

## О ВЛИЯНИИ ГАДЖЕТОВ НА ДЕТЕЙ.

Юлия Гиппенрейтер: «Когда вы разговариваете с ребенком - помолчите».

В середине декабря проект "Традиции детства" организовал встречу с Юлией Борисовной Гиппенрейтер. Перед обаянием, спокойствием и мудростью 83-летней женщины, самого популярного современного российского психолога, устоять трудно, и родители, выходя к Юлии Борисовне на диалог, моментально сами превращались в детей.  
\*\*\*\*\*

Что Вы думаете о планшетах и компьютерах. Вредны ли они и какое влияние оказывают на развитие?

Ю.Б.: Вы никуда не денетесь от планшетов и компьютеров, это среда, в которой дети растут. Какое влияние оказывает наличие планшета или то, что ребенок с ним делает? Наверное, надо посмотреть, что он с ним делает, и включиться в совместный процесс. Лучше всего вы можете помочь ребенку в развитии, если будете делать что-то вместе с ним, и, далее по закону зоны ближайшего развития (по Л. Выготскому) сначала вы будете брать на себя больше, а потом постепенно делегировать ему то, что он может выполнять сам. В итоге ребенок начнет все делать самостоятельно по закону интериоризации способностей, навыков, идей, вкусов. Но сейчас получается так, что некоторые родители, бабушки и дедушки не владеют технологиями. В компьютерных играх действует закон любого обучения - ты что-то делаешь, получаешь результат, обратную связь, причем в случае компьютерных и планшетных игр возможность получить результат - мгновенна. При хорошем контроле и грамотном развитии компьютерная индустрия - это одно из направлений приобретения ребенком знаний и навыков. Сам по себе компьютер или планшет ничего не значат, важно то, как его ребенок использует.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Многие родители переживают, что их дети проводят больше времени за компьютером, чем в общении со сверстниками, и проводя время в виртуальной реальности, лишаются чего-то другого в жизни, что с этим делать?

Ю.Б.: Начать жить в виртуальном пространстве - опасность, перед которой стоит все человечество. Дети иногда погружаются в него больше, чем в реальную жизнь, в преодолении препятствий не ногами, руками, а при помощи бегающих фигурок, в общении не с живыми людьми. Это опасно, но я думаю, что родители находят способ этого избежать: ограничивают пребывание в виртуальной реальности. Вам же приходится ребенка ограничивать, чтобы он не ел весь день шоколад или не пропадал по 10 часов на улице, играя в футбол. Здесь идет речь о режиме и дисциплине. Если есть такая проблема, то нужно принимать меры, но не крутые меры. Ограничивать - это значит не просто запрещать, а чем-то заменять. Поддерживать его дружбу с другими ребятами, занять его чем-то ему интересным. Но что получается на деле? Компьютерная игра конкурирует с культурным запасом и навыками родителя, и родитель проигрывает. Ну так не проигрывайте! Развивайтесь. Не компьютер виноват. Компьютер не обладает эмоциями, он вызывает эмоции у ребенка. Но вы тоже можете вызывать эмоции у ребенка. Погружайте его в развитие, в хорошую классическую музыку, театр, музеи, живопись. Но опять же, не переусердствуйте. Моя дочка, когда у нее родился ребенок, и ему был месяц, брала художественный альбом и раскрывала его перед лицом младенца. "Ты что делаешь?" - спрашиваю. "Вкус у него вырабатываю". Музыку наверное можно уже в этом возрасте - слух уже работает, а глаза еще не конвергируют. В моей хрестоматии для родителей есть история композитора Сергея Прокофьева, он пишет, что буквально родился в музыку, потому что когда мама его ждала, она много играла на пианино, а когда он родился, мама играла в соседней комнате. Если ребенок живет в окультуренной среде,

он ее впитывает. Впитывание культуры - это очень интересно, но до понимания того, как именно ребенок впитывает формы, краски, звуки, эмоциональные оттенки, наука психология еще не дошла. В компьютере ребенок всего этого не найдет, только в живом общении. Благодаря расположенным к нему людям, ребенок может и хочет воспринимать то, что ему говорят. Но если общение сводится к крику или приказам, ребенок закрывается от всего, что ему транслируют. Канал общения с ребенком должен быть очень здоровым, и, что важно, бережным.  
\*\*\*\*\*

Нужно ли воспитывать детей или все-таки важно научиться выстраивать диалог с ребенком? Как Вы относитесь к слову "воспитание"?

Ю.Б.: Часто под воспитанием понимают "нахлобучку". Навязывание своих вкусов, требований, задач, планов и мечт: я его воспитываю таким, каким он должен быть, я знаю, что он должен знать, что он должен делать. Если воспитание понимать именно так, то я к этому отношусь плохо, и подобрала бы другое слово: помощь в развитии. Становление. Взращивание. Карл Роджерс говорил, что взрослого по отношению к ребенку можно сравнить с садовником, который помогает растению. Функция садовника - обеспечить водой, направить на растение свет, удобрить почву. То есть создать условия для развития, но не тянуть за верхушку. Если вы будете тянуть за верхушку и в какую вам нужно сторону, вы его не вырастите. Диалог - несколько суженное понятие, я бы сказала, взаимопонимание, настрой на понимание ребенка. Да, важно, когда ребенок понимает родителя, но родитель больше может понять о ребенке. А что значит - понять ребенка? Это прежде всего знать его потребности и их учитывать. Потребности меняются и не только с возрастом, но и индивидуально, в зависимости от траектории, по которой ребенок движется. Поэтому в диалоге важно услышать ребенка: почему он не слушается, отказывается, грубит. Если "услышать" входит в диалог, я это принимаю. Грубые интерпретации слова "воспитание": когда ребенок не слушается - заставить, грубит - поправить, обижен - сказать: нечего обижаться, сам виноват, я отвергаю.  
\*\*\*\*\*

Стоит ли ребенка часто хвалить? В какой момент нужно включать строгость? В каком объеме, чтобы ребенок не замкнулся?

Ю.Б.: Знаете, мы становимся жертвами очень общих слов. Как измеряется объем строгости: килограммами или литрами? Я все-таки предпочитаю рассматривать конкретные ситуации. Если ребенка хвалят, у него создается чувство, что если он не сделает хорошо, то его осудят. Всякая похвала имеет обратную сторону: хвалить - значит оценивать. Вам, может быть, знакомо понятие "безоценочное отношение к ребенку". Что это значит? Имеется в виду безоценочное отношение к ребенку, а не к его действиям. Вы наверное слышали, что стоит критиковать/хвалить действия ребенка, но не самого ребенка. Не "ты плохой", "ты умница", а "мне нравится, как ты сказал, сделал". "Этот поступок не очень хороший, ты, конечно, знаешь, что этот поступок не очень хороший, и в следующий раз будешь стараться поступить лучше, ведь так?", после критики хорошо добавить позитива.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Не получается так. Вот я иногда так делаю, как Вы говорите, а он все равно мне в ответ "нет", и всё, почему?

ЮБ: Выйдите ко мне, расскажите, как это происходит. Я люблю беседовать конкретно.  
Мама: Ребенок плохо поступил, отобрал игрушку у сестры. Я ему говорю: ты же понимаешь, что...

ЮБ: Подождите. Сколько лет ребенку, сколько лет сестре?  
Мама: Сыну 4 года, он отбирает игрушку у двухлетней сестры. Сестра начинает плакать, а

он убегает с ее игрушкой, и, видно, что он отобрал ее специально. Я ему говорю: ты же понимаешь, что плохо поступил, давай не будем в следующий раз так делать. ЮБ: Не торопитесь. Вы делаете ошибку в первых же словах: ты же понимаешь, что плохо поступил. Это нотация, вы ему ее читаете. Нотации не ведут к пониманию вас и не приводят вас к пониманию ребенка. Надо смотреть, почему он ее отнял, что за этим стоит. За этим может стоять многое. И нехватка внимания, (он отнял игрушку, и мама обратила на него внимание), и месть маленькой сестричке, потому что ей внимания больше. У него давняя и затаенная обида. Значит, нужно ликвидировать эту эмоциональную нехватку. Старайтесь внимательно относиться к тому, чтобы внимание к первому ребенку никак не изменилось с рождением второго ни по объему, ни по качеству. Конечно, это трудно. Я таскала своего второго ребенка подмышкой, делая с первым все, что я делала с ним раньше. И ревности не возникло, старшая очень быстро стала помогать мне и чувствовать, что мы - одна команда. Не допускайте чтения нотаций, поймите ребенка и ликвидируйте причину "злого замысла". Вы не можете корректировать поведение в острых ситуациях. Когда ребенок что-то делает, и вы чувствуете, что он подогрет какой-то эмоцией, вы никогда не исправите его поведение в этот момент. Будете вы его наказывать, он не изменится. Эмоциональные причины надо выявлять и стараться их нивелировать, но в спокойной обстановке.

\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Ребенку 9 лет, ситуация в школе: двое детей за партой, один категорически не любит, когда берут его вещи, начинает кричать и чесаться, мой ребенок это знает, но обязательно что-то возьмет у него. Я с ним начинаю говорить, он смотрит в глаза и не может объяснить, почему он так делает.

Ю.Б.: Ну так это концерт! Почему он вам что-то должен объяснять, вы ему объясните. Мама: Я ему объясняю! Я говорю: "Саша, ты же понимаешь..." Ю.Б.: Спасибо за моральную поддержку. Такие фразы - это родительские рефлексии, которые появились из культуры, из понимания воспитания как навязывания наших норм, требований к ребенку без выстраивания с ним диалога. Потому сначала - принятие ребенка и активное слушание. Почему метод активного слушания завоевал популярность? Потому что когда родители начинают пытаться активно слушать, и такие рефлексии начинают очень быстро у них выскакивать, то удивляются сами дети, они моментально чувствуют, что им лучше живется, и сами начинают себя иначе вести, внимательнее относиться к родителям. Помните, как вы обратитесь к ребенку, так и он будет обращаться к вам по закону подражания. Дети подражают. Поэтому если вы говорите "нет, не будешь", он вам ответит "нет, буду". Он вас зеркалит. Отображает. "Я тебя накажу" - "Ну и наказывай!". При директивном воспитании не очень просто учитывать все потребности ребенка. То же самое с мужьями и женами. Думаете, можно заставить что-то делать мужа или жену? Нет. Что начинается у детей? Обман родителей. Все как у взрослых.

\*\*\*\*\*

Важны ли семейные традиции для укрепления связей между поколениями? Нужно ли общаться с бабушками, и зачем нужно общение со старшими родственниками?

Ю.Б.: Семейные традиции важны, конечно, это часть культуры. Другое дело, какие традиции. Если бабушка жива и похожа на Арину Родионовну, то это прекрасно. Но если бабушка поставила своей целью развести мужа и жену, потому что не одобряет выбор сына или дочери, то связь с таким поколением, наверное, не надо поддерживать. Можно ходить к ней в гости, но не жить с ней и копировать ее манеры. Мы не должны попадать в плен общих слов. Нужно смотреть, что несет предыдущее поколение. Уважать старших, конечно, нужно, но если бабушка или дедушка отзываются плохо о ком-то из родителей, а вы говорите ребенку, что он должен все равно их уважать, я не очень понимаю, зачем?

Гораздо важнее старшим научиться уважать ребенка. Вы меня спросите - с какого возраста нужно начинать его уважать. Отвечу - с пеленок. Уже с пеленок ребенок - это человек. Уважайте его путь, не говорите "я из тебя сделаю... бухгалтера, экономиста". А если он в душе художник?  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Дочь подруги здоровается не со всеми людьми. Что делать - заставлять со всеми здороваться или предоставить свободу?

Ю.Б.: Нужно ли насильно заставить и продрать? Я бы сказала нет. Надо с ребенком поговорить и его выслушать. Подруга с дочкой не поговорила, она вам жалуется на дочь. Диалога между мамой и дочерью не было, были нотации. Когда родитель говорит вот эти три слова "ты же понимаешь" - диалог превращается в чтение нотации. Когда вы разговариваете с ребенком - помолчите. Будьте готовы держать паузу. Когда вы слушаете ребенка - избегайте вопросов. Молчите и старайтесь попасть в тон ребенка.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: А как быть с вежливостью, обязанностями и дисциплиной?

Ю.Б.: Ребенок должен освоить много навыков и умений: чистить зубы, не вылезать из-за стола и потом возвращаться за стол, приучиться к горшку, к ложке. Надо стараться делать так, чтобы эти знания вливались в быт ребенка постепенно, без усилий. Дети перестают что-то делать, если родитель без уважения, без учета его состояния, переживаний, настаивает на своем правиле, принимает крутые меры. Отбирает компьютер, например. Заинтересуйте ребенка, предложите ему вместо компьютера что-то другое. И далее, уже в спокойной атмосфере, вы сможете договориться о режиме и правилах. Старайтесь режимные вещи отрабатывать в мирной обстановке. Не бойтесь шутить, юмор в общении с детьми очень нужен. Вы думаете, привычки вырабатываются от постоянного вдалбливания? Нет. Они нарабатываются постепенно. Не стоит заменять регулярность формирования привычек понуканиями. Можно использовать записку, напоминающую картинку, календарик, на цветок приклеить стикер "полей меня, пожалуйста", заменить свой голос чем-то еще. Будить ребенка в школу тоже не надо, замените будильником. Опоздал, прогулял - не ваши проблемы. Вы можете ему посочувствовать: неприятно, да.  
\*\*\*\*\*

С какого возраста можно давать ответственность за подъем?

Ю.Б.: В 4-5 уже можно.  
Мама: Так рано, я думала лет в 10!

Ю.Б.: Я расскажу историю о своих друзьях. Кольский полуостров, полярная ночь, темнота, два ребенка: 5 лет мальчику, 3 года девочке. Дети сами встают, брат будит сестру, они одеваются, в шубах и шапках подходят к спящим родителям, будят их и говорят: "мама, папа, мы пошли в садик". Пусть сияющий образ этих детей вас вдохновит. Но не фразы: "вставай, опоздаешь, давай скорее, одевайся".

Мама с вопросом: Как сделать, чтобы дети так делали?

Ю.Б.: Пробуйте. Экспериментируйте. Попробуйте вести себя совершенно иначе, чем ребенок от вас ждет. Слезьте с него, не отнимайте развитие ребенка заботой о себе: "а как же он дальше будет жить".  
\*\*\*\*\*

Папа с вопросом: Хочу прояснить ситуацию с самостоятельностью. Сыну три года, и он начал чистить зубы, сначала с нашей помощью, а теперь сам. Он их чистит как умеет, и наш стоматолог сказал, что у ребенка будут большие проблемы с зубами, лучше бы, чтобы я их ему чистил для сохранения зубов. И вроде бы, простая вещь, но вырастает в проблему, я забираю у ребенка щетку, начинаю чистить зубы ему сам, ребенок теряет к

чистке всякий интерес, и это превращается в психологическую проблему, я не знаю, что с этим делать.

Ю.Б.: Смените стоматолога.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Влияет ли генетика на формирование личности?

Ю.Б.: Что вы называете генетикой?

Мама: Алкоголизм, генетические болезни. Речь идет о приемных детях моих друзей, они воспитывали приемного ребенка, но из него ничего хорошего не получилось, несмотря на то, что они по разговорам, буквально молились на него. Я пытаюсь понять.

Ю.Б.: На общий вопрос я даю общий ответ. Генетические предпосылки есть, особенно, если речь идет о соматических болезнях. Туберкулез, склонность к алкоголизму тоже могут передаваться, но не сам алкоголизм. Если ребенок приемный, хорошо бы знать родителей. Я верю в генетические предпосылки темперамента - кто-то более спокойный, кто-то более чувствительный или азартный, это подробно написано в моей книжке про характеры. Но генетика - это не личность: благородная, честная, самостоятельная, верящая в идеалы, или корыстная, эгоистичная, преступная - личность формирует траектория жизни, среда, родители и бабушки, общество. Что сейчас ценится в обществе? А в каком обществе? Что ребенок подхватывает, берет для себя? Это не гены.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Дочке 4 года, мы с ней делаем игрушки из слоеного теста. Я ей говорю: посмотри какие у нас красивые игрушки получаются, а она мне отвечает: да, красивые, но у меня красивее. Почему она так говорит?

Ю.Б.: Видимо, у вас в семье культивируются оценки. Она хочет хвалить себя и ждет похвалы от вас.  
\*\*\*\*\*

Мама с вопросом: Что делать с желаниями детей купить какую-нибудь страшную куклу типа монстра Хай? Дочка хочет, говорит, "у всех есть, у меня нет"?

Ю.Б.: Реклама и мода - социальные поветрия, они, как вирусы, проходят, но вы не можете изолировать от них ребенка. Обезопасить от влияния вы можете только твердыми принципами, которые сами в себе создали.