

Консультации

Консультант **Ольга Валерьевна Козачек**,
преподаватель Волгоградского государственного
социально-педагогического университета,
кандидат психологических наук

? На моего сына учитель постоянно жалуется: «Он у Вас плохо учится», «Он у Вас неспособный», «Он у Вас драчун, с детьми общего языка не находит», «Он у Вас грубиян» и т.д. Этим жалобам нет конца. Разве можно так говорить про второклассника? Может, с учителем что-то «не в порядке»? Или она просто цепляется к моему ребёнку? Что делать: нахамить ей, чтобы отстала или плюнуть — пусть пишет в дневнике что хочет? Такая неприятная ситуация, а нам ещё два года у неё учиться. Может, вообще сменить школу, только жаль — эта очень удобно располагается...
И.Ж.

Ситуация действительно неприятная, и даже очень разрушительная с психологической точки зрения для ребёнка. Младший школьный возраст — период, когда на всю жизнь у детей закладывается чувство собственной компетентности или неполноценности. Если в этот момент маленький человечек слышит, что он «неспособный грубиян» и «драчун», что он «троечник» и пр. — это наносит ему серьёзную травму. Приведённые Вами альтернативы — неконструктивны. «Плюнув» на учителя, Вы, в первую очередь, «плюёте» на своего ребёнка и его разви-

тие, оставляете его наедине со взрослым, который постоянно отрицательно характеризует его. Нахамив учителю, Вы игнорируете те проблемы, на которые он Вам (справедливо или нет — в этом ещё надо разобраться) указывает, демонстрируете своему сыну модель поведения, которую он будет повторять в будущем (возможно, и в Ваш адрес). Безусловно, не стоит смотреть на своего ребёнка «чужими глазами». Важно разобраться, обсудить с педагогом и с сыном каждый случай, в котором ребёнок «плохо учится», к чему-либо «неспособен», «драчун» и пр. Ребёнок не должен оставаться один на один в лагере противников, даже если он неправ. Очень важно, чтобы мы, взрослые, оценивали не личность самого ребёнка, а его действия: очень трудно перестать быть «драчуном», но вполне возможно при помощи педагога и родителей в конфликтной ситуации использовать другие (не физические) приёмы воздействия на соперников. Нельзя утверждать, что педагог права, строя воспитательный процесс на основе лишь негативного оценивания ребёнка, тем не

менее, важно помнить, что и наша родительская любовь бывает слепа. Мы часто идеализируем своих детей, склонны обесценивать мнение окружающих. Жалобы педагога должны быть сигналом для того, чтобы тщательно разобратся в ситуации развития ребёнка. Педагогу с Вашим ребёнком работать всего два года, а Вам — всю жизнь. Прежде чем решаться на крайние меры, например, связанные со сменой учебного заведения, важно убедиться в том, что Вы как родитель приложили все силы, чтобы создать условия для благоприятного развития сына, что не упустили ни одного тревожного сигнала. В противном случае школы будут меняться, а жалобы в адрес ребёнка останутся.

? Этажом ниже живёт пожилая женщина, которая очень болезненно относится к любому шуму. Она тактично, но достаточно часто и настойчиво выговаривает мне, что мои дети (девочки-близнецы 7 лет) шумно ведут себя: бегают, шаркают, топают, прыгают, кричат. Такой грех есть, дома у нас весёлый круговорот, но не привязывать же девчонок к стулу?

Как относится к нападкам соседки? Вправе ли дети шуметь? Мне самой некомфортно от этой ситуации: и детей издёргала, и едва сдерживаюсь, чтобы на бабушку не кричать, и вздрагиваю, когда в очередной раз кто-то звонит в дверь.

Татьяна

Ваши права и права соседки, допустимый уровень шума в жилом помещении в дневное и ночное время регламентируются Санитарными нормами и соответствующим Федеральным законом РФ. Поэтому первое, что Вам целесообразно сделать — получить консультацию юриста. В этом случае Вы сможете аргументировано объяснить с пожилой женщиной, спокойно обозначить для детей нормы и правила общежития, уверенно отстаивать свои права. Именно информированность поможет нормализовать Ваше эмоциональное состояние. При этом Ваша обязанность как матери сделать всё, чтобы содействовать гармоничному физическому и психическому развитию детей. Нельзя подавлять моторные функции организма. Согласно данным педиатров дети 6–10 лет должны совершать в сутки не менее 15–20 тысяч движений, шагов. 4–5 часов в день младшие школьники должны двигаться. Для нормального развития детям необходимо прыгать, бегать, скакать, вертеться на месте и т.д. Хотя это и банально, но нельзя забывать о благоприятном воздействии на физическое развитие Ваших близнецов выездов на природу, ежедневных прогулок, занятий в спортивных секциях. Однако всё это не исключает права детей ходить, бегать, играть, петь и пр. в своём собст-

венном доме в положенное законом время, не нарушая при этом покоя окружающих.

? У меня плохой характер, к 10-му классу я отчётливо это поняла. Я робкая и застенчивая с незнакомыми людьми. Очень часто волнуюсь, беспокоюсь по незначительным поводам. Меня легко «зацепить», стоит только не так взглянуть или что-то грубо сказать, как я готова расплакаться. Ну почему я такая? Все люди как люди, одна я... Подруга говорит, что с таким характером меня затопчут, что мне никуда не пробиться. Чувствую себя полным «отстоем»...

Ева, 16 лет

Ева, позвольте привести Вам цитату из работы отечественных психологов: «Нет плохих и хороших характеров, есть люди, которые умеют использовать свой характер в своих целях, и есть такие, которые не хотят знать себя и боятся себя, оставаясь неудачниками, недостижимыми цели». Судя по тому, как Вы описываете себя, Ваш тип характера называется в психологии сензитивным. Люди с таким типом действительно робкие, застенчивые, впечатлительные, боязливые — «тонкокожие», одним словом. Вас легко обидеть, Вы склонны себя недооценивать и заниматься самобичеванием. Можно представить, как Вы себя будете чувствовать, если Вас несправедливо обвинят или публично высмеют... Вы чаще всего недооцениваете себя. Вам сложно в ситуации открытого соперничества, Вы не хотите быть лидером и вести всех за собой. Вы спрашиваете: «по-

чему я такая»? Ответ на вопрос кроется в генетически заданных особенностях Вашей нервной системы, в специфике Вашего воспитания и в том опыте, который у Вас накопился к 16-ти годам. Вы ошибаетесь, Вы далеко не одна с таким типом характера. Есть соблазн сравнивать себя с «более успешными», на Ваш взгляд, подругами и друзьями. Но в этом нет смысла, они просто другие. Свой характер следует постоянно узнавать, принимать как некую данность, подружиться с ним и отнестись к нему как к средству для постановки и достижения своих жизненных целей. Мы описали только слабые, уязвимые стороны Вашей натуры. Давайте теперь скажем о сильных аспектах Вашего характера. Вы ответственны, трудолюбивы, работоспособны, можете доводить начатое до конца. На Вас «можно положиться». Такая душевная организация даёт способность тонко чувствовать и понимать других людей, видеть истинные, а не показные чувства окружающих, искренне сочувствовать и помогать людям. Вы можете различать нюансы художественных и музыкальных произведений, Вы способны как никто другой ценить прекрасное. Все эти способности несомненно важно учесть при выборе профессии. Ева, Вам как никому другому нужны поддержка, одобрение, обозначение Ваших успехов и достижений. Это не всегда Вам будут давать окружающие, но похвалить можете себя и Вы сами. Почаще

говорите себе: «Молодец!» и берегите свой внутренний мир от противопоказанных Вам перегрузок.

? Наш девятилетний сын напоминает мне Малыша из мультфильма про Карлсона. Он замучил нас просьбами разрешить ему взять в дом собаку. Он твердит, что будет за ней ухаживать. Стоит ли соглашаться? Мне некогда собакой заниматься. Справится ли сын?

Софья

Общение ребёнка с животными приносит ему большую пользу. Однако опытные специалисты психологи и кинологи утверждают, что обещания ребёнка заботиться о домашних животных — это лишь проявление его хороших намерений, а не доказательство, что он на это способен. Скорее всего, Вашему сыну и вправду нужна собака, он хочет иметь её и полюбит. Однако готов ли он ухаживать за ней — это вопрос, на который ответить можете только Вы. Хотя к концу младшего школьного возраста ребёнок уже частично в состоянии справляться с такой ответственностью, многое зависит от индивидуальных особенностей Вашего ребёнка. Важно обсудить с ним, что животное — это не игрушка, с которой можно расстаться, когда она надоела, не сиюминутный каприз, а живое существо, которое будет с Вами долгие годы. Уход за собакой включает в себя ежедневный труд, а не только приятные моменты. Ответственность за жизнь и благополучие животного всегда остаётся за взрослыми, поэтому и решение о новом члене семьи

принимать всё-таки Вам. Вопрос, который следует задать — «Справитесь ли Вы как родитель?» Если же Вы не готовы сейчас заводить животное, объясните ребёнку причину отказа честно и доступным для него языком, не кричите на него, а покажите, что Вы тоже жалеете о таком решении и сопереживаете ребёнку.

? Я катастрофически ничего не успеваю. Дела накапливаются, как «снежный ком». Количество моих обязанностей бесконечно растёт, а я как человек ответственный не могу выполнять их плохо. При этом со всем справляться не в силах. В итоге страдают и работа, и семья, и моё здоровье. Что делать?

Э.Н., учитель биологии

Каким бы ответственным и работоспособным не был специалист, но качественно охватить бесконечное количество дел он не сможет. Попытки это сделать лично у Вас, похоже, уже привели к негативным последствиям: чувству вины, ухудшению самочувствия, неудачам в профессиональной и личной жизни. Стоит предпринимать срочные меры. Похоже, Вам нужно поработать над своими умениями сортировать дела по степени важности, делегировать полномочия и уверенно говорить «нет» желающим «взвалить» на Вас не Ваши проблемы. Специалисты рекомендуют начинать с определения относительной важности дела и помнить, что очень важных дел всего 15%. Их нужно выполнять самому в первую очередь и следить

за тем, чтобы важные дела не становились срочными. Просто важных дел — 20%, их стоит делать по мере возможности или передавать другим. Оставшиеся 65% дел — не очень важные — не стоит тратить на них своё время. Ещё одним ценным умением является способность трезво рассчитывать свои силы. Большинство людей склонны переоценивать свои силы, недооценивать своё время, необходимое для выполнения задачи (в том числе и Вы). Отсюда Ваши усталость, самобичевание — Вы изначально берёте на себя обязанности, с которыми не можете справиться из-за недостатка у Вас ресурсов. Поэтому не торопитесь давать обещания о выполнении того или иного дела. Принимайте решение только после рассуждения о приоритете и затратах. Честно говорите «нет», если не сможете сдержать обещанное слово. Предлагайте компромиссы, то есть берите на себя посильную часть проблемы. И самое главное, не забывайте себе сказать «Молодец», когда выполняете обещание. Вам это особенно необходимо.

? Говорю Никите: «Не заходи в лужу!» — он как назло уже в ней, «Не трогай игрушки сестры» — тут же слышу её плач. Делает всё наоборот. Что с ним?

Светлана

Возможно, Светлана, Вы столкнулись с явлением, которое в психологии и педагогике называется детский негативизм. Понятие «негативизм» используется для обозначения

любого, кажущегося немотивированным, сопротивления чужому влиянию. Негативизм проявляется как реакция на просьбу, обращение взрослого. Отличается он от простого непослушания тем, что на первый план выходит не негативное отношение к содержанию действия, а к предложению взрослого. Ребёнок не хочет сделать что-то только потому, что это предлагает взрослый. Причём нередко негативизм вынуждает ребёнка действовать вопреки своим собственным желаниям (то есть он и сам не прочь лужу обойти, но раз мама об этом сказала, то...). Его положительной стороной является то, что он свидетельствует о развитии волевой сферы личности. Негативизм — типичное проявление в период кризисов (трёх, семи лет, в период подростничества). Желание сделать наоборот усиливается и в ситуациях, когда ребёнок устал или перевозбуждён. Если психическое здоровье ребёнка не вызывает сомнений, то негативизм и упрямство очень часто свидетельствуют, что взрослые излишне авторитарны по отношению к нему, склонны навязывать ему свою волю. Очень важно правильно реагировать на

подобные проявления ребёнка, ибо негативные реакции при длительном эмоциональном неблагополучии могут стать качествами его личности. Поэтому изменение поведения сына, во многом зависит от взрослых. Поразмышляйте, во всех ли случаях целесообразно настаивать на безусловном выполнении ребёнком Вашего указания. Обратите внимание на способы обращения тех взрослых, на которых Ваш ребёнок реагирует по-другому. Интересно, как Вы формулируете Ваши обращения к сыну: «Не ходи», «Не трогай»... Частица «не» акцентирует обратную сторону того, что Вы на самом деле имеете в виду. Бессознательно слушатель отбрасывает отрицание, остаётся: «Заходи...», «Трогай...» Попробуйте использовать положительные утверждения, избавляя свою речь от отрицаний: «Обойди лужу», «Если хочешь, возьми вместо игрушек...».

? Нашему Ваньке 8 лет. Он у дочки один ребёночек в семье. Заметила за внуком такую особенность — он с большой

КОНСУЛЬТАЦИИ

охотой и терпением возится с маленькими детками. Это нормально для мальчика?

Бабушка Ваньки

Авторитетные исследователи считают младший школьный возраст важным этапом в становлении будущего родительского поведения. Очень значимо, чтобы и мальчики, и девочки в этот момент прошли этап «нянчания», этап заботы о более младшем поколении. Родителям не только не стоит этому препятствовать, а, наоборот, содействовать — всячески предоставлять возможности для проявления и тренировки навыков будущего отцовства и материнства. Если до окончания этапа «нянчания» опыта взаимодействия с младенцами у мальчика или девочки не было, то часто во взрослом состоянии у них возникают страх перед маленьким ребёнком, тревога повредить малыша своим неумелым обращением и даже отрицательные переживания при восприятии младенца («орущий», «плохо пахнущий», «испачканный»). Так что поведение Ваньки не должно Вас беспокоить. **НО**