

УДК 379.8

P83

Серия «Для заботливых родителей»

Руденко А. В.

P83 **Игры и сказки, которые лечат.** Книга 2. — Х. : Изд. группа «Основа», 2017. — 176 с.: илл. — (Серия «Для заботливых родителей»). ISBN 978-617-00-3025-2.

Эта книга содержит не только практические рекомендации, но и настоящие «ключи» к решению многих детских проблем. Она написана с большой любовью к детям и адресована заботливым родителям и всем, кто участвует в воспитании детей.

Опираясь на настоящее практическое руководство, можно научить ребенка говорить правду, быть настойчивым и целеустремленным, прививать ему любовь к книгам без нотаций, моралей, криков, ссор, а с помощью игры и сказки.

УДК 379.8

ISBN 978-617-00-3025-2

© Руденко А. В., 2017

© Сорудейкина Т. Ю., иллюстрации, 2017

© ООО «Издательская группа “Основа”», 2017

Купить книгу на сайте kniga.biz.ua >>>

СОДЕРЖАНИЕ

От автора.....	4
Обещаю говорить только правду и ничего, кроме правды.....	5
Как воспитать оптимиста.....	43
Тайна успеха (воспитание целеустремленности, настойчивости, последовательности у детей)	66
Любовь к чтению	107
Повседневные мелочи.....	133
Доброта — самое лучшее лекарство.....	144



ОТ АВТОРА

Сочетание нехитрого текста и смешных рисунков может объяснить детям простые истины намного понятнее, чем длинные нотации.

В. Г. Сутеев

Дорогие умные, добрые, внимательные, чуткие, терпеливые родители. Если вы держите в руках эту книгу, значит, вы выбрали правильный путь к сердцу и счастью своих детей.

Это означает, что вы сошли с пути крика, наказаний, ссор с ребенком. Каким бы натоптанным и коротким он не казался, он ведет в никуда.

Теперь вы знаете, что дети говорят на своем особенном языке — на языке сказок. Конечно, мы можем ругать, хвалить, переживать, заботиться, делать все то, что мы делаем обычно, на своем родном языке. А может, выучим «иностранный»?

Итак, изучаем язык сказок, притч, легенд и интересных игр! Научимся говорить на нем!

В первой книге «Игры и сказки, которые лечат» были предло-

жены «лекарства» от вредности, упрямства, жадности, застенчивости, жестокости и приведен новый практический курс Сказкологии и Сказкотерапии. Моя дочь растет, поэтому вместе с ней растут и сказки. В этой книге появились сказки для подростков, но остались и сказки, игры для самых маленьких, даже игры для младенцев.

В большинстве сказок указан возраст детей, для которых они предназначены. Некоторые игры и сказки приведены без каких-либо указаний, следовательно, решать вам, использовать ли их. Возможно, такие игры и сказки являются универсальными. Однако только вы можете определить, что уместнее всего использовать именно для вашего ребенка.

Удачи вам, дорогие взрослые!

ОБЕЩАЮ ГОВОРИТЬ ТОЛЬКО ПРАВДУ И НИЧЕГО, КРОМЕ ПРАВДЫ

Ложь — как витамин-драже: сначала кажется сладким, а раскусишь — становится горько.

Все лгут. И дети, и взрослые. Вероятнее всего, нет ни одного человека, который ни разу в жизни не солгал бы. Британские ученые подсчитали, что взрослый человек лжет в среднем 4 раза в день, а это 1460 раз в год. Самая распространенная ложь — фраза «Все хорошо», когда это не так.

Как ни странно, но даже заповеди не запрещают ложь. Заповедь о лжи гласит: «Не произноси неправдивого свидетельства на ближнего твоего». Означает ли это, что можно лгать о себе, но не о близких? А сказать своей подруге, что она очень полная, тоже можно? А если тебя спрашивают, где расположен штаб с оружием врага? Можно солгать? Или как?

А детские сказки? В них полно лжи и уловок.

Как лиса обманула волка, и его хвост примерз к полынье. А как Ивасик-Телесик обманул Бабу-Ягу и посадил ее в печь? А как в сказке «Мальчик-с-пальчик» родители отправили детей в лес по ягоды, а на самом деле хотели, чтобы они там заблудились и не вернулись?

Что и говорить, ведь сказка сама по себе «... ложь, да в ней намек».

Что же выходит: врать хорошо?

Конечно, нет. Ведь говорить правду намного легче и полезнее. К тому же во лжи очень легко запутаться.

Для родителей очень важно то, что ложь — это возможный симптом того, что ребенку плохо. Это словно крик о помощи, сигнал о том, что

не все хорошо в душе ребенка, в семейных отношениях, в душе у мамы или папы. Тогда

выясним, что не так, рассмотрим основные причины детской лжи.

ОСНОВНЫЕ ПРИЧИНЫ ДЕТСКОЙ ЛЖИ

► *Высокие требования родителей. Точнее — желание соответствовать этим требованиям*

Иногда единственной возможностью соблюсти все требования родителей (пусть даже

лишь на словах) оказывается ложь. Например, родители требуют, чтобы ребенок съел все до последней крошки. А еда просто «не помещается в животе» или кажется ребенку невкусной.

Пример из жизни

Мама Маши (4 года): «Маша пила чай. Я играла в комнате с младшей дочерью. Спрашиваю: «Ты весь чай выпила?» Маша отвечает, что весь. «Точно?» Маша уверяет, что точно. Через некоторое время младшая дочь опрокидывает на себя полную чашку. Но старшая так уверенно говорила, что все выпила?! Она же понимала, что я могу проверить».

Помните «Денискины рассказы», в одном из которых мальчик выбросил кашу в окно? Конечно, малыш может просто сказать, что все съел, даже если каша до сих пор в тарелке. Вспомните себя в детстве перед тарелкой, которая

казалась бездонной. Причиной такой лжи является непонимание родителями возможностей ребенка. Что ребенок может, а чего в определенном возрасте не может выполнить. Чтобы проверить себя, заполните тест на странице 15.

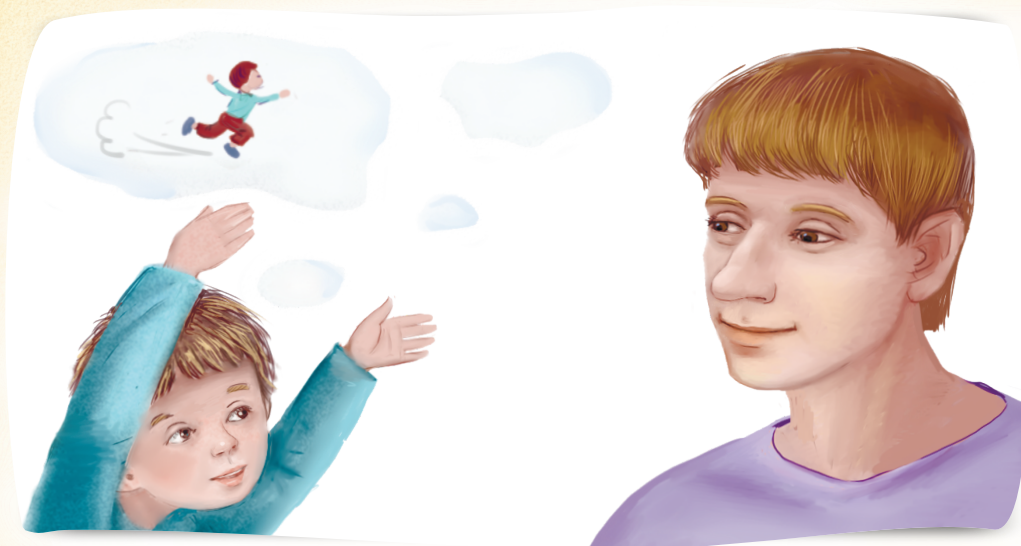


► *Страх наказания*

В таком случае ребенок лжет потому, что взрослые слишком часто и резко наказывают его за любую вину. Такой малыш не стремится казаться лучшим или соответствовать, хотя бы на словах, требованиям родителей. Он просто боится, что его накажут.

Продолжая тему еды, расскажу о девочке, которая до вечера носила за щекой кусок

котлеты и боялась выплюнуть его даже на улице, потому что была уверена, что воспитатель ее накажет. Ребенок, который в очевидной ситуации утверждает: «Это не я!» (разбил, сломал, убежал, ударил), лжет по этой же причине. Чтобы проверить, относитесь ли вы к строгим родителям, заполните «Таблицу для самоотчета родителей» на странице 13.



► *Мы сами учим ребенка
врать*

Взрослые тоже лгут. Относительно этого с ребенком

не поспоришь. Прежде чем ругать ребенка за ложь, просто посмотрите в «Зеркало» на странице 12.



► *Низкая самооценка*

Ребенок стремится казаться лучше перед взрослыми

или ровесниками. Например, говорит, что у него дома велосипед лучше, а вертолет на

радиоуправлении, и старший брат в девятом классе, и с папой они ездили на рыбалку.

А все для того, чтобы казаться лучше, чем он есть на самом деле.



► *Богатое воображение*

Ребенок фантазирует и не видит разницы? Часто такое случается с малышами, хотя развитие воображения достигает пика приблизительно к восьми годам. И чем младше

ребенок, тем крепче сплетены для него выдумка с реальностью. И чем сложнее отношения ребенка с окружающим миром, тем глубже он погружается в воображаемый мир.



► Недостаток внимания

Если родители очень заняты, ребенок может использовать ложку как плакат с надписью: «Ау! Я здесь! SOS! Караул! Вот я! Обратите на меня внимание!». Например, ребенок может патологически лгать и жульничать в школе для

того, чтобы родителей вызвали в школу, а мама с папой отпросились для этого с работы. В такой ситуации длинные нотации родителей — не наказание, а доказательство того, что малыша любят, о нем заботятся. И что важнее всего — им, родителям, не все равно!



ВЫВОД ПСИХОЛОГА

Как помочь ребенку и себе?

- Очень важно не пропустить за ложью глубокую проблему самого ребенка. Прислушайтесь: о чем ребенок лжет? Внимательно относитесь к его словам, даже если он говорит неправду. И задайте

себе два вопроса: «Какую проблему малыш сейчас решает (повышает самооценку, избегает наказания)?», «Какую пользу ребенок извлекает?». Не наказывайте ребенка, если вы не ответили честно на эти вопросы.

- Важно научить ребенка говорить правду. Не ругать за ложь, а постоянно показывать, что правда — это хорошо. Читать правильные сказки, рассматривать примеры, когда кто-то солгал и что из этого вышло. Объяснять, что быть честным намного легче и приятнее.

- Если вам пришлось сказать неправду и ребенок обратил на это внимание, не бойтесь объяснить, почему вы так сделали, и обязательно напомните, что говорить неправду плохо.

О том, что делать с безграничной фантазией ребенка, читайте дальше.



ЗЕРКАЛО

Как часто мы отчитываем своих детей за ложь, как мы хотим, чтобы они говорили нам только правду! И как часто мы сами бессовестно обманываем, даже не замечая этого.

Мы говорим: «Рад тебя видеть», а сами не рады. Мы говорим: «Все хорошо», а это не так. Мы говорим: «Я не взяла денег», чтобы не купить ребенку что-то. Но покупаем продукты, считая, что для этого деньги есть.

Что здесь говорить о фантазиях родителей о Деде Морозе, Зубной фее, Мышке, Бабайке и других? Не говорили ли вы

никогда ребенку, что «вон тот дядя заберет, если плохо себя вести»?

Знаю родителей, которые сами учат ребенка списывать. Или говорят: «Скажи в школе, что тебе было плохо». Недавно одна мама кричала вслед сыну: «Скажи, что забыл дневник!», чтобы ему не досталось за невыполненное домашнее задание. Примеров подобной родительской лжи можно привести немало.

И зря мы считаем, что дети не замечают, как мы сами говорим неправду.

ОБРАТНАЯ СТОРОНА МЕДАЛИ



Далеко не всегда ложь эгоистична или корыстна. Помните автобиографию Хемин-

Честные не лгут, когда не надо.

А. П. Чехов

гуэя? Когда у его семьи было мало денег, он говорил своей жене, что приглашен на обед, а сам часами гулял в парке и возвращался домой голодный. Добрая, милая, героическая, но все-таки ложь.

Не буду утверждать, что ложь полезна. Правда обычно дороже. Иногда сказать другу, что он ужасно выглядит и «нуж-

но что-то с этим делать» лучше, чем промолчать. Но иногда все-таки лучше сказать: «Это платье тебе очень идет!».

СКАЗКИ, ИГРЫ, ПСИХОТЕРАПЕВТИЧЕСКИЕ ПРИЕМЫ И ТЕХНОЛОГИИ

ТАБЛИЦА ДЛЯ САМООТЧЕТА РОДИТЕЛЕЙ

Как понять, строгие ли вы родители? Не перегнули ли палку с наказаниями? Можно ли вообще наказывать? Как часто и как сильно? Может, надо быть мягче? Или строже? Как часто критиковать ребенка?

Ответить на эти вопросы вам поможет такой наглядный тест. В течение одного дня заполните небольшую таблицу.

В таблице всего два столбца: слева — поощрение, справа — наказание. Лучше всего, если мама заполнит такую таблицу за папу, а папа — за маму.

ПООЩРЕНИЕ	НАКАЗАНИЕ
.	.
.	.
.	.
.	.

Чтобы заполнить левый столбец, надо вспомнить четыре основных вида поощрений:

- *Слова поддержки*: молодец, хорошо, умничек, мне нравится, как ты сделал, ух ты, здорово, люблю тебя.
- *Физический контакт*: объятия, поцелуи, нежные поглаживания и др.
- *Подарки*: вкусная (особенная) еда, наклейки, любые мелкие и большие подарки. Главное — не переборщить. Этот способ не должен стать основным в поддержке ребенка.
- *Время вместе*: общие игры, помощь в выполнении домашних заданий (но не контроль!), искренние беседы...

Каждый раз, выражая поощрение, обнимая ребенка или поддерживая его другим способом, в столбце слева ставьте галочку. В таблице отображается не только ваша строгость, но и наглядно видно, какой из способов поддержки и поощрения вы используете чаще всего (например, слова), а каким способом пренебрегаете (например, телесным контактом).



Интересно, что у каждого ребенка есть свой способ получить поддержку. Случается, что способ поощрения, который использует взрослый, не совпадает с тем, что нужно ребенку. Например, малышу нужно больше объятий, а взрослому это кажется излишними «телячьими нежностями». Или наоборот: иногда надо пожать сыну руку, сказать «молодец» по-мужски, а не по-женски обнимать-целовать.

Во втором столбце ставьте отметки каждый раз, когда говорите «нельзя», «прекрати», «сколько можно».

А теперь — самое главное. Заполнив таблицу, посчитайте количество галочек в первом и втором столбце. Оба числа напишите рядом. Если, по-вашему, некоторые пункты не соразмерны, вы можете оценить каждый пункт в баллах. Но эта оценка более субъективна.

Важно не то, как часто вы поощряете или наказываете ребенка. Важно соблюдать баланс. Оптимальным считают соотношение 5:1. То есть на каждые пять поощрений должно приходиться одно наказание или критика. Если наказаний больше, они перестают быть эффективными.

Тест для родителей «Особенности возраста»

Дайте ответы на вопросы и сравните их с приведенными ниже.

1. В каком возрасте ребенок может не только давать обещания, но и выполнять их? С какого возраста работает «честное слово»?
2. С какого возраста ребенок способен поддерживать общий порядок в своей комнате (или своих игрушках)?
3. Сколько раз должен питаться ребенок 2–3 лет? 3–6 лет? 6–12?
4. Ребенок интересуется своими гениталиями в 1–3 года, 3–6 лет, 6–12 лет. Нормально ли это? Как реагировать взрослым?