

Психология ребенка на каникулах

Советует психолог

«Давайте вспомним себя в этом возрасте!»

Начинаются каникулы. Многие школьники будут больше времени проводить с бабушками и дедушками. Как старшему и младшему поколениям найти общий язык, чтобы время, проведенное вместе, запомнилось яркими событиями, взаимовыгодным общением?

Об этом говорит **К.С. Бахарев**, медицинский психолог областного центра психологической поддержки детей и подростков, филиала «Детство» Свердловской областной клинической психиатрической больницы.

- Начнем с того, что каникулы - время, когда ребенку можно расслабиться, - замечает Кирилл Сергеевич. - То же самое, что отпуск для взрослых. Здорово, если этот отдых он может проводить по собственному усмотрению так, как ему нравится, это благотворно сказывается на самочувствии и младшего школьника, и подростка. С другой стороны, если его отправляют под опеку бабушки и дедушки, это – уникальная возможность контакта поколений, который крайне важен для обеих сторон. Контакт с детьми необходим для взрослых в любом возрасте, потому что дети позволяют им неотрывно существовать в этом мире, не чувствовать себя оторванными от современности.

Самый наглядный пример – информационные технологии. Некоторых бабушек и дедушек тот факт, что ребенок много времени проводит у компьютера, со смартфоном в руках, раздражает. Они считают это бесполезной тратой времени, мол, лучше бы на улице погулял или по хозяйству помог! При этом сами понимают, что значительная часть общественных функций - те же Госуслуги - давно ушла в Интернет, и испытывают трудности с получением этих услуг. А нынешние дети буквально родились в этой среде, для них цифровой мир – норма, они великолепно разбираются в технологиях и могут знакомить с ними старшее поколение, которое получает возможность оставаться наравне с современным миром.

- Замечательная история, когда у бабушки или дедушки появляется смартфон, в котором они сами разобраться не могут, - приводит пример К.С. Бахарев. - Это – «поле игры» внука или внучки, попросите ребенка помочь вам научиться пользоваться гаджетом, освоить его возможности. Но есть нюанс: желательно, чтобы это была именно просьба о помощи: «Я не понимаю, а ты прекраснейшим образом разбираешься в этом. Помогите мне, пожалуйста, давай разберемся вместе». В общении с внуками лучше выбрать позицию «на равных», потому что директивность в общении сыграет, скорее, отрицательную роль, в ответ можно получить отказ.

Вообще, по словам эксперта, у бабушек и дедушек, в отличие от родителей, по отношению к детям роль иная. На родителей возложена функция воспитания, поэтому нередко у подростков отношения с папами-мамами бывают непростыми, проблемными. Зато у бабушек и дедушек единственная задача – любить внуков, поэтому детям нередко очень нравится бывать у них, ведь здесь – больше свободы, меньше нравучений. А еще старшее поколение семьи является уникальнейшим носителем истории, и не только конкретной семьи. Для ребенка полезно и важно

узнать эту историю, сравнить с тем, что происходит сегодня. Подобная информация всегда интересует детей. Но здесь важно не впасть в крайности и не говорить о том, что «раньше трава была зеленее». И уж тем более не утверждать, что современная жизнь неправильная, хуже той, что была в прошлом. Этому слушать ни одному внуку не захочется. Подросток тут же потеряет всяческий интерес и не захочет дальше общаться, не расскажет о себе, о том, что его интересует, увлекает. – Более действенным для налаживания контакта будет сравнение: «А вот мы в ваше время...», - подчеркивает Кирилл Сергеевич. – И не в укор, а именно для того, чтобы показать, как было иначе, по-другому. Детям сложно представить абсолютно иной уклад жизни, иначе построенный быт, а дедушка и бабушка в их возрасте все это видели сами. Это обязательно заинтересует! И старшему поколению полезно вспомнить себя в возрасте их внуков – чем занимались, как обходили возможные запреты. Многие с удивлением осознают, что в том возрасте были очень схожи со своими внуками, это поможет лучше понять друг друга.

Конечно, нельзя обойти вниманием темы сада-огорода. Детям помладше там – раздолье: природа, свежий воздух, простор. А вот подростков обычно на садовый участок не заманишь. Хотя летом бабушки и дедушки очень рассчитывают на молодых помощников. Как найти точки соприкосновения?

- Лучше всего эту тему превратить в игру, - говорит К.С. Бахарев. – Современные, особенно городские дети практически не знакомы с флорой и фауной. Ну, где они в условиях города могут увидеть дождевого червя, крота, полевую мышь? Зато на даче ему можно и показать кротовую нору, и объяснить, какие породы деревьев растут поблизости, научить различать голоса лесных птиц... Но не забываем параллельно интересоваться самим ребёнком, его миром: попросили помочь с прополкой грядки - не заботиться об интенсивности труда. Пусть сделаете поменьше, зато пообщаетесь, выясните его проблемы, с кем дружит, чем увлечен. И современные технические возможности детей можно приспособить к делу, чтобы в саду было интереснее. Например, сейчас есть много программ для смартфонов, с помощью которых по фотографии легко определить, какое растение вам встретилось. Под девизом: «Выросло что-то на участке, не знаю, что это, а у тебя есть смартфон, ты же можешь по фотографии определить, что это такое?» Любой внук обязательно придет на помощь!

И об отдыхе детей забывать не стоит: хочется им отоспаться после школьных занятий – на здоровье, пусть спят хоть до обеда. Долго это продолжаться не будет. Зато вечером в саду можно организовать мини-поход: посидеть с дедушкой у костра, слушая рассказы о его детстве, испечь картошку, посмотреть на закат и полежать вместе на траве, разглядывая созвездия. Такой вечер всем запомнится надолго!

Наталья Березнякова