СЕРГЕЙ ТРУХАНЕНКО

КАК НАУЧИТЬСЯ ЛЮБИТЬ ДЕТЕЙ

ПРАКТИЧЕСКОЕ ПОСОБИЕ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

Сергей Александрович Труханенко

Как научиться любить детей. Практическое пособие для родителей

http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=28067716
ISBN 9785449008749

Аннотация

Данный продукт является исключительно практическим. Предназначен стать надежным путеводителем для всех родителей в отношениях с детьми. Рекомендации, предложенные в книге, являются простыми, приятными, а самое главное очень эффективными.

Содержание

Оглавление 5
Предисловие 7
Дети, они с другой планеты 10
Как мы взаимодействуем с детьми? 13
Маршрут движения 16
Обнимания 19
Безопасность для ребенка 20
Конец ознакомительного фрагмента. 22

Как научиться любить детей Практическое пособие для родителей

Сергей Александрович Труханенко

© Сергей Александрович Труханенко, 2017

ISBN 978-5-4490-0874-9
Создано в интеллектуальной издательской системе Ridero

Оглавление

Предисловие

Дети, они с другой планеты

– Дети отличаются от взрослых

– Как мы взаимодействуем с детьми?

– Маршрут движения

Обнимания

– Безопасность для ребенка

– Опыт в детских лагерях

– Опыт в семье

– Социальный закон

Фраза « Я тебя люблю»

– « Я тебя люблю» для взрослого человека

– « Я тебя люблю» для ребенка

– « Я все равно тебя люблю»

Слушайте своего ребенка

– О чем же говорят наши дети? Это момент доверия

– Дети говорят, что «все хорошо».

– Я перестал додумывать за своего ребенка и понял, что с ним все в порядке

– Детские вопросы нуждаются в ответах

Расскажите ребенку о своей не идеальности

– Родители для ребенка образец для подражания

– Дети недотягивают до идеальных родителей

– Формируется колоссальное доверие
– Ребенок понимает, что с ним все хорошо и он нормальный
Такого ребенка больше нигде нет
– Что Ваш ребенок может делать, не замечая времени?
– Ребенок не обязан проживать Вашу жизнь.
– В ребенке имеется огромный кладезь энергии.
– Позвольте Вашему ребенку, Вас этому научить.
Смех для ребенка – это НОРМА
– Смех нормализует ВСЕ процессы в организме.
– Совместная смехотерапия. Это доктор прописал.
Закон сохранения энергии
– Вы начнете давать себя.
– Невозможно дать яблоко, если его нет.
– Действия для себя любимых.
Послесловие

Предисловие

Я приветствую Вас, мой дорогой читатель. Я с огромным уважением и каким – то восхищением отношусь к Вам. К Вам, кто решил обратить свое внимание и уделить, частичку своего времени, такому не простому, но при этом очень интересному вопросу, как взаимодействие с детьми.

Лично, когда я обратил свое внимание, на то, что мне необходимо, что то менять в себе, в своем поведении, так как отношения с моим сыном перестали меня радовать, то испытывал, что то типа страха или же напряжения. Я считал эту тему, для себя, очень тяжелой и не понятной. Вскоре же она стала большей частью моей жизни. Я полностью погрузился в изучение данного вопроса. И я обратил внимание, что я становлюсь, самым настоящим автором, своих отношений с моими детьми, я получаю, такие отношения, которые строю сам. А не те, которые развивались до этого момента, как бы сами собой. Сами собой растут, как правило, сорняки, а вкусный и приятный плод, требует, не буду писать, усилий. Требует, определенной последовательности, действий. Действий, которые помогли не только мне, но и моим клиентам и друзьям. Помогли создать отношения со своими детьми, которые наполнены, самым главным, они наполнены уважением и любовью. И как следствие, эти отношения наполнены детскими улыбками и смехом, самым

естественным состоянием ребенка.

В данной книге, предложены, достаточно простые, но в то же время, весьма эффективные рекомендации или же шаги, которые постепенно, но очень верно, начинаю наполнять отношения с детьми смыслом и радостью. Книга лишена, каких то сложных психологических терминов и определений. Каких – то не понятных приемов или же действий. Книга писалась о детях, для родителей. Абсолютно, каждый родитель, может применять, данные рекомендации, без особой или специальной, как я выражаюсь, подготовки. Ведь, если Вы являетесь родителем или же только планируете ими стать, то значит, у Вас уже все есть для воспитания, Вам это все уже дано. Инструменты в данной книге простые, приятные и эффективные.

Нам родителям, дана прекрасная возможность, не только помочь нашим детям, обрести уверенность в себе, которая будет следовать с ними, на протяжении всей их жизни. Но и так же заложить в наших детей фундамент семейных ценностей и традиций, которые подобно цепной реакции будут переходить от одного поколения к другому. Ведь не секрет, что детей можно воспитывать сколько угодно, но походить они будут всегда на своих родителей.

Поэтому у Вас, мой дорогой читатель, есть прекрасная возможность создать атмосферу любви и радости, которая будет не только радовать лично Вас, но и Ваших детей, а так же еще будет являться мощной и естественной плат-

формой для успешной и счастливой жизни Ваших детей, Вашего продолжения.

Поэтому я с огромным удовольствие приглашаю Вас в своеобразное путешествие, в котором Вы ближе познакомитесь со своими детьми. Познакомитесь с их внутренним миром, с их эмоциональной особенностью. Я познакомлю Вас с Вашим ребенком с той стороны, с которой лично мне, не приходило в голову обратить свое внимание. Но это сторона наших детей, является очень энергоемкой и самым непосредственным образом влияет на качество наших отношений и как следствие на эмоциональное состояние ребенка. Эмоциональное состояние ребенка, в свою очередь, определяет его уровень или же качество его жизни. Его общение с ровесниками, успеваемость в школе, если хотите, энтузиазм и проявление интереса, к самой жизни. Эмоциональное состояние ребенка, как и у любого человека, просто у ребенка в большей степени, определяет все в его жизни, все аспекты и все главы. Поэтому этот вопрос очень важен. Его очень важно раскрыть для родителей, потому, что как я уже писал, мы не всегда обращаем на это свое внимание.

Я очень надеюсь, что смогу раскрыть в своей книге, доступным и понятным языком, весь тот багаж знаний и опыта, который я приобрел за годы своей работы и практике с детьми и их родителями.

Дети, они с другой планеты

Дорогие мои читатели! Дорогие мои родители! В этой главе, я бы хотел обратить Ваше внимание, на один очень простой момент. Наши дети отличаются от нас. Я не думаю, что эта фраза нуждается, в каких то доказательствах. Они от нас отличаются не только своими размерами. Эти отличия абсолютно во всем. Я бы хотел заострить Ваше внимание, на отличиях внутренних, то что принято называть внутренним миром человека. Это чувства, мысли, эмоции и состояния. Мало того, что ребенок, в силу своего положения в этом мире, не понимает этот мир, без нашей помощи, так он еще не научился элементарно связывать, так называемую, причинно-следственную связь. Более того наши дети, еще не умеют отслеживать свои чувства, которые у них возникают, подобно морской бури. Каждый день ребенок переживает в несколько раз больше, такие вещи, как перепад чувств, по сравнению с взрослым человеком.

Дети абсолютно по-другому смотрят на окружающий их мир. И относятся они к этому миру совсем по-другому. То, что у нас взрослых людей, может вызывать вполне себе спокойные реакции, у ребенка может вызывать целую гамму чувств, на, казалось бы, обычные вещи. Но это обычные вещи, для нас. Для ребенка же это может быть целое событие.

Так же необходимо понимать, что и система ценностей

ребенка, очень сильно, отличается от наших представлений. Детям, на самом деле, абсолютно не важно, то что является важным, для нас. Даже если это самое важное, для нас, напрямую касается ребенка. И это правда. Можете вспомнить из своего детства, когда, например родители, мама или папа, а может быть бабушка или дедушка, куда-то Вас собирали. Они могли торопить Вас, скажем в детский сад или в кинотеатр, а может быть на представление в цирк. Это в любом случае, было событие важное, для Вас, по мнению взрослого человека. Но что в этот момент делали Вы? Что в этот момент происходит с ребенком? Ему это совсем не важно.. в этот момент он может спокойно идти и считать черточки на асфальте или о чем то Вам рассказывать, из того, что видит вокруг. Он может задавать вопросы, которые у него возникают. Он может быть занят абсолютно, чем угодно, только не тем, что искренне важно для Вас, в этот момент.

А сколько раз мы хотели, что бы наши дети, очень опрятно и красиво выглядели, например, на каком то детском мероприятии? Мы стараемся выбрать наряд, причесать их, умыть, но ребенок в этот момент увлечен, чем угодно, только не этим. И делает он это, дорогой мой читатель, не потому, что хочет Вам насолить или разозлить. А потому, что в его шкале ценностей, в его структуре значимости, на первом месте, стоят совершенно другие вещи и события, нежели у нас с Вами, взрослых людей! Дети действительно с другой планеты!

Это принципиальная вещь. Она является ключевой. Она требует от нас, что бы мы, хотя бы, на время спускались с позиции взрослого человека, на платформу ребенка. Мы не можем этого требовать от ребенка, так как это просто на просто невозможно. Ребенок не представляет, что такое мир взрослых. Мы же с Вами, как говорится, все родом из детства. И поэтому именно нам, родителям, необходимо себя этому учить.

Как мы взаимодействуем с детьми?

У многих из нас дети появляются не сразу, после того, как закончилось наше детство. Мы, какое то время, после прощания, с самым ярким и волшебным периодом нашей жизни, ищем свое место во взрослой жизни, во взрослом мире. И что бы нам благополучно или успешно существовать, нам необходимо жить по законам коммуникации взрослого мира. Мы вынуждены взаимодействовать, так сказать, с себе подобными. Это часть нашего с Вами развития, часть нашего пути по нашей жизни. И вот, прожив, какой то период, мы уже автоматически или же бессознательно, в совершенстве отрабатываем навыки общения, которые нам помогают жить и процветать в нашей взрослой сфере. Но эти навыки, к сожалению или же, к счастью, не позволяют нам с той же успешностью, взаимодействовать с нашими детьми, с нашим продолжением. Привычные, нам формы выражения своих желаний или же своей воли, не приемлемы, для наших деток. И это тоже, правда.

Такая форма взаимодействия вызывает, если по-простому, конфликт. Конфликт, прежде всего у ребенка. Ребенок начинает пребывать в стрессе, в фрустрации, если хотите. Я на своих консультациях, часто привожу, такой пример: Представьте, что Вы вынужденно оказались в другой стране, с другой культурой, с другим укладом жизни, с другой

системой ценностей и наконец, то с другим языком, который Вы естественно не знаете. И все вокруг живут, как обычно, как принято в данном обществе, до Вашего появления. Вам же просто периодически говорят, как надо правильно. Не утруждая себя объяснениями, почему и разъяснениями, для чего. Сказать, что Вы испытаете стресс, от такой ситуации, ни чего не сказать, по сравнению, с тем, что испытывает Ваш ребенок, хотя бы потому, что эмоциональное здоровье или же его эмоциональная целостность, на много слабее нашей с Вами. Она у него по большому счету отсутствует. Именно поэтому дети, так эмоционально переживают все происходящее с ними. Такие эмоциональные переживания, как и для любого, живого существа, не могут пройти бесследно. Как правило, данный стресс, приводит к таким симптомам у ребенка, как:

Искреннее непонимание происходящего,
Недоверие к родителям,
Обида на родителей,
Неуверенность,
Скрытность,
Страх.

И это лишь не полный список, всех тех «бонусов», которые ребенок получает от классического или же привычного общения с нами, родителями. Я не буду полностью раскрывать всю симптоматику детских переживаний, так как это ни чему. Я бы хотел этим самым подчеркнуть следующее:

все эти стрессы вызывают у ребенка страх. Страх перед жизнью. Это может сформировать, внутри ребенка, целые жизненные сценарии, негативного содержания, с которыми ему придётся шагать по жизни. Это все то, что ему, что ему может очень сильно помешать выразить себя, всю свою божественную сущность в этом мире. Все то, для чего он сюда к нам пришел. А значит, как следствие, и помешает получить настоящую радость от жизни, попробовать настоящий вкус успешности и любви. Испить настоящий нектар жизни, если хотите.

Об этих грустных вещах можно, на самом деле, очень много писать. Но я думаю не стоит, так как главная мысль, которую я бы хотел выразить, за всем этим, это то, что нам родителям необходимо со всей серьезностью и ответственностью, принять тот факт, что привычное нам с Вами общение с нашими детками, как минимум, не самое лучшее, что мы можем им дать. Нам необходимо осознать, что мы, если хотите, имеем дело с иностранцами, у которых, как минимум свой язык, который нам необходимо уважать. И ценности и культура, у них совсем другие и эти вещи, так же необходимо учитывать, для успешного, а самое главное, приятного взаимодействия со своими детками.

Маршрут движения

Однажды я вынужденно отправился в командировку в другой город. Это был большой город, это был мегаполис, в котором мне нужно было посетить несколько, так скажем адресов, которые естественно располагались не рядом друг с другом. Я принял решение, что совершу я свою поездку на своем автомобиле. И причин для принятия, такого решения было несколько. Я вдоволь налюбуюсь красотами, которые находятся между городом, в котором я живу и городом в который я направляюсь. И так же я подумал, что на своем автомобиле мне удаться сэкономить время по перемещению в большом и почти не знакомом городе. Я вооружился современными средствами связи, коммуникатором, навигатором и так далее и отправился в свое путешествие. Первая часть пути полностью соответствовала моим ожиданиям, а как же иначе ведь двигаться по одной единственной дороге не сложно, в принципе, это просто по определению. Когда же стал въезжать в пункт своего назначения, то обнаружил, что коммуникатор, просто отказывается работать, а навигатор, всю часть моей дороги по трассе не был *выключен,* и сейчас у него разрядилась батарея. У меня остался только телефон, по которому я принялся звонить своим друзьям и коллегам, что бы те мне подсказывали, куда же мне двигаться.

Эту забавную историю, можно долго описывать. Все те

стрессы и переживания вместе с разочарованиями, которые я испытал. Но не буду этого делать, что бы во первых не будоражить в себе эти не самые приятные воспоминания, а во вторых, я думаю, что у большинства из Вас были похожие ситуации, либо Вы их с легкостью можете представить себе. Я решил описать эту историю, что бы провести для Вас, мой дорогой читатель, параллель или если хотите аналогию этого приключения с процессом взаимодействия с детьми.

Многие родители, сталкиваясь с вопросом воспитания, напоминают мне меня в процессе моего путешествия. Звонки всем, кому только можно с рядом вопросов: Куда? Когда? Как? Зачем? И так далее. Родители ставят перед собой четкую цель: воспитать успешного, счастливого и достойного ребенка. Каждые родители могут по-разному это называть. Но суть то одна: Все мы желаем своим детям, только самого лучшего, иначе и быть не может. Но, не зная простых и понятных принципов воспитания или взаимодействия со своим ребенком, мы значительно усложняем себе и ребенку этот путь.

Данная книга является тем самым маршрутом. Она представляет собой опыт и труды не только практикующих психологов, различных мастей, но и прежде всего опыт и обратная связь родителей, с которыми за годы своей профессиональной практики, мне удалось повстречаться. Так же создание этой книги стало возможным, только путем взаимодействия с самими детьми в формате частных встреч и прове-

дения, различных групповых мероприятий.

Это своеобразный путеводитель для родителей в мире открытий, осознаний и получения радости от процесса воспитания своего продолжения.

Обнимания

Всем свои клиентам я предлагаю начать обнимать своего ребенка не менее 10 раз в день. Ключевое здесь именно НАЧАТЬ. Так как дети, очень чувствительные создания и уже, через несколько дней они сами начнут Вас обнимать и просить об этом. Могу заверить Вас со 100% гарантией, что этот процесс понравится всем!

Почему же это, так важно и приносит действительно волшебные результаты?

Безопасность для ребенка

Процесс обнимания, для нас взрослых людей, является, либо проявлением нежности, заботы, любви, либо просто на просто, что то тем, что может нам и не очень нравится. В любом случае нам взрослым людям, так называемые, «обнимашки» доставляют не те чувства, которые испытывают дети от этого процесса.

В современном мире, с его динамикой развития и как следствие уровнем напряжения, место для обнимания остается совсем не много, либо просто на просто отсутствует напрочь. Так же на отсутствие обнимания могут сказываться, какие то особенные или индивидуальные события в жизни, каждого человека.

Но давайте вспомним один из первых постулатов в этой книге: Нам необходимо оказываться на платформе ребенка, для того, что бы с ним успешно контактировать. Так вот для ребенка, процесс обнимания является – безопасностью. Да, да именно безопасностью. С самого младенчества, если ребенок испытывает чувства, которые заставляют его капризничать, плакать или устраивать не понятную истерику прижимание ребенка к себе или просто процесс поднимания его на руки, оказывает поистине магическое действие. Если младенец не успокаивается сразу же, то через некоторое время к нему вновь возвращается состояние покоя, удовлетворе-

ния или даже состояние меняется на полностью противоположенное, такое как радость и смех.

Но со временем мы родители начинает забывать об этом ритуале. Нам может казаться, что если ребенок уже начинает проявлять, какую-нибудь самостоятельность, то обнимаем мы его уже по причине острой необходимости, то есть, когда наше создание, проявляет чувства, открыто призывающие к нашей помощи. Так же на отсутствие данной процедуры, может сказаться рождение второго ребенка, когда все внимание мамы, автоматически или же подсознательно переносится на более беззащитного ребенка. Нам как бы, кажется, что с рождением второго или третьего малыша, те кто появились на свет раньше повзрослели, как бы автоматически, как бы само собой. Но поверьте, это ни так.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, купив полную легальную версию на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.