вы забыли, что нужно говорить, вспомните золотое неправильное правило: разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности. Оно применимо к большинству ситуаций. Если вам не нравится игра, в которую играет ваш ребенок, постарайтесь изменить время или место. Не забывайте устанавливать разумные границы: «Допустимы любые чувства, но не любое поведение».

4. Делитесь с супругом и другими союзниками

Делитесь своим воодушевлением и другими чувствами относительно неправильных правил. Пусть окружающие знают, какие методы вы пытаетесь применить; объясните некоторые идеи из этой книги. Не все любят читать книги о воспитании детей, но чем больше у вас будет союзников, тем легче принять «неправильные» идеи. Кладите книгу туда, где ее может увидеть супруг.

5. Найдите единомышленников

Если вы найдете одного или двух людей, разделяющих ваши взгляды, это может решить дело. Соберите вокруг себя единомышленников из числа родителей. Вместе с ними применяйте неправильные правила на детской площадке и дома друг у друга. Верных союзников вы можете найти в детском саду, придерживающемся прогрессивной методики. Не игнорируйте старшее поколение. Многие «неправильные» идеи, такие как неструктурированная игра и разрешение активных игр, были популярны еще в прошлом поколении.

6. Не отступайте от своих принципов

Родители должны защищать своего ребенка. Возможно, это не самая легкая часть процесса воспитания, но очень важная. Попробуйте понять, что для вас важно. Когда ребенок пойдет в школу, вы должны быть готовы защищать его интересы, будь то уменьшение учебной нагрузки, новый учитель, особая диета или удлинение перемен между уроками. Вы должны быть подобны львице (льву), защищающей своего детеныша. Наберитесь мужества. Идти против течения всегда трудно. Проявляйте уважение, и вы приобретете новых сторонников.

7. Не отчаивайтесь

Многие «неправильные» идеи способны помочь вам, когда ребенок вступит в подростковый возраст, и даже позже. Учиться новому непросто, но это окупается – в настоящем и в будущем. Если детям нравится, как их воспитывают родители, они последуют их примеру, когда сами станут взрослыми. Изменяясь сегодня, вы помогаете своим будущим внукам.

Попробуйте это – добавьте в свой арсенал

Столкновения взглядов не избежать, каких бы принципов воспитания вы ни придерживались. Если вы следуете неправильным правилам, то главные из них (принцип очередности, грубые игры и игры с оружием) могут не нравиться другим родителям. Как и любой конфликт. Наша культура характеризуется стремлением избегать конфликтов, и поэтому вы столкнетесь с тем, что родители оберегают своих чад даже от самых мелких столкновений.

На публике

Двухлетняя Изабелла пришла с мамой в детский музей. Изабелла и еще один двухлетний мальчик захотели взять одну и ту же игрушку, но, прежде чем мама Изабеллы успела что-то сказать, чтобы помочь детям разрешить конфликт, родители мальчика поспешили увести сына. «Ты обязан делиться, – выговаривали ему они. – Если не можешь делиться, мы тебя уведем». Игрушка досталась Изабелле.

Как применять правило «Не делиться – это нормально» в общественном месте? Другие родители реагируют очень быстро. Обычно вы просто не успеваете поговорить с детьми. Многие родители настаивают, чтобы дети делились по первому требованию, и иные взгляды высказывать сложно.

Советы по «неправильному» воспитанию на публике

1. Действуйте быстро

Родители торопятся избежать конфликта и неловкой ситуации. Если вы хотите что-то сказать, вам лучше не мешкать. Склонитесь к детям и быстро вовлеките их в разговор. В этом случае родители с меньшей вероятностью бросятся на помощь и вмешаются.

2. Говорите громко, чтобы слышали все

Выработайте у себя привычку воспитывать вслух. Объясняйте все свои действия, чтобы родители и дети могли вас слышать. Это помогает подтвердить идеи как самому себе, так и ребенку, а также демонстрирует остальным, что вы действуете сознательно и уверены в своих методах. Никто не должен недоумевать, что вы делаете и почему, а те, кто вас слушает, могут брать с вас пример.

Ваши слова предназначены не только для вашего ребенка. Не шепчите. Вы обращаетесь и к другому ребенку, и особенно к его родителям. «Я вижу, что ты выхватил мяч у него из рук. Он еще не закончил играть. И это нормально. Я не могу позволить тебе отбирать у него мяч».

По возможности кратко опишите ситуацию («Я вижу, вам обоим нужна эта игрушка»). Затем признайте права ребенка («Ты можешь играть с ней, пока не надоест»). Когда вы открыто излагаете свои взгляды, другие родители понимают вашу позицию. *О* (может подумать мама другого ребенка), *она на меня не сердится. Мне не нужно заставлять Кэти немедленно отдать игрушку. Я могу расслабиться.* Взрослые, как правило, пытаются быстрее минимизировать конфликт. Если они знают вашу точку зрения и действуют вопреки ей, они создают конфликт, а не гасят его, – большинство родителей этого не любит.

3. Объясняйте свои действия

Говорите вежливо и обращайтесь непосредственно к другим родителям. Объясняйте свои действия и используйте их желание помочь: «Мы с Кэти учимся не выхватывать игрушки. Спасибо, что поддержали меня» или «Мы с Ники учимся управлять собой. Вы не против, если я помогу детям поговорить друг с другом?». Когда другие родители поймут, что вы *хотите* тратить время на улаживание мелких конфликтов или стремитесь исправить поведение *своего* ребенка, они скорее всего успокоятся, станут наблюдать и предоставят вам свободу действий. Желание помочь естественно для людей.

4. Смиряйтесь

У вас не получится применять неправильные правила всегда и везде. Ничего страшного. В некоторых ситуациях не стоит даже и пытаться, а иногда у вас просто не хватает сил. Нужно с этим смириться.

5. Устанавливайте разные правила

Возможно, вам удобнее установить «внутренние» и «внешние» правила. Например, дома можно играть с оружием, а в парке нельзя. В большинстве мест можно играть подолгу, но не в детском музее – там слишком много детей ждут своей очереди. Поэкспериментируйте и

найдите то, что вам больше подходит. По возможности заранее предупреждайте ребенка, чего вы от него ждете.

6. Объясните ребенку

Если что-то не получается или в некоторых ситуациях приходится отступать от принципов, объясните это ребенку. Скажите ему: «В некоторых семьях действуют другие правила очередности» или «Дома мы так не делаем, правда? Дома ты можешь долго играть. Но на детской площадке другие правила». Долго задерживаться на этом не стоит, но ребенок оценит ваше признание, что правила изменились.

В гостях у друзей

«Что, если мой ребенок будет играть в гостях, и другой малыш не остановится, когда он скажет: «Хватит»?»

Все дети привыкают к правилам, установленным у них в семье, и могут быть удивлены, что в других домах принято вести себя иначе. Ничего страшного. Дети могут заметить, что у Бена вы снимаете обувь, а у Кэти едите печенье. Они также быстро понимают, что правила для игр в разных семьях могут отличаться. Если ваш ребенок привык устанавливать границы для сверстников, он будет защищать себя в гостях. «Эй! Я сказал «перестань», а ты меня не послушал. Мне не нравится, когда ты меня так толкаешь». Если нужно, он может обратиться за помощью к взрослым. Ежедневное подкрепление, которое получает ребенок дома, дает ему опыт подобных социальных решений. Вы также можете объяснить свои методы воспитания другим родителям.

Дома

У родителей могут быть разные взгляды на воспитание детей. Иногда они даже становятся причиной расставания. Но иногда это не мешает. Не договорившись по поводу принципов, вы можете договориться поддерживать друг друга. Возможно, вам не нравится, что супруг настаивает, чтобы ребенок ложился спать в одно и то же время, но возражать ему не стоит. Договоритесь по главным вопросам и уступайте друг другу в мелочах. Разница в подходах матери и отца расширит представления ребенка об отношениях между людьми. В разногласиях родителей нет ничего страшного – дети увидят, что все люди разные.

Если один из супругов слишком занят и у него нет времени на литературу о воспитании, не стоит делать вывод, что ему неинтересно. Поделитесь полученными знаниями, а еще лучше продемонстрируйте супругу новые методы. Возможно, он скажет: «Где ты этому научилась? Настоящее волшебство». А может, он тоже станет «неправильным» родителем.

В гостях у родственников

Труднее всего бывает с родственниками. Вы не можете просто уйти – как в случае с незнакомыми людьми. В отличие от друзей родственники часто не разделяют ваших взглядов. Многие родители с маленькими детьми испытывают сильное давление со стороны родителей, своих и супруга, а также других членов семьи. Возможно, вам не нравится, как вас воспитывали, или вы не разделяете взгляды своих многочисленных родственников. Возможно, от вас требуют, чтобы дети вели себя идеально, особенно на семейных торжествах.

Родственники не изменятся, и поэтому трудностей не избежать. Вот несколько идей, которые могут оказаться полезными:

Поддерживайте супруга. Просите о поддержке, когда собираетесь на семейную встречу.

Расскажите о своих ожиданиях. Заранее сообщите детям правила поведения в доме бабушки. Потренируйтесь дома. Если бабушка не выносит громких звуков, несколько дней перед визитом тренируйтесь говорить тихо.

Уподобьтесь гусю. Пусть все замечания стекают с вас как с гуся вода. Если вас раздражают взгляды вашего отца на воспитание детей, приготовьтесь не обращать на них внимания. Не раздражайтесь.

Смотрите на вещи проще. Иногда мы слишком спешим встать на защиту своих детей. С ними ничего не случится. Если нет серьезных проблем (насилие), визит к родственникам не причинит ребенку вреда. Он даже не заметит проблем, которые видите вы, и у него могут остаться самые приятные воспоминания о дяде Джеке или бабушке. Возможно, проблема – ваш прошлый багаж.

Тренируйтесь дома. Чем больше вы привыкнете к своим методам воспитания, тем легче вам будет на людях. Родительские навыки требуют времени и практики.

ПОЛЕЗНЫЕ ФРАЗЫ

У нас дома мы...

Если вы не против, то все в порядке.

Кажется, вы волнуетесь, когда дети так себя ведут, но в нашей семье это разрешено.

Похоже, вам не нравится, что Джейкоб все еще качается на качелях.

Джейкоб, когда ты закончишь, уступи место девочке – она ждет.

Детям трудно ждать. Но я не возражаю против долгой игры.

Мы уйдем домой минут через десять.

Я знаю, что ты нас не так воспитывала.

У нас дома так принято.

В каждой семье свои порядки.

ФРАЗЫ, ОТ КОТОРЫХ ЛУЧШЕ ВОЗДЕРЖАТЬСЯ

Позвольте, я вам расскажу, как надо.

Вы должны / Ваш ребенок должен...

Правило 29. Ошибайтесь!

Нет никакого смысла в точности соблюдать все правила, изложенные в этой книге. Я не соблюдаю. Это невозможно. Отношения между родителями и детьми полны нюансов, все дети разные, а иногда у нас просто нет сил, чтобы активно заниматься воспитанием.

Когда в Школе для маленьких детей родители сравнивают себя с воспитателями, они часто впадают в отчаяние: «Как это у вас получается? Я никак не могу его заставить. А у вас выходит совсем просто». Стефани, директор детского сада, убеждает их: «Ваши дети приходят к нам всего на два с половиной часа в день. Все остальное время они с вами. Невозможно быть «включенным» постоянно».

У этих воспитателей двадцати- или тридцатилетний опыт работы с детьми одного возраста. А для родителей это новая работа.

Не браните себя. Старайтесь – когда у вас есть на это силы.

Причина неправильных правил

Воспитание не сводится к применению свода правил – даже неправильных. Не существует единственного верного способа вырастить ребенка.

Методы и приемы, описанные в этой книге, опираются на закономерности развития ребенка – как он растет и познает мир. Они вобрали в себя опыт, накопленный семьдесятю пятью воспитателями почти за сорок лет. Если вам не нравится, как вас воспитывали родители, попробуйте эту новую модель. Неправильные правила стремятся облегчить ежедневный труд воспитания ребенка, предлагая новые идеи.

Невозможно все время все делать правильно. Пробуйте новые методы, когда у вас есть на это силы. Помните, что со временем вы привыкнете. И будет легче. Применение этих методов уменьшит количество крика и разочарований, поможет откровенно разговаривать с ребенком о его чувствах и желаниях. По мере того как вы будете усваивать новые идеи, методы и приемы, в семье сформируются новые привычки. Вы заложите основы для позитивных отношений с ребенком, которые сохранятся на всю жизнь. Методы, эффективные для дошкольников, пригодятся и позже, во взаимоотношениях с подростками. Вы закладываете фундамент семьи.

Неправильные рекомендации

Разрешено все, что не причиняет вреда людям или собственности.

Дети лучшие всего обучаются во время игры.

Людям нельзя причинять боль – ни телу, ни чувствам.

Ребенок, занимающийся тем, что ему интересно, учится в оптимальном для него режиме.

Что важнее: его действия или ваша реакция?

Доверяйте выбору ребенка в игре.

Допустимы любые чувства, но не любое поведение.

Не пытайтесь ускорить естественный процесс развития ребенка.

Дети – не взрослые. Пересмотрите свои ожидания.

Ребенок будет готов, когда придет время.

Польза неправильных правил

Польза есть и для вас – матери, отца, воспитателя, бабушки, дедушки. Сборник неправильных правил поможет вам понять:

У меня не всегда есть время и силы быть идеальным родителем. Это нормально – идеальных родителей не бывает.

Когда меня что-то не устраивает, я могу это изменить. У меня есть для этого инструменты.

Мой мир не ограничивается потребностями ребенка. У меня тоже есть потребности и права.

Я могу пробовать новые идеи постепенно.

Формирование привычек требует времени, но однажды они превратятся во вторую натуру.

Мне не нужно изобретать велосипед. Я могу воспитывать ребенка, опираясь на опыт других людей.

Мои усилия окупятся. Методы разрешения конфликтов, доверительное общение – все это поможет в подростковом возрасте. Мои дети, скорее всего, тоже будут придерживаться этих принципов, когда сами станут родителями.

Не сомневайтесь в себе.

Библиография

Игра

Bos, Bev, and Jenny Chapman. Tumbling over the Edge: A Rant for Children's Play. Roseville, CA: Turn the Page Press, 2005.

Cohen, Lawrence J. Playful Parenting. New York: Ballantine Books, 2001.

Elkind, David. Miseducation: Preschoolers at Risk. New York: Knopf, 1987.

– The Power of Play: How Spontaneous, Imaginative Activities Lead to Happier, Healthier Children. Cambridge, MA: Da Capo Press, 2007. *Hirsh-Pasek, Kathy, and Roberta Michnick Golinkoff.* Einstein Never Used Flash Cards: How Our Children Really Learn – and Why They Need to Play More and Memorize Less. Emmaus, PA: Rodale Press, 2003.

Jones, Elizabeth, and Gretchen Reynolds. The Play's the Thing: Teachers' Roles in Children's Play. Rev. ed. New York: Teachers College Press, 2011.

Paley, Vivian Gussin. A Child's Work: The Importance of Fantasy Play. Chicago: University of Chicago Press, 2005.

Разрешение конфликтов

Bailey, Becky. There's Gotta Be a Better Way: Discipline That Works! Oviedo, FL: Loving Guidance, 1997.

Faber, Adele, and Elaine Mazlish. How to Talk So Kids Will Listen and Listen So Kids Will Talk. Rev. ed. New York: HarperCollins, 1999.

Эмоции и развитие ребенка

Dreikurs, Rudolf. Children: The Challenge. Rev. ed. New York: Plume, 1990. *Faber, Adele, and Elaine Mazlish.* Liberated Parents, Liberated Children: Your Guide to a Happier Family. New York: William Morrow, 1990.

Galinsky, Ellen. Mind in the Making: The Seven Essential Life Skills Every Child Needs. New York: William Morrow Paperbacks, 2010.

Ginott, Haim, Alice Ginott, and H. Wallace Goddard. Between Parent and Child: The Bestselling Classic That Revolutionized Parent-Child Communication. Rev. ed. New York: Three Rivers Press, 2003.

Goleman, Daniel. Emotional Intelligence: Why It Can Matter More Than IQ. Rev. ed. New York: Bantam, 2010.

– Social Intelligence: The New Science of Human Relationships. New York: Bantam, 2007.

Greenspan, Stanley. Building Healthy Minds: The Six Experiences That Create Intelligence and Emotional Growth in Babies and Young Children. Cambridge, MA: Da Capo Press, 2000.

Kurcinka, Mary Sheedy. Kids, Parents and Power Struggles. New York: William Morrow Paperbacks, 2000.

Turecki, Stanley, with Sarah Wernick. Emotional Problems of Normal Children: How Parents Can Understand and Help. New York: Bantam, 1994.

Активная игра, грубая игра и мальчики

Carlson, Frances. Big Body Play: Why Boisterous, Vigorous and Very Physical Play Is Essential to Children's Development and Learning. Washington, DC: National Association for the Education of Young Children, 2011.

DeBenedet, Anthony T., and Lawrence J. Cohen. The Art of Roughhousing: Good, Old-Fashioned Horseplay and Why Every Kid Needs It. Philadelphia: Quirk Books, 2011.

Gurian, Michael. The Wonder of Boys: What Parents, Mentors, and Educators Can Do to Shape Boys into Exceptional Men. New York: Tarcher, 1996.

Hodgins, Daniel. Boys: Changing the Classroom, Not the Child. Flushing, MI: Self-published, 2009.

Pollack, William. Real Boys: Rescuing Our Sons from the Myths of Boyhood. New York: Random House, 1998.

Thompson, Michael, and Teresa H. Barker. It's a Boy! Your Son's Development from Birth to Age 18. New York: Ballantine Books, 2009.

Tyre, Peg. The Trouble with Boys: A Surprising Report Card on Our Sons, Their Problems at School, and What Parents and Educators Must Do. New York: Three Rivers Press, 2008.

Силовая игра и игра с оружием

Edmiston, Brian. Forming Ethical Identities in Early Childhood Play. New York: Routledge, 2008.

Jones, Gerard. Killing Monsters: Why Children Need Fantasy, Super Heroes and Make-Believe Violence. New York: Basic Books, 2002.

Katch, Jane. Under Deadman's Skin: Discovering the Meaning of Children's Violent Play. Boston: Beacon Press, 2002.

Kindlon, Dan, and Michael Thompson. Raising Cain: Protecting the Emotional Life of Boys. New York: Ballantine Books, 2000.

Kirsh, Steven. Children, Adolescents and Media Violence: A Critical Look at the Research. 2nd ed. Thousand Oaks, CA: Sage Publications, 2011.

Levin, Diane E., and Nancy Carlsson-Paige. The War Play Dilemma: What Every Parent and Teacher Needs to Know. 2nd ed. New York: Teachers College Press, 2005.

Похвала и нравственное развитие

Bronson, Po, and Ashley Merryman. Nurture Shock: New Thinking About Children. New York: Twelve, 2009.

Coles, Robert. The Moral Life of Children. New York: Atlantic Monthly Press, 1986.

Damon, William. The Moral Child: Nurturing Children's Natural Moral Growth. New York: Free Press, 1988.

Kohn, Alfie. Punished by Rewards: The Trouble with Gold Stars, Incentive Plans, A's, Praise, and Other Bribes. New York: Houghton Mifflin, 1999.

– Unconditional Parenting: Moving from Rewards and Punishments to Love and Reason. New York: Atria Books, 2005.

Riley, Sue Spayth. How to Generate Values in Young Children. Raleigh, NC: Boson Books, 2005.

Половое воспитание

Davis, Laura, and Janis Keyser. "Learning about Bodies." Chap. 17 in Becoming the Parent You Want to Be: A Sourcebook of Strategies for the First Five Years. New York: Three Rivers Press, 1997.

Rothbart, Betty et al. Right from the Start: Guidelines for Sexuality Issues, Birth to Five Years. New York: Sexuality Information and Education Council of the United States (SIECUS), 1998 (free booklet online http://www.siecus.org/_data/global/images/RightFromTheStart.pdf).

Воспитание

Davis, Laura, and Janis Keyser. Becoming the Parent You Want to Be: A Sourcebook of Strategies for the First Five Years. New York: Three Rivers Press, 1997.

Rogers, Fred. You Are Special: Words of Wisdom for All Ages from a Beloved Neighbor. New York: Penguin, 1995.

Благодарности

Я благодарю своего агента Джоэль Дельборго, которая сохраняла уверенность с самого первого дня и была убеждена, что мир готов к этой книге. Благодарю весь коллектив Tarchet/Penguin и Молли Бруйет и моего редактора Сару Кардер. Особенно хочу поблагодарить Сару: ее видение оформило эту книгу, превратив ее в «неправильную».

Я хочу поблагодарить тех, кто отрывался от своих обязанностей родителей маленьких детей, а также бабушек и дедушек и читал первые главы книги: Элизабет Делл, Энн, Донн, Кэти Фей, Бреда Герлаха, Клэр Харген Кван, Лаки Маккина, Сару Пайетт, Таню Шлам, Тай Шмидт и Зен Кэтрин Швайгер. Спасибо моим машинисткам из Powerfi ngers: Марди Линк, Кари Нога, Энн-Мари Оомен и Терезе Сколлон. Вашу помощь трудно переоценить.

Особая благодарность и нежные объятия коллективу Школы для маленьких детей (SYC), который вдохновил меня, помогал советами и приглашал на занятия. Большое спасибо рецензентам из SYC: Деб Байель, Джоанне Франц, Анджеле Ламонт, Энн Ригни, Сьюзен Росигно, Стефани Ротмайер, Дженет Стокер и Йену Уотерсу. Еще раз обнимаю Стефани за ее безграничный энтузиазм и преданность этой книге, за то, что всегда была рядом, когда я в ней нуждалась. Я также благодарю Первую унитарную универсалистскую церковь Колумбуса, которая на протяжении сорока двух лет поддерживала программу SYC. И разумеется, этой книги не было бы без тех провидцев, которые много лет назад основали SYC: я в неоплатном долгу перед Ли Роу и Дженет Стокер.

Я также благодарю Элисон Бернс, Джанетт Уайлдмен Доунс, Маргарет Хоуг, Эриел Лав и Круза Панагия. Вы присматривали за моими детьми, пока я сидела за письменным столом, и без вас книга никогда не была бы написана. И наконец, я благодарю моих детей и мужа. Вы вдохновляли меня.