

Albana



Елена Колина

КАК МАМА БЫЛА МАЛЕНЬКОЙ

*Книга для дружбы
детей и родителей*



Аванта

ПРЕДИСЛОВИЕ

Зачем эта книга и как вышло, что я ее написала

Моя дочь Машка в детстве сочиняла, врала, хитрила, пряталась в дупле дерева, летала в простыне и исправляла двойки на пятерки с плюсом. Многие люди качали головой и говорили: «Она у вас с характером» или «Она у вас не ангел» или просто качали головой. Она была не ангел, а Машка. Машка была смелая и добрая девочка и иногда делилась конфетами.

Машка выросла, у нее есть сын Марк. Марк смелый и добрый и иногда делится конфетами. Как-то раз в жизни Марка случилась история, которую он тяжело переживал, хотя нисколько не был в ней виноват: то, что случилось, совсем от него не зависело, ну просто нисколько!

Марк сильно переживал, а взрослые переживали в сто раз сильнее или в тысячу. Марк шел играть, а взрослые не могли пойти играть и переживали весь день и всю ночь.



Предисловие

Так уж мы устроены: еще сильнее переживаем то, что совсем от нас не зависит.

Чтобы утешить Марка и себя тоже, я начала рассказывать ему о детстве его мамы, Машки. Там, в прошлом, она была маленькой девочкой, но для него оставалась мамой — Маленькой Мамой. Я хотела, чтобы Марк понял, что в жизни Маленькой Мамы тоже случались сложности. Чтобы он понял: жизнь длинная, сегодня одно, а завтра совсем другое. Как только поймешь, что плохое и трудное случается не только с тобой, но и с другими людьми, становится ясно: это нормально, и можно как-то пережить.

Мы с Марком много смеялись, потому что с Маленькой Мамой случались разные смешные случаи. Маленькая Мама начинала говорить, как только открывала глаза. Она говорила за завтраком, обедом и ужином, с родственниками, друзьями и прохожими. Когда ее спрашивали, уверена ли она, что ей есть что сказать, Маленькая Мама честно отвечала: «Я просто хочу поразговаривать». Если Маленькая Мама оставалась одна, то разговаривала сама с собой.

Я хотела, чтобы Марк стал лучше понимать себя и других людей. Надеюсь, так и случилось. Но вышло так, что и я стала лучше понимать себя и других людей. И Маленькую Маму я теперь понимаю лучше, чем понимала свою дочку много лет назад.

Вот, например, почему Маленькая Мама хотела всегда быть со мной, каждую минуту? Почему ждала меня

Зачем эта книга и как вышло, что я ее написала



под дверью ванной комнаты и на одной ноте выводила «ааа-ааа-ааа...»?.. Я торопилась, обжигалась горячей водой, сердилась. Мне казалось, что Маленькая Мама вредничает. Но что, если ей было страшно и одиноко?.. Мы никогда не узнаем, что чувствует другой человек, нам остается только представить себя на его месте. Кто-то, без кого нам плохо, ушел в ванную, хотели бы мы, чтобы он поскорей вернулся к нам? Вот то-то и оно.

Эта книга для всех, кому за 6.

Почему эта книга для всех, кому за 6? Потому что адресат книги про детство — просто человек, тот, кому за 6. Я очень хотела, чтобы не было такого, что взрослый читает ребенку и изнывает, когда же это закончится. Надеюсь, что мамы и папы вспомнят себя, улыбнутся и станут лучше понимать своих детей. А дети прочитают книжку про радости и горести Маленькой Мама и станут лучше понимать родителей, бабушек и дедушек и друзей. В общем, я надеюсь, что эта книга послужит всеобщему пониманию и любви.

ГИД ПО КНИГЕ

Кому читать эту книгу

Конечно, в процессе чтения и обсуждения происходит очень важное: развитие ребенка. Когда ребенок думает и говорит о чувствах, у него развивается эмоциональный интеллект. Когда ребенок отвечает на вопросы, он учится рассуждать, у него развивается речь. Получается, эта книга тем, кто хочет развиваться. Но не только. Эта книга тем, кто любит, когда смешно.

Вот, к примеру, шестилетний читатель спрашивает:

— А как одевались люди в детском саду, когда мама была маленькой?

— В шкуры. Люди в детском саду одевались в шкуры.

— ПРАВДА?

— Нет. Это шутка. Девочки были в платьях. Мальчики в коротких штанишках на колготки.

— Мальчики в колготках?! Ах, ну да, это же было доисторическое время, когда были динозавры.

— Динозавры тоже были в штанишках на колготки.

— ПРАВДА?

— Нет. Это шутка.



Шестилетние читатели очень хорошо понимают шутки, хохочут, заливаются. А уж читатели постарше и подавно.

Тем, кому от 6 до 10 лет. Дети 6–7 лет — самые беззащитные. Это самый беззащитный и трудный возраст. Из теплого, уютного семейного мира ребенок выходит в большой мир, но он еще не умеет выразить словами свои чувства, не умеет искать ответы в книгах, не может, как подросток, найти поддержку в разговорах с друзьями. Он еще маленький. Маленький, но достаточно взрослый, чтобы чувствовать одиночество или страх.

И знаете, что самое обидное? Что ребенок мог бы не быть одиноким! Ребенок в этом возрасте еще совершенно открыт маме и папе или другим близким взрослым, радуется их пониманию и с благодарностью принимает поддержку. Мы просто не знаем, как предложить поддержку и понимание, как приоткрыть эту дверь и спросить, все ли хорошо, чем мы можем помочь... Мы заботимся о своих детях, волнуемся, переживаем и при этом не часто задумываемся — а друзья ли мы и как нам стать друзьями.

Возраст от 6 до 10 лет самый главный, самый решительный, чтобы подружиться со своими детьми. До шести лет дети кажутся нам слишком маленькими, чтобы с ними дружить и обо всем разговаривать, а после десяти лет мы кажемся им не совсем подходящими для дружбы... А вот сейчас — самое время дружить.

Мальчикам и девочкам. Эта книга про девочку, девочкам читать само собой, но особенно читать мальчикам!



Итак, эта книга обращена к мальчикам и девочкам 6–10 лет и их родителям.

Те, кто постарше, от 10 лет до старости, тоже могут читать, потому что в историях Маленькой Мамы не важен возраст, а важно то, что она чувствует. И мы все в разном возрасте часто чувствуем одно и то же или похоже. Например, Маленькая Мама хочет подружиться с одной девочкой, а девочка не хочет с ней дружить, и Маленькая Мама ужасно переживает — так ведь это с человеком в любом возрасте может случиться.

Если старшие дети захотят почитать эту книжку своим младшим братьям и сестрам, то в разделе «Спросите ребенка» они найдут вопросы и для себя (эти вопросы помечены «Для умных взрослых детей») и смогут не только спросить младших, но и сами ответить на вопросы и подумать о важных вещах.

Как читать эту книгу,

чтобы подружиться с ребенком и поговорить с ним на важные темы, затронутые в книге

Сначала мы, конечно, читаем рассказ. Читаем ребенку или читаем вместе с ребенком (по очереди, по ролям) или же ребенок читает сам, если он уже бегло читает. Затем обсуждаем. Мы говорим на важные, сложные темы: како-во быть «гением» или жадиной, и как это, когда с тобой



не дружат, и как страшно, когда предстоит что-то новое... Но, пожалуйста, обратите внимание, это очень важно: мы говорим только о чувствах и поведении Маленькой Мамы!

Мы не говорим с ребенком о нем самом, о его чувствах и поведении. Мы не спрашиваем: «А как ты...» или «А как у тебя...». Почему? У каждого человека есть своя приватная зона, и все, даже самые маленькие, захотят — пустят нас туда, не захотят — не пустят. Если ребенок скажет нам, «как у него», то он сам скажет, без нашего «а ты, а у тебя?..». Но о себе ребенок, скорее всего, не станет говорить. Мы ведь тоже ни за что не скажем этого маме, правда? :)))

Это трудно, совсем не все могут быть откровенны. И даже если бы ребенок захотел с нами поделиться, он просто не найдет для этого слов. Не ответит нам, чего он боится, что чувствует, переживает ли в данный момент обиду или разочарование. К примеру, ребенок может сказать: «Не хочу ходить в школу», но не расскажет, чего боится больше: негативного отношения взрослых (например, учительницы), или же он опасается других детей, или его страшит все новое. Мы не хотим нарушать личные границы ребенка. Мы обсуждаем только чувства и поведение Маленькой Мамы, и мы становимся ближе, потому что говорим о важном и трудном, о том, что она чувствует, из-за чего переживает, и как быть...

В каждом рассказе есть раздел «Спросите ребенка».



«Спросите ребенка»

Вопросы из раздела «Спросите ребенка» дают возможность поговорить обо всем не стесняясь — и как страшно бывает одному в чужом месте, и как противостоять травле, и что делать, если с тобой не дружат, и как понять себя и своих друзей, и маму, и папу... как понять другого человека.

Мы задаем каждый вопрос медленно, так, чтобы убедиться, что ребенок понял, о чем его спрашивают. И внимательно слушаем ответ. Мы помним, что говорим только о Маленькой Маме, а не о самом ребенке.

По ответу ребенка о чувствах или поведении Маленькой Мамы мы можем судить о многом: о степени его понимании чувств других людей, о его отношении к проблеме и о стратегии поведения самого ребенка в подобной ситуации.

Например, если на вопрос, что делать Маленькой Маме, когда ее обижает мальчик в школе, ребенок между вариантами «пожаловаться», «подраться» или «молчать и терпеть» выбирает «молчать и терпеть», мы понимаем, что именно эта стратегия ему близка и окажется он в подобной ситуации, то, скорее всего, выберет именно это — будет молчать и терпеть.

В этом случае не стоит набрасываться на него с вопросами: «Тебя что, обижают?!», «Скажи мне, кто тебя обижает?!» Для начала стоит спокойно об этом подумать: не



приходит ли ребенок грустный из школы, есть ли у него друзья и как он с ними общается. Задуматься — это уже очень много. Мы не используем ответы как руководство к немедленному действию. Мы думаем.

Что нам делать, если нам вдруг очень захочется спросить: «А что бы ты сам сделал», «А как бы ты поступил...»??

Если нам очень захочется спросить, мы на одну минутку задумываемся. И задаем себе вопрос: а есть ли нужда в этом прямом обращении к ребенку? Выбор, конечно, остается за родителями, но, если подумать, ответ ребенка на вопрос о Маленькой Маме нам уже все сказал: ребенок поступил бы так же.

Ребенок всегда выбирает вариант ответа, исходя из своих взглядов на мир. Выбирает правильный, на его взгляд, способ действия и отношения с миром, например, вариант «подраться», потому что хотел бы поступить именно так, но в реальной жизни робеет, не чувствует в себе сил. И в этом случае нам есть, о чем подумать.

Если ребенок не отвечает на вопрос, не настаивайте. Возможно, ребенку не понятен вопрос. А может быть, он не хочет на него отвечать. Это важно! Это очень важно. Иногда если ребенок не отвечает на вопрос, это может быть самым важным, самым информативным ответом. Тогда мы можем отложить этот вопрос, а спустя какое-то время к нему вернуться.



Пожалуйста, обратите внимание!

«Спросите ребенка» — это не точное наше знание за подписью и печатью. Это проводник в душевный мир ребенка, чтобы дружить и быть рядом, если понадобится наша помощь.

Вопросы с меткой  **«эмоциональные».** Это вопросы для развития эмоционального интеллекта. Иначе говоря, для того, чтобы ребенок учился понимать чувства других людей.

Например. Что произошло с Маленькой Мамой, когда она отомстила дяде Саше:

- ей стало легко и приятно;
- она поняла, что теряет друга, и расстроилась.

Есть вопросы, на которые можно выбрать разные варианты ответов. Есть вопросы, где нет правильных и неправильных ответов, ведь у всех нас, и у взрослых, и у детей, разные мнения, разные взгляды и чувства. Но здесь приведен пример, когда первый вариант ответа — «точно неправильный»: в рассказе ясно сказано, что чувствует Маленькая Мама: она потеряла друга и очень переживает.

Что означает, если ребенок дает «точно неправильный» ответ? Нам пугаться, нервничать, думать, что у него что-то не так с эмоциональным интеллектом, он «вообще не понимает, что чувствуют другие люди»? Ну, точно — не пугаться. Возможно, ребенок не понял вопроса. Воз-



можно, если переспросить, окажется, что он все понял и просто построил свою логическую цепочку (например, «ей стало легко и приятно, а потом она поняла, что теряет друга, и расстроилась»).

Возможно, у него есть свой взгляд на ситуацию.

Ну, а если ребенок раз за разом дает «неправильные» ответы? В этом случае можно перечитать рассказ, остановиться в нужном месте, объяснить, обсудить и еще раз переспросить. Затем еще раз переспросить! И еще раз объяснить, если есть необходимость. Это важно.

Вопросы с меткой , «стратегические». Получив ответы на эти вопросы, мы сможем обсудить стратегию поведения, например, как действовать, если тебя обижают в школе, как относиться к новому, как строить отношения с друзьями, и так далее.

Иногда прежде, чем задавать вопросы, лучше сначала спросить ребенка: «Как ты думаешь, что делать Маленькой Маме?»

Например. Маленькую Маму называют в лагере Ильей. Что Маленькая Мама могла сделать, чтобы себя защитить? Интересно, какой выход предложит сам ребенок, как, по его мнению, можно справиться с ситуацией?

Ну, а если ребенок не предлагает решения, тогда уже вместе рассмотреть варианты ответов:

— сказать воспитательнице, что не станет откликаться на чужое имя;