

ЗАСТЕНЧИВЫЙ РЕБЁНОК

(или ребенок, которого не слышно)

Застенчивый ребенок – идеал: он робок, тих и удивительно послушен, безмолвен, словно тень, ни в чем Вам не перечит, похож на пластилин, который можно мять как хочешь и когда захочешь, чтоб что-то вылепить или разрушить то, что было. Такой ребенок не устроит Вам истерику, в гостях не станет вождем краснокожих, а просто будет правильным «пай-мальчиком», своей воспитанностью потрясая всех вокруг. Уже в три года он способен управлять собою и не выплескивать эмоции наружу. И кризис возраста трех лет проходит для него почти бескризисно. Такой ребенок – часть комфорта для родителей и удивительно удобен Вам: он есть... и в то же время его нет... вернее, нет тех атрибутов детства, которые лишают Вас покоя и создают Вам разные проблемы. Такой ребенок просто беспроblemен. Он словно Божий дар, в виде «небесной манны»... И, наслаждаясь этой «манной», Вы навряд ли хоть когда-нибудь задумались над тем, за что Вам выпало такое, за что Вам в жизни повезло. И если это так удобно Вам, удобно ли все это для ребенка? И только лишь в тех случаях, когда малыш Ваш сверхзастенчив: всего боится, избегает сверстников, ни с кем не дружит, «изолируется» и «дичает», Вы начинаете с тревогой бить в набат. И бьете долго и настойчиво, не понимая, что с ним происходит и почему Вам стало не под силу вдруг управлять податливым ребенком, которым раньше и не надо было управлять.

А вот сейчас он стал неуправляем и до него не достучаться Вам, как будто в нем «кипит» какой-то свой Везувий, который невозможно погасить... «Кипит» Везувий, разгораясь все сильнее, и лава его извергается... вовнутрь, испепеляя самого ребенка, сжигая всю его неповторимость и обезличивая уникальность. «Кипит» Везувий... разгораясь все сильнее... И как бы это ни казалось Вам парадоксальным, но вулканическую массу «разбудили» Вы, Вы – и никто другой. Давайте вспомним, как буквально с первых дней после рождения Вы культивировали ощущение зависимости у ребенка, во всем подчеркивая свое превосходство. Нередко даже преднамеренно, специально Вы провоцировали у него тревогу перед обычными житейскими невзгодами, которые ничто не стоит устранить. Воспитывая малыша «кнутом и пряником», Вы лишний раз подчеркивали всем, как он бессилен, беспомощен, незащищен... В порывах гнева Вы отыскивали у ребенка только недостатки, из-за которых он и так страдал. Уже в три года Ваш малыш обычно знал, что он – тупица, урод, неумейка, совсем без рук, все делает не так, что он намного хуже, чем другие дети... Короче говоря, вместо того чтобы возвысить своего ребенка в его же собственных глазах, Вы, не задумываясь о последствиях, не возвышали, а принижали его с каждым разом лишь все ниже, не успокаиваясь до тех пор, пока он сам не стал Великим Инквизитором себе, занизя так свою самооценку, как Вам не снилось даже в самом страшном сне, смирившись с тем, что он тупица, урод, неумейка, совсем без рук, все делает не так, намного хуже, чем другие дети...

Он оценил себя, сравнил с другими и выбрал средство обороны, чтобы выжить, – замкнулся, как улитка, в раковину – в пелену застенчивости, обуреваемый весь с головы до пят глобальным страхом: «Я не такой, как все. Я хуже всех...» Однако это уже было все запрограммировано Вами еще тогда, когда он не родился. Вы слишком высоко подняли планку своих надежд, мечтая о ребенке. Вам так хотелось, чтобы он собою удивил весь мир, взобравшись выше Эвереста. Но Эверест обычно покоряют только избранные. А Ваш ребенок оказался как и все другие. Но почему-то, давно примирившись со своей ординарностью, Вы не хотите примириться с ординарностью его, и требуете от ребенка неосуществимого. А он, не зная, что это неосуществимо, пытаюсь угодить Вам, падая и спотыкаясь, свои бесчисленные шишки, ссадины, царапины способен объяснить лишь только собственным несовершенством, из-за которого боится уронить себя в глазах других, особенно в глазах ровесников. И чтобы это в самом деле не свершилось, он превращается в заложника застенчивости – червя, подтачивающего его все время изнутри.



Теперь он видит в каждом встречном эмоциональную угрозу, блокирует контакты со многими людьми и... делает шаг к одиночеству... Ведь одиночество так безопасно, в нем нет риска стать отвергнутым, отвергнутым как взрослыми, так и детьми. И это все способна оправдать застенчивость, напоминающая зонт, который не дает «промокнуть» ребенку даже в сильнейший ливень, не то что в слепой летний дождь. Поэтому однажды внезапно выбранный ребенком полностью интуитивный «выход» невольно превращается в стереотип, и ореол застенчивости даже начинает привлекать всех своей поразительной загадочностью: а вдруг и в самом деле это клад... Застенчивый ребенок не шалун, не хулиган и не проказник... К тому же в играх он – не нападающая сторона. Пожалуй, он обычно вообще избегает игры, боясь, что что-то сделает не так. Оценки сверстников ему не безразличны. Они, скорее всего, для него важнее, чем оценки мамы с папой, поэтому малыш не может перед сверстниками упасть в грязь лицом, особенно тогда, когда он в чем-то уступает им. Но если даже и не уступает, а делает намного лучше, чем другие, и собирается все это показать, внезапно чей-то голос изнутри вдруг начинает вдалбливать ему: «Не смей, не надо, вдруг не получится, вдруг сделаешь не так, все будут над тобой смеяться и злословить, ты снова станешь хуже всех... Не смей, не надо...» И вместо того чтобы сделать шаг вперед, ребенок просто отступает и отступает без предела. Поэтому, чтоб Ваш малыш сам оседлал свою застенчивость, учите его быть уверенным в себе и жить без комплекса неполноценности, который постоянно гложет его душу.

КАК ЖЕЛАТЕЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ

- * Быть очень деликатным с ним и не разочаровываться в нем.
- * Не отвергать его и не использовать авторитарный метод воспитания, также как и гиперопеку.
- * Не возлагать завышенных надежд.
- * Не превращать ребенка в Золушку.
- * Все делать так, чтоб Ваш малыш не чувствовал себя незащищенным и зависимым от Вас.
- * Гасить тревогу по любому поводу.
- * Не культивировать стереотип застенчивости, дав ей возможность из обычной для всех нас ситуационной стать вдруг устойчивой чертой характера.
- * Учить свободно выражать свои эмоции и чувства сначала в играх, а потом и в жизни.
- * Повысить уровень его самооценки, не позволяя ему плохо отзываться о себе.
- * Учить, чтобы ребенок уважал себя.
- * Хвалить и делать ему комплименты.
- * Формировать уверенность в себе, особенно в различных начинаниях.
- * Прийти на помощь при возникших неудачах, предотвратив реакцию на них как следствие его неполноценности.
- * Помочь ему найти все то, в чем он намного превосходит своих сверстников, и этой сильной стороной уравновесить слабую как средством компенсации всех недостатков.
- * Подталкивать почаще на дела, где его ждет заслуженный успех.
- * Учить ребенка идти на разумный риск, уметь переносить все поражения.
- * Тренировать с ним навыки общения.

КАК ЖЕЛАТЕЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ

- * Любыми способами поощрять все игры его со сверстниками, все время расширяя круг его знакомств и приглашая детей в гости.
- * Помочь найти такого друга, который мог бы защищать его в среде ровесников.
- * Не сравнивать его обычный внешний облик с другими, более смазливymi детьми и не оценивать достоинства ребенка шкалою красоты.
- * Не критиковать вслух ум Вашего ребенка.
- * Не создавать такие ситуации, в которых бы он ощущал себя неполноценным и стал объектом бы даже для самых невинных шуток и насмешек.
- * Ребенок должен ощущать, что он неповторим.
- * Быть нежным с ним.
- * Сочувствовать ему. Поддерживать его.
- * И первым сделать первый шаг ему навстречу, чтоб перекинуть мост доверия, который соединил бы еще крепче Вас и Вашего ребенка. Воспитывая в этом духе малыша, Вам надо помнить, что больше трети взрослых людей в мире страдают от присущей им застенчивости, мешающей реализовать себя. И в раннем детстве их родители сумели это все предусмотреть, откорректировав все недостатки, вместо того, чтоб усугублять, застенчивость их вряд ли расцветала, в конце концов такой дав «урожай». Короче говоря, даже у детей с предрасположенностью к застенчивости в связи с особенностями их нервной системы при правильных и щадящих методах воспитания ее возможно полностью предотвратить или уменьшить ее негативное влияние на жизнь ребенка.

КАК НЕ ЖЕЛАТЕЛЬНО ВЕСТИ СЕБЯ РОДИТЕЛЯМ С ЗАСТЕНЧИВЫМ РЕБЕНКОМ

- # Специально культивировать застенчивость и комплекс Гадкого утенка у ребенка, показывая свое превосходство.
- # Все время подавлять и унижать его, снижая уровень самооценки.
- # Стараться помочь малышу держать маму за юбку в присутствии других, не поощряя отрыв от нее.
- # Воспитывать путем гиперопеки или, наоборот, гипоопекой.
- # Все время предъявлять завышенные требования к нему и возлагать высокие надежды, которые навряд ли он осуществит.
- # Критиковать физические недостатки и ум ребенка.
- # Подчеркивать его неполноценность.
- # Высмеивать в присутствии других.
- # Любыми способами провоцировать тревожность.
- # Не разрешать играть с детьми и изолировать от сверстников, не одобряя всех его друзей.
- # Подчеркивать его незащищенность, зависимость от Вас. Ругать за то, что он застенчив, усугубляя этим его комплекс неполноценности.

