

Сложные ситуации в вопросах и ответах

www.dovosp.ru
«Дошкольное воспитание»

А. Бучкова,

детский психолог, кандидат социологических наук, Москва

Актуальный разговор затронет непростые вопросы, которые нередко приходится обсуждать с детьми:

- Развод. Например: «Что будет со мной после расставания мамы и папы?».
- Появление детей. Например: «Откуда берутся дети?».
- Старость. Например: «Как вести себя с пожилыми людьми?».

? Разводимся с мужем. Ребенку не говорим. Пока живем вместе, но после развода разъедемся. Как рассказать ребенку (6 лет), чтобы не травмировать его? Часто ссоримся с мужем, поэтому не уверена, что получится совместный разговор. По этому поводу тоже сильно переживаю.

Не травмировать ребенка не получится. Скорее всего, на интуитивном уровне он чувствует, что что-то меняется. Но вполне возможно свести последствия стрессовой ситуации к минимуму. Для этого важно обратить внимание на следующие моменты:

- Акцентировать внимание ребенка на том, что родители любят его, как и прежде.
- Подчеркнуть, что в происшедшем нет никакой вины малыша.
- Обратить его внимание на необратимость процесса расставания.
- Подробно обсудить, как будет устроена жизнь ребенка после разъезда родителей.
- Предоставить ему полную свободу общения с обоими родителями.
- Поддерживать, окружать вниманием и заботой, помогать справиться с трудными чувствами.

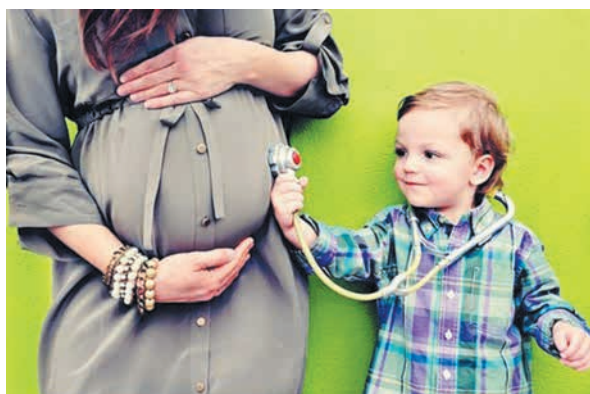


те, что дети чувствуют ваше беспокойство и сами начинают вести себя так же. Поэтому первое, что нужно сделать, – успокоиться и настроиться на позитивный лад.

? Дочке пять с половиной лет. Недавно ее сверстницы рассказали ей правду о том, откуда берутся дети. Ее сильно шокировало то, что она узнала. Информация негативно окрашена, отношение как к чему-то плохому, запретному, постыдному. Мы не акцентировали внимание на деталях, говорили, что купили ее в магазине, и это объяснение вполне устраивало. Не знаем, как быть теперь.

Конечно, лучше, чтобы такая информация поступила к ребенку от родителей. И произошло это ранее достижения возраста пяти лет – как только малыш начинает задавать такие вопросы, или по инициативе родителей – после трех лет. Крайне важно, чтобы информация была правдивой. Как лучше объяснить ребенку (в зависимости от возраста), откуда он появился, мы обсуждали в рамках рубрики «Актуальный разговор» (Дошкольное воспитание. 2017. № 4).

В сложившейся ситуации маме нужно откровенно поговорить с дочерью, чтобы выяснить, какие моменты ее особенно шокировали; постараться сгладить их, сделать акцент на любви как на важной составляющей появления детей;



корректно, с учетом ее возраста обсудить различия между мальчиками и девочками, процессы зачатия, вынашивания и рождения детей. Для этой цели подойдут тематические детские энциклопедии, а также психотерапевтическая сказка в данной рубрике. Сказка и особенно последующее совместное рисование позволят преодолеть негативные стороны возникшей ситуации и переори-

ентировать ребенка на позитивные. Обычно этого бывает достаточно, но если обида дочери по отношению к родителям и негативное отношение к этой деликатной теме сохранятся и после, тогда лучше не затягивать с визитом к детскому психологу.

? Заметили, что сын (4 года) неуважительно относится к своим бабушкам и дедушкам. Считает их медлительными и скучными. Не всегда хочет помогать им. Как изменить подобное отношение?

Оптимально начинать со знакомства с темой старости в целом. Дошкольный возраст считается подходящим для этого, даже если сам ребенок не задает подобных вопросов. Лучше, чтобы при таких беседах присутствовали представители старшего поколения. Демонстрируем фото и видео из семейного архива. При этом обращаем внимание на то, что «когда-то бабушка была такой, как сейчас мама, а мама была такой же маленькой, как и ты». Пусть бабушка и дедушка поделятся жизненными историями из своего детства, подчеркнут, что это было очень давно. Важно сформировать у ребенка представление, что старость приходит, но ему до этого еще далеко. При этом говорим об ухудшении здоровья, морщинах и седине, но акцент делаем на мудрости и опыте.



Что касается уважительного отношения к старшему поколению, то тут большое значение имеет личный пример родителей, их помощь своим мамам и папам, характер общения с ними. Необходимо избегать выяснения отношений и тем более оскорблений по отношению друг к другу в присутствии малыша; напоминать ребенку, как тяжело ему бывает что-то делать, когда он устал, и подчеркивать, что бабушки и дедушки устают быстрее и нуждаются во внимании и заботе. Общение и помощь им должны быть регулярными и сочетаться с приятным для малыша времяпрепровождением: совместными спокойными играми или вкусной трапезой. Также родителям необходимо самим всегда уступать пожилым людям место в транспорте, помогать с тяжелыми сумками и хвалить за подобную инициативу ребенка, а также высказывать свое неодобрение к любым проявлениям неуважительного отношения к старости.

Психотерапевтические сказки, которые помогают построить беседу с ребенком на непростые темы (развод; появление детей)

«Как Енотик расставался/ась с печалью»

Проблема. Необходимость психологически подготовить ребенка к предстоящему разводу родителей.

Сказка используется как ресурс, который поможет в дальнейшем сообщить о разводе мамы и папы. В этой связи начинать работу с ней оптимально за несколько недель до непростого разговора.

У быстрой реки жила-была семья Енотов: папа, мама и их сын Енотик. (Если сказка предназначена девочке, то здесь и далее по тексту окончания в прилагательных и глаголах – женского рода, а слова «мальчик» и «сын» заменяются на «девочка» и «дочь». Имя остается прежним – Енотик. Структура семьи Енотов идентична семье ребенка. – Авт.) Енотик рос жизнерадостным и храбрым. Он любил играть с друзьями в салочки, а вечерами играть с родителями в «Крокодила». (Описание героя сказки максимально повторяет интересы и черты характера малыша. – Авт.) С мамой и папой всегда было весело и интересно, а любимым лакомством всех членов семьи был фруктово-ягодный салат, который готовила мама. Каждый раз в нем было разное сочетание фруктов и ягод, поэтому он всегда был разноцветным и по-новому вкусным. Енотик называл его «салат-сюрприз».

Одним теплым весенним утром, когда звонко пели птицы, маленький енот проснулся раньше обычного. Он нежился в постельке и щурился от яркого солнышка, которое щекотало ему носик. И тут услышал, как папа с мамой спорят. Было непонятно, о чем они говорят. Но по тону и громкости их голосов чувствовалось, что беседа неприятна им обоим. Енотику стало не по себе. Когда он спустился на кухню, то папы уже не было дома.

– Где папа? – тревожно спросил он у мамы.

– У папы важные дела. Он уехал, – сухо ответила она.

Енотику стало еще больше не по себе. Но мамин салат-сюрприз отвлек его. Он целый день играл с другими малышами-енотами в салочки.

Возвращаясь вечером домой, Енотик предвкушал веселую игру с родителями. Но отца до сих пор не было дома.

– Где папа? – Голос Енотика дрожал.

– Папы сегодня не будет, – грустно ответила мама. – Он приедет завтра.

На следующее утро маленького енота вновь разбудил разговор мамы и папы. Он вскочил с постели и бросился встречать отца. Енотик был так рад, что папа снова дома.

– Мы хотим поговорить с тобой, сынок, – после крепких объятий обратился к нему папа-енот. Он предложил всем сесть за большим круглым столом на кухне. – Мы с мамой решили больше не жить вместе. Мы разлюбили и перестали

понимать друг друга. Поэтому я переезжаю. (Чем старше ребенок, тем больше подробностей о причинах и деталях развода можно добавить в этот абзац. – Авт.)

Эти слова сильно расстроили Енотика. В его голове крутились грустные мысли: «Это все из-за меня. Я виноват. Не всегда убираю за собой игрушки, часто разбиваю тарелки и стаканы. Я очень неаккуратный. Наверное, папе надоело жить в грязи, и он разлюбил меня».

– Мы с папой очень сильно любим тебя. Ничего не изменилось. И твоей вины в нашем расставании нет, – как будто прочитала его мысли мама. – Ты сможешь видиться с папой по выходным и в любой другой день, когда захочешь, и у папы будет свободное время.

– И звонить мне ты можешь в любое время, – добавил отец. – Несмотря на то что так произошло, я благодарен маме за все, и у тебя по-прежнему есть и папа, и мама. Мы твоя семья.

– Я тоже благодарна тебе за все, – с грустной улыбкой обратилась к отцу мама. – Енотик, мы решили, что папа полностью переедет только через две недели. До этого времени он практически каждый вечер будет проводить с нами.

Слова родителей немного успокоили маленького енота. Но он по-прежнему сильно переживал из-за случившегося. Енотик все время думал о том, как помирить папу с мамой. Расхваливал мамин салат-сюрприз и другие ее таланты. Каждый вечер предлагал всем вместе поиграть в «Крокодила». А когда папа переехал, постоянно приглашал его в гости, просил помочь прикрепить к стене полку в ванной или починить сломанную игрушку. Однако все было напрасно.

Енотик продолжал грустить и постоянно беспокоился при приближении выходных: «Придет ли папа? А вдруг забудет?». Но отец всегда приходил за ним. Они даже начали ездить к нему в гости. Енотику сначала было очень непривычно у папы дома, но прошло немного времени, и он привык к новой обстановке. Если он просил маму разрешить ему остаться у отца на выходные или даже на неделю, то она не возражала.

Енотик всегда внимательно слушал разговоры мамы и папы. Он сильно печалился, если они начинали спорить. Особенно когда это касалось его. Например, на прошлой неделе мама сказала отцу, что хочет повести Енотика на волейбол, а папа ответил, что ему лучше ходить на бокс. Мальчику было очень грустно после этого разговора. Это заметила бабушка, которая приехала к ним погостить.

– Почему ты такой грустный, внучек? – поинтересовалась она у него. – Уже второй день практически не улыбаешься и почти не играешь.

Енотик рассказал любимой бабушке о своих переживаниях и тревогах.

Она объяснила внуку, что у каждого человека может быть собственная точка зрения по разным вопросам. Он вправе ее высказывать, спокойно и рассудительно отстаивать. Не всегда люди приходят к согласию. В таких случаях говорят, что каждый остался при своем мнении. Но при этом важно уважать точку зрения другого.

– На какие занятия ты теперь ходишь? – спросила бабушка у Енотика.

– Родители спросили меня, чего я хочу. И я попросил ходить на шахматы.
– Вот видишь – так они нашли выход из своего спора. При этом все остались довольны, – сказала бабушка и крепко обняла маленького енота. Енотик грустно улыбнулся.

– Но в твоём сердце поселилась печаль. Я чувствую это, – заметила бабушка. – Грустить неплохо, но только если иногда. А когда это происходит так часто, то нужно найти способ расстаться с печалью.

– Какой? – поинтересовался Енотик.

– Только ты знаешь, какой способ подойдет тебе. Это должно быть занятие, которое приносит тебе радость. Тогда и грусть отступит.

Енотик много думал над словами мудрой бабушки. И придумал. Он предложил папе вместе ловить рыбу. А то, что они поймали, готовил вместе с мамой. Затем они устраивали совместный ужин втроем. Ловля рыбы и ужины помогли Енотику расстаться с печалью, потому что каждый раз приносили ему много радости. Маленький енот хорошо запомнил слова бабушки: «Твои папа и мама больше никогда не будут жить вместе, но навсегда останутся с тобой». И он нашел способ хоть ненадолго, но быть всем вместе, объединил всех с помощью вкусной рыбки.

(Ребенка старше пяти лет спрашиваем: «Как еще можно было помочь Енотику расстаться с печалью?». Или предлагаем придумать способ преодоления грусти самому. – Авт.)

Ритуалы. Во время реального разговора о расставании родителей делаем акцент на их любви к ребенку и приводим аналогию с семьей Енотов. Предлагаем способ побыстрее расстаться с печалью – выбираем совместное дело для всех членов семьи, которое поможет взаимодействовать с обоими родителями как раньше (например, та же игра «Крокодил», совместные ужины по выходным или вечернее чтение сказок с помощью интернет-технологий). Обсуждаем возможность общаться с родителями в любое время.

Вопросы

- Расскажи о семье Енотов. Что тебе особенно понравилось в их жизни у реки?
- Какое решение приняли папа и мама Енотика?
- Как ты думаешь, почему маленькому еноту не удалось помирить родителей и вернуть то время, когда папа жил вместе с ними?
- Что Енотика особенно расстраивало?
- Как ты считаешь, чем ему помогла любимая бабушка?
- Какой выход он нашел, чтобы расстаться с печалью?
- Что можно было придумать вместо совместных рыбных ужинов?



«Сказка о первой семье королевства Хрустальных Ваз»

Проблема. Поступивший от ребенка вопрос: «Откуда берутся дети?».

Предпочтительно, чтобы со сказкой малыша знакомил родитель одного с ним пола. Часть с объяснением половых различий, а также процесса зачатия, вынашивания и рождения ребенка можно заменить или дополнить изучением детской энциклопедии на эту тему.

Часть I. (Части введены для того, чтобы убирать те, которые не соответствуют возрасту ребенка. Данная часть озвучивается детям всех возрастов. – Авт.)

Расскажу тебе (прочитаю тебе/сейчас ты прочтешь. – Авт.) сказку, которая ответит на вопрос, откуда ты появился. (Или любой другой вопрос по этой теме, который задал ребенок. – Авт.) Кто-то может сказать, что детей приносит аист, их находят в капусте или покупают в магазине. Но это не так.

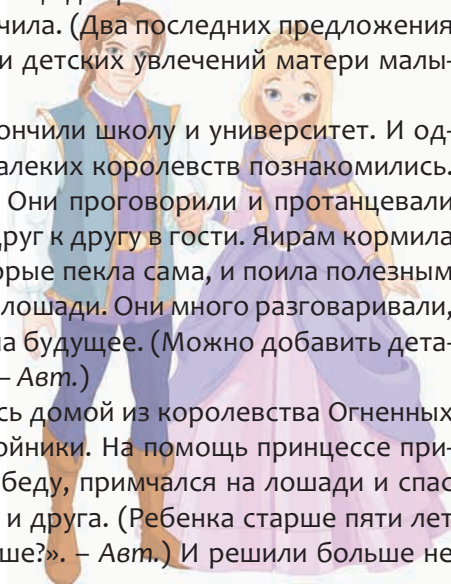
Дети появляются в нашем мире после большой любви. Так случилось в первой семье королевства Хрустальных Ваз.

Но обо всем по порядку. Давным-давно в королевстве Огненных Колесниц рос маленький принц Нави. (Используется имя отца ребенка, прочитанное задом наперед. Здесь приведен пример с именем Иван. – Авт.) Он с детства был умным и внимательным. Много времени проводил за конструктором, строил из него дома, мосты, машины и даже создавал людей и животных. (Два последних предложения можно заменить на описание черт характера и детских увлечений отца малыша. – Авт.)

В соседнем королевстве Песчаных Дюн росла принцесса Яирам. (Используется имя матери ребенка, прочитанное задом наперед. Здесь приведен пример с именем Мария. – Авт.) Она была очень красивой, а еще доброй и заботливой. Любила играть в куклы: одевала их, кормила, лечила, учила. (Два последних предложения можно заменить на описание черт характера и детских увлечений матери малыша. – Авт.)

Время шло, принц и принцесса выросли, окончили школу и университет. И однажды теплым вечером, на балу в одном из далеких королевств познакомились. Нави и Яирам очень понравились друг другу. Они проговорили и протанцевали весь вечер. И подружились. Часто приезжали друг к другу в гости. Яирам кормила принца вкусными заварными пирожными, которые пекла сама, и поила полезным травяным чаем. Нави учил принцессу ездить на лошади. Они много разговаривали, рассказывали о своей жизни и о своих планах на будущее. (Можно добавить детали знакомства и общения родителей ребенка. – Авт.)

В один из таких вечеров Яирам возвращалась домой из королевства Огненных Колесниц в своей карете. На нее напали разбойники. На помощь принцессе пришел Нави. Он почувствовал, что она попала в беду, примчался на лошади и спас Яирам. В тот день оба поняли, что любят друг и друга. (Ребенка старше пяти лет спрашиваем: «Как ты думаешь, что было дальше?». – Авт.) И решили больше не расставаться.



Они поженились и создали свое собственное королевство.

– Ты запомнил, как оно называлось? (Если сказка предназначена девочке, то здесь и далее по тексту окончания в прилагательных и глаголах – женского рода, а слова «мальчик» и «сын» заменяются на «девочка» и «дочь». – Авт.)

– Хрустальных Ваз.

– Точно. Теперь они стали королем и королевой – первой семьей этого королевства. От их сильной любви и нежного отношения друг к другу через некоторое время в животике у Яирам начал расти малыш.

Часть II. (Данная часть озвучивается детям старше трех лет. – Авт.)

Ты, наверное, заметил, что мальчики и девочки отличаются друг от друга. У мальчиков внизу живота есть то, что очень похоже на краник и под ним два маленьких мешочка. А у девочки ниже живота есть то, что похоже на персик, и один невидимый нам мешочек в животике. Когда мальчик вырастает, в его мешочках появляется много маленьких семечек. Одно из семечек селится в большом мешочке у будущей мамы и начинает расти. Оно превращается в маленького мальчика или девочку. Для будущих мамы и папы это не важно, они одинаково любят и сына, и дочь. Потому что хорошо быть и мальчиком, и девочкой.

Так вот, животик королевы Яирам становился все больше и больше, в нем рос мальчик. Одним солнечным радостным днем он вышел через щелочку в мамином теле.

Часть III. (Данная часть озвучивается детям старше пяти лет. – Авт.)

Ты, наверное, заметил, что мальчики и девочки отличаются друг от друга. У мальчиков внизу живота есть то, что очень похоже на краник, и называется это «пенис». А под ним – два маленьких мешочка. Это яички. У девочки под животом есть то, что похоже на персик. Это влагалище. И мешочек в животике – матка. Когда мальчик вырастет, в его яичках появляется семя – жидкость, в которой плавают маленькие «головастики» – сперматозоиды. Одна из таких клеточек взрослого мужчины соединяется с клеточкой его любимой жены – крохотным яичком, которое называется яйцеклеткой. Они начинают расти в матке взрослой женщины и превращаются в маленького мальчика или девочку. Для будущих мамы и папы это не важно, они одинаково любят и сына, и дочь. Потому что хорошо быть и мальчиком, и девочкой. Это весело и интересно.

Так вот, живот королевы Яирам становился все больше и больше, в нем рос мальчик. Через девять месяцев одним солнечным радостным днем он вышел через щелочку во влагалище.

Часть IV. (Данная часть озвучивается детям всех возрастов. – Авт.)

Так у короля Нави и королевы Яирам родился сын Нотна. (Используется имя ребенка, прочитанное задом наперед. Здесь приведен пример с именем Антон. – Авт.) У него были голубые глаза и светлые волосы, маленькие ручки и ножки. Король и королева стали папой и мамой, которые сильно-сильно любили не только друг друга, но и своего малыша.

Точно так же в нашей семье появился ты. Ведь все взрослые немного короли и королевы, а все дети – принцы и принцессы.

Ритуал. Рисуем сказку вместе с ребенком, чтобы понять, как он ее воспринял. Это позволяет определить, достаточно ли полученной информации, или она нуждается в дополнении или корректировке.

Вопросы и предложения

- Расскажи о маленьком принце Нави. На кого он похож?
- Что ты запомнил о маленькой принцессе Яирам? На кого она похожа?
- Как принц и принцесса познакомились друг с другом?
- Как они поняли, что любят друг друга? Что произошло после этого?
- Чем отличаются мальчики и девочки? Покажешь мне главные отличия в энциклопедии? (Вопрос для детей старше трех лет. – Авт.)
- Где растет малыш до того, как появляется на свет? Как выходит оттуда? (Вопрос для детей старше трех лет. – Авт.)
- Хочешь, нарисуем эту сказку вместе?

Предлагаем вам очередное **задание** по составлению психотерапевтической сказки, которая будет опубликована к концу года. Нам осталась такая ее важная часть, как вопросы в процессе или после прочтения истории. Независимо от темы сказки мы спрашиваем у ребенка о том, почему произошли те или иные события и как их можно было избежать, а также как главный герой вышел из положения и что еще ему можно было сделать для достижения успеха. Какие еще вопросы вы считаете важными и обязательными? А какие второстепенными и, возможно, даже ненужными?



Анонс

В следующем номере разберем темы самообслуживания ребенка и преодоления вредных привычек. Ответим на поступившие вопросы и предложим психотерапевтические сказки вам в помощь.

С нетерпением ждем актуальных вопросов, а также предложений по составлению финальной психотерапевтической сказки по прежнему адресу:

info@dovosp.ru

Обязательно сделайте пометку: Рубрика «Актуальный разговор». Сказки.

До скорой встречи !