

А как же эффективно научить ребенка иностранному языку, не уподобляясь героине приведенного выше анекдота? Надо просто создать такую среду, где этот язык будет активно использоваться для общения, и не только взрослых между собой, но и с ребенком. Это главное условие. Ребенок должен изучать иностранный язык точно так же, как родной, и параллельно с ним. Не нужно ему ничего переводить с одного языка на другой, куда полезнее просто разговаривать и на одном, и на другом языке. Возможности психики ребенка в плане освоения речи настолько велики, что их вполне хватает на два языка¹.

Более эффективно организовать обучение таким образом, чтобы кто-то из окружающих, интенсивно взаимодействующих с ребенком, постоянно пользовался иностранным языком. Скажем, мама всегда говорит с ребенком на одном языке, а папа на другом. Или, еще лучше, родители всегда пользуются родным языком, а приглашенная гувернантка — только иностранным. Иногда у родителей, владеющих несколькими языками, возникает соблазн поступить по-другому — например в разное время общаться с ребенком на разных языках, примерно как в дворянских семьях в XIX веке (за столом и при гостях они разговаривали по-французски, а, как бы сейчас выразились, «в неофициальной обстановке» — по-русски). Это тоже возможно, хотя и несколько менее эффективно: при таком способе обучения ребенок довольно долго путает слова, относящиеся к разным языкам.

Хотите, чтобы ваш ребенок в совершенстве овладел иностранным языком — значит, найдите человека, который систематически будет общаться с ним на этом языке. Или сами станьте этим человеком. Более эффективного способа добиться этого нет!.. И желательно, общайтесь не менее 10–12 часов каждую неделю (представляю

¹ А можно ли таким образом научить ребенка сразу трем языкам? Иногда это удастся, но сопряжено с большим риском. Самым способным детям возможностей хватает и на три языка, но многим может и не хватить. Тогда становление речи, а как следствие и общее развитие психики ребенка, резко замедляется — он толком не начинает говорить ни на одном языке, и если родители своевременно не откажутся от своих экспериментов, рискует сохранить серьезные проблемы на всю жизнь.

удивление некоторых родителей, которые и на родном-то языке беседуют с ребенком во много раз меньше времени). Совершенно не обязательно, кстати, разговаривать с ребенком на разных языках прямо с первого же года после рождения. Если второй язык активно входит в жизнь ребенка в возрасте 3–6 лет, ему, в среднем, достаточно всего одного года, чтобы начать говорить на нем практически так же хорошо, как и на родном.



— А мой сын учит сразу три иностранных языка. Станет настоящим троглодитом!

— Каким троглодитом?! Вы хотите сказать полиглотом?

— Да какая разница — полиглот, троглодит... Это же синонимы.

1.4. Социальное и эмоциональное развитие

Лучший способ сделать детей хорошими — сделать их счастливыми.

О. Уайльд



Общение детей со взрослыми в возрасте 2–3 лет сосредоточено по большей части вокруг взаимодействия с различными материальными предметами. Объекты внешнего, материального мира выступают для них своего рода посредниками в общении. Они могут обратиться к взрослым, например, если у них возникли затруднения с тем или иным предметом, или с игровой целью (например они показывают взрослому предмет, а потом прячут его за спину и улыбаются), либо чтобы показать, как они научились делать то или иное

действие, и заслужить одобрение. Психологи подсчитали, что около 80 % попыток детей этого возраста вступить в общение так или иначе связаны с предметными действиями и лишь 20 % направлены на удовлетворение собственно эмоциональных потребностей (например приласкаться). Таким образом, взрослый для ребенка такого возраста — это, прежде всего, носитель способов действия с предметами.

Со сверстниками же дети в этот период общаются мало. Даже если они находятся в группе, большую часть времени все равно каждый играет самостоятельно. Если же взаимодействие между ними и складывается, то они относятся друг к другу не столько как к одушевленным существам, с которыми можно общаться, сколько как к интересным игрушкам, которыми можно по-всякому манипулировать. Подлинно межличностные отношения между детьми такого возраста еще не складываются, взаимопомощь наблюдается редко. Чаше вспыхивают конфликты, в основном из-за того, что дети не могут поделить игрушку или сопротивляются тому, чтобы кто-то вмешался в их игру. Вообще, по натуре маленькие дети — ярко выраженные индивидуалисты. Подсчитано, что они ведут какую-либо деятельность в одиночестве примерно в два раза чаще, чем вступают во взаимодействие с кем-либо. Это нужно воспринимать как должное; переживания некоторых родителей из-за того, что их ребенок, дескать, растет эгоистом, раз предпочитает играть сам с собой и не хочет делиться игрушками, несколько преувеличены.

Впрочем, нельзя сказать, чтобы такие дети были совсем уж равнодушны к сверстникам: они внимательно наблюдают за ними. Но объектом их интереса оказываются не столько действия тех сами по себе, сколько то, как с другими детьми взаимодействуют взрослые. И если с точки зрения ребенка кому-то другому уделяется внимания больше, чем ему, то он может отреагировать на это весьма бурной ревностью. Особенно ярко это проявляется, если родители уделяют гораздо больше внимания младшему брату или сестричке, нежели старшему.

Количество контактов со сверстниками и совместных игр начинает резко возрастать, в среднем, после четырех лет. Детский коллектив — это своего рода модель того мира социальных отношений, с которым ребенок встретится, когда станет взрослее. В нем воспроизводятся, преимущественно в игровой форме, те ситуации, которые

поджидают ребенка в будущем. Именно детский коллектив — это тот «проводник», через который ребенок усваивает модели поведения.

В отличие от тех компаний, что складываются у школьников, группы детей более раннего возраста обычно не очень стабильны по составу. Кого брать в компанию, а кого нет, определяется не столько устойчивыми индивидуальными предпочтениями, сколько содержанием конкретных игр. Если в 3–4 года детям еще не столь важно, общаться ли с мальчиками или с девочками, то к 5–6 годам начинают преобладать однополые группы. Но связано это, по всей видимости, не столько с какими-то личностными симпатиями/антипатиями, сколько с тем, что весьма различаются те игры, что предпочитают мальчишки и девчонки. Впрочем, если в какой-то взаимно интересной игре одновременно оказываются роли, подходящие одним и другим, мальчики и девочки охотно играют совместно.

Дети на даче часто играли «в автобусы», катая друг друга на велосипедах по нескольким маршрутам с остановками в заранее обозначенных местах. Компания была смешанной по полу, однако роли разделились очень четко: мальчишки были «водителями», а девчонки — их «пассажирками». Если пара вдруг падала, мальчишка на некоторое время выбывал из игры, «лишившись водительских прав», девчонку же это ограничение не касалось, она могла сразу же сесть на багажник другого велосипеда (если, конечно, после падения желала продолжать такую игру).

Есть обоснованная точка зрения, что наиболее полезно для развития ребенка общение в группе, включающей и старших по возрасту детей. Взаимодействие с ними дает ребенку опыт, находящийся, говоря по-научному, в зоне его ближайшего развития: будучи «на шаг впереди» текущего уровня, двигает его вперед.

Психологи называют период от 2 до 6 лет возрастом аффективности. Развитие детей в этот период проходит под знаменем эмоций, именно они придают качественное своеобразие поведению детей. Эмоции малыша возникают преимущественно в момент непосредственного восприятия тех объектов, с которыми они связаны. К 4–5 годам они могут быть связаны уже и с теми событиями

и явлениями, что в данный момент непосредственно не воспринимаются ребенком, но все равно переживания вызваны чем-то очень конкретным, а не общими размышлениями о несовершенстве мира, как порой случается у взрослых. Эмоции детей весьма бурные, но нестойкие — ребенок легко переходит от одного переживания к другому. Мировосприятие дошкольников построено не столько на рациональном осмысливании действительности, сколько на непосредственном переживании отношения к ней.

Что обычно привлекает детей, вызывает у них интерес и другие положительные эмоции?

- Новизна.
- Общение.
- Внимание со стороны взрослых.
- Движение.
- Включение в совместную со взрослыми деятельность.

Одна из самых частых причин преобладания у ребенка отрицательных эмоций — это разлад в семье, конфликты между родителями. Когда детей спрашивают, что их больше всего огорчает, самый частый ответ: «То, что мама с папой ссорятся!» Так же отрицательные эмоции вызывают:

- недостаток впечатлений;
- необоснованное ограничение свободы;
- затруднения в общении.

Переутомление, невозможность отдохнуть в нужный для ребенка момент — именно в таком состоянии у детей зачастую возникает и труднообъяснимая, внешне беспричинная раздражительность и капризность.

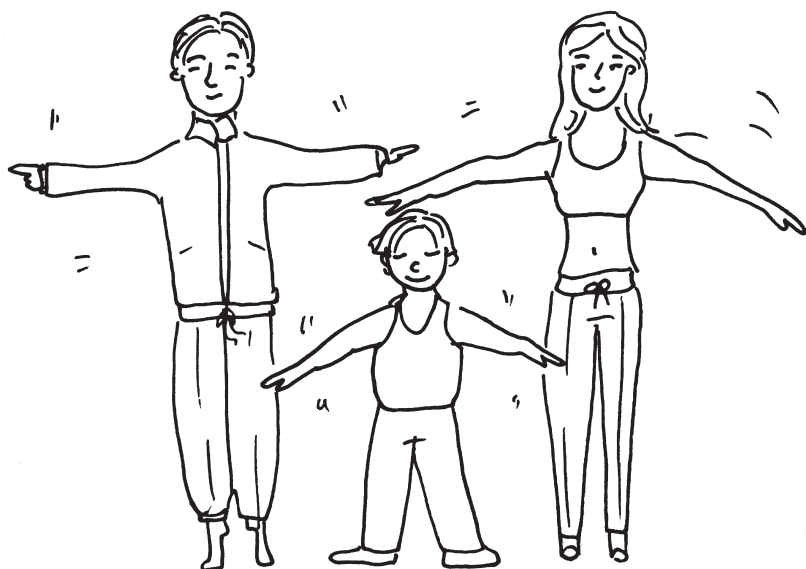
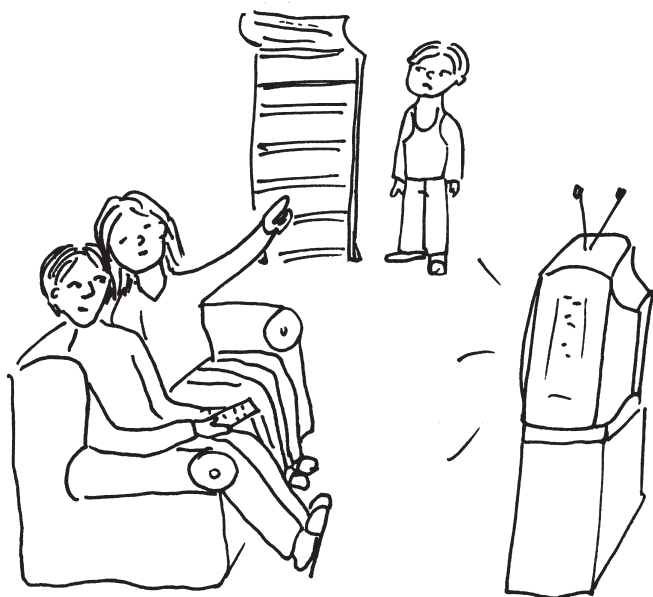
Если эмоции связаны в своем возникновении с какой-либо деятельностью, то самого факта включения в нее обычно уже достаточно для того, чтобы вызвать положительные эмоции умеренной силы. Достигнутый успех повышает их интенсивность, но не очень значительно — скорее, он воспринимается как должное. Неудача же способна вызвать бурные и интенсивно проявляющиеся отрицатель-

ные эмоции, ребенок может буквально впасть в буйство — хотя по времени это обычно продолжается недолго.

Значительное число положительных эмоций детей связано с познавательной сферой: это удивление, любопытство. Такие эмоции возникают при столкновении с новыми, еще неизведанными сторонами действительности, и активнейшим образом толкают ребенка на дальнейшие шаги в познании, чем стимулируют его психологическое развитие. Ребенку, в отличие от большинства взрослых, все интересно, хочется все узнать и попробовать. Узнавание нового вызывает у него самостоятельный интерес и увлеченность, ему не важно, что за потребности позволят удовлетворить такие знания. Если подростки и взрослые, в большинстве своем, по отношению к познанию прагматики (информация интересует их, в первую очередь, для того, чтобы получить с ее помощью какую-то пользу, удовлетворить потребности), то дети в этом плане — романтики, искренне увлеченные самим процессом познания. Им еще неведом, трудно понятен и даже огорчителен вопрос взрослых «А зачем тебе это знать?»

Выявляется любопытная закономерность: чем больше социальных эмоций, связанных с межличностным взаимодействием, демонстрирует ребенок, тем, в среднем, выше уровень развития его интеллекта. Кроме того, эти дети легче адаптируются в коллективах сверстников, приобретают в них популярность и занимают лидерские позиции. Развитость таких эмоций помогает им не только легче вступать в общение, но и полнее осознавать себя, вырабатывать более точную самооценку, выражать свои переживания в приемлемой для общества форме.

Отношение детей к той или иной деятельности, переживаемые в связи с ней эмоции практически копируют то, как к ней относятся взрослые. Если они выражают интерес, увлеченность чем-либо — дети стремятся совершать то же самое (или, если это невозможно, хотя бы воспроизводить это в своих играх). Очень частая причина детско-родительских конфликтов — упорное нежелание ребенка делать что-либо, с точки зрения взрослых, нужное и полезное: например, мыть посуду, читать или делать по утрам зарядку. Но чему ж тут удивляться, если эти родители и сами демонстрируют отношение к мытью посуды как к очень скучной и неинтересной обязанности, книги читают редко и не то чтобы увлеченно, да и физической



активности предпочитают сидение перед телевизором? Разумеется, в итоге и их ребенка от телевизора не оторвать, а ничего другого он делать не желает. **Воспитывают не призывы, а собственный пример,** с него и надо начинать. Если вместо этого уговаривать ребенка или, тем более, наказывать его, эффект окажется ничтожным или вообще обратным: образ жизни ребенок не изменит, зато на родителей может начать глядеть как на врагов. Вот некоторые характерные штрихи развития эмоциональной сферы ребенка-дошкольника разного возраста.

Три года. Эмоции возникают почти исключительно под влиянием действующих в данный момент обстоятельств, выражаются через физическую активность, непосредственно и бурно (прыжки и хлопанье в ладоши, слезы и бросание об пол различных предметов и т. п.). При всей своей интенсивности, они еще очень неустойчивы, и ими легко управлять, просто привлекая внимание ребенка к чему-то другому.

Четыре года. Эмоции возникают не только в ответ на то, что приятно или неприятно, но и на то, что можно или нельзя, хорошо или плохо с точки зрения взрослых — то есть начинают развиваться моральные чувства. Чаще всего ребенок в этом возрасте искренне радуется от того, что он «хороший», соответствует тем требованиям, которые предъявляют взрослые, хотя практически все родители иногда встречаются и с противоположной ситуацией — неподдельной радостью ребенка от того, что он нашкодил. Возникает и чувство юмора: ребенок начинает замечать комичное и реагировать на эти ситуации положительными эмоциями. В первую очередь, это наблюдается тогда, когда он воспринимает знакомые объекты в новых, необычных сочетаниях (например видит изображение кошки с надетой на голову шляпой).

Пять лет. Формируется способность различать внутренние переживания и внешние выражения эмоций. К этому возрасту ребенок становится способен воспроизвести переживания других людей, связав их с определенными ситуациями. Это ярко проявляется в ролевых играх.

Шесть лет. Осознается возможность существования внутренние противоречивых эмоций, когда человек одновременно переживает и положительное, и отрицательное отношение к кому- или чему-либо. Теперь ребенок уже в состоянии понять маму, которая говорит, что

она любит его, но одновременно с этим сердится на тот или иной его проступок и поэтому наказывает. В более младшем возрасте ребенку еще крайне сложно понять, что наказывают лишь за конкретную провинность, а не за то, что он в целом плохой и его не любят.

Эмоции становятся связанными не только и не столько с внешними событиями, сколько с особенностями межличностных отношений и тех переживаний, которые возникают у людей в связи с ними.

Бессмысленно ругать ребенка за то, что он испытывает какую-либо эмоцию — например, испугался или разозлился. Ведь эмоции напрямую регулировать волевым усилием весьма сложно, это плохо получается даже у взрослых. Ребенку же, с его малоразвитыми навыками саморегуляции, это вообще не удастся. Поэтому если взрослый говорит ребенку, например, «Не бойся» или «Прекрати злиться», он, в сущности, требует от него невозможного. Ребенок и сам бы рад последовать таким призывам, но он не знает, как.

А как, собственно, осуществляется управление эмоциями? Первый путь, самый простой и доступный — это **изменение поведения**. Внешнее выражение эмоции — это не только следствие внутреннего переживания, а полноценный компонент эмоционального реагирования. Изменяется внешнее выражение — значит, перемены происходят и с переживанием. Так, например, в гневе у человека напрягаются все мышцы. Напрямую заставить себя перестать гневаться сложно: пытаясь сделать волевым усилием это, человек оказывается в состоянии «кипящего чайника, которому заткнули носик», его эмоции клокочут внутри и в какой-то момент могут прорваться на волю, вызвав неконтролируемую вспышку агрессии. В такой ситуации куда проще научиться расслабляться физически. Конечно, полного благодушия это не вызовет, но силу гнева уменьшит и уже не даст дойти до состояния, чреватого вспышкой неконтролируемой ярости. Другой, еще более простой и доступный любому ребенку способ действия в такой ситуации — это не расслабляться, а наоборот, напрячься еще больше, но использовать эту энергию «в мирных целях», выполнив интенсивное физическое упражнение. Есть и третий способ: сконцентрировав внимание на своем дыхании, сделать 5–10 медленных, но максимально глубоких вдохов-выдохов. Это вызовет расслабление и, как следствие, поможет взять себя под контроль. Так что способов действия, помогающих взять эту эмоцию под

контроль, как видите, довольно много, и они просты. Так почему же не научить им ребенка? Не призывать, чтобы он перестал злиться, и грозить наказанием за это, а объяснить, показать и воспроизвести в игре возможные способы действия в этой ситуации. Правда, делать это лучше не тогда, когда гнев уже овладел ребенком (в таком состоянии он вряд ли сможет адекватно воспринять объяснения), а тогда, когда он находится в спокойном состоянии, и договориться, что он поступит так, когда в следующий раз почувствует, что начинает злиться. Потом, если произойдет такая ситуация, нужно просто мягко напомнить ему об этом. Конечно, это не будет означать, что проблема будет сразу же решена, однако такой путь все равно куда эффективнее, чем бесконечные призывы взять себя в руки или, тем более, наказания.

Еще один путь — это работа на уровне собственного **мышления**. Для того чтобы взять под контроль ту или иную эмоцию, можно отслеживать, какими именно мыслями сопровождается ее возникновение, и пресекать их в том случае, если они усиливают отрицательные переживания. Многие люди при столкновении с теми или иными сложностями начинают по привычке, автоматически прокручивать в голове мысли (как правило, необоснованные или, по крайней мере, резко преувеличенные), усугубляющие их переживания. Так, например, страх может резко обостряться тогда, когда человек, попав в ту или иную ситуацию, потенциально связанную с риском, сразу начинает думать о том, что она плохо закончится. Гнев — тогда, когда человеку кажется, что кто-то имеет враждебные намерения в его отношении. Расстройство, грусть — если человек, встретившись с какой-то частной неудачей, начинает думать о несостоятельности себя как личности в целом. Многие мыслят именно так и исподволь приучают к этому детей. А чтобы контролировать свои эмоции, нужно, во-первых, научиться отслеживать такие мысли, а во-вторых, переключать их в другое направление, не прокручивать без конца в голове то, что вызывает лишь переживания, но не помогает решить проблему. Впрочем, напрямую научить этому ребенка сложно — он еще не готов к такому уровню самонаблюдения и самоконтроля, чтобы, с одной стороны, замечать у себя подобные мысли, а с другой — иметь возможность по собственному желанию начать думать о чем-то другом. Но важно, чтобы родители сами умели делать это

и собственным примером не прививали ребенку привычку к «проблемному мышлению».

Наконец, третий путь — работа **воображения**. Дело в том, что те эмоции, которые возникают в ответ на реальные события, ничем принципиально не отличаются от реакции на события, которые мы лишь представили себе. Конечно, обычно последние несколько слабее, но и это совсем не обязательно: в конечном итоге все зависит от того, насколько ярко работает наша фантазия. Это называется в психологии «законом эмоциональной реальности воображения»: пусть даже ситуации лишь представлены (и ребенок прекрасно отдает себе в этом отчет), эмоции-то возникают при этом вполне реальные. Если ребенок, скажем, представил себе какого-то злобного монстра и испугался его, страх будет ничуть не менее правдивым, чем вызванный пугающим событием, происходящим на самом деле. Этот эффект, кстати, используется и в подготовке актеров: их учат не механически демонстрировать внешнее выражение той или иной эмоции, а на самом деле вызывать ее, представляя себе ситуации, в которых она возникает. Тогда и изображать из себя ничего не придется: эмоция будет подлинная, нужная мимика, жесты и интонации придут сами, и даже самый искушенный зритель не почувствует фальши. На этом эффекте и основаны приемы управления своими эмоциями на основе работы с воображением. Если мы представляем себе что-то приятное, то начинаем радоваться, неприятное — огорчаемся. А если, почувствовав, что начинаем злиться на кого-то, вообразим его в крайне нелепом, смешном виде (например представим себе «наезжающего» на нас начальника голышом и в подгузнике), злость отступит на задний план, и возможно, что дальше сдерживать придется уже не ее, а неукротимый смех.