

## Детские слезы.

Детские слезы — явление вполне обычное. Это своеобразный предъязык, усвоенный ребенком еще в младенчестве и успешно применяемый и в более позднем возрасте.

У детского плача множество оттенков и смыслов: бывает плач — испуг, плач — обида, плач — боль, плач — желание, плач — горе, плач — способ привлечь внимание, плач — недовольство, плач — каприз, плач — манипуляция, плач — требование свободы, плач дискомфорта, плач непонятости другими, плач — разочарование, плач недостижения желаемого, плач — осознание невозможности чего-либо и т. п.

Только для постороннего уха плач — это неприятный раздражитель, своеобразная какофония звуков — от всхлипываний и прерывистого дыхания до завываний и рева. Близкие же люди умеют вычленить в нем не только призыв о помощи, но часто и конкретную причину, породившую слезы. По тембру, громкости, модуляциям плача они умеют определить, что ребенок упал и ушибся, что его обидели несправедливо, или он куда-то не успел.

Плач, слезы лишь дополняют арсенал человеческих средств общения, делая его более разнообразным, гибким и универсальным. Другое дело, что не всем доступны его приемы, поскольку они сложны для понимания и правильной интерпретации. Тогда-то первые, незамутненные результатами неудачного взаимодействия со взрослыми, «такты» детского плача дополняются и искажаются оттенками обиды, разочарования, желания усилить вызванную реакцию.

Поэтому очень важно уметь по плачу ребенка понять, чего он хочет, поскольку плачущий малыш говорит с трудом, если вообще на это способен, а мимика его искажена общим выражением страдания. Если же взрослые любыми средствами стараются лишь прекратить этот процесс, поскольку слезы, крики, плач детей действуют им на нервы, то они рискуют не просто увеличить дистанцию между собой и ребенком, а воздвигнуть настоящую стену равнодушия и непонимания.

Однако есть дети, которые плачут явно чаще и больше других. Известный чешский психолог образно называет их «юдоль слез». Они исторгают слезы по любому поводу, сочувствуя персонажам любимой сказки или кинофильма, видя мертвого жука или птичку, слыша громкие, раздраженные возгласы, сталкиваясь с трудностями или несправедливостью, безутешно рыдают, испытав физическую боль или вступая в конфликтное взаимодействие с кем-либо.

Папы и мамы таких ребят испытывают постоянную неуменияющуюся тревогу за них. Но как помочь таким детям?

Простого, универсального рецепта здесь нет! Однако можно с уверенностью сказать, что чувствительность и ранимость являются признаками специфического психического склада таких детей, свойствами их нервной системы. Изменить эти врожденные особенности по своему

желанию нельзя. И тем более здесь не помогут такие средства воспитательного воздействия, как уговоры, упреки, наказания, насмешки. Любые насильственные меры вызовут лишь большую напряженность, волнение, а значит, еще сильнее ослабят нервную систему ребенка, отнимут у него силы, уверенность в себе. Даже самые любящие родители не смогут оградить детей от всех жизненных неприятностей. Человека, пусть пока и маленького, нельзя постоянно держать под «стеклянным колпаком». Поэтому самая лучшая тактика в общении со сверхчувствительными детьми — это дать им право оставаться такими, какие они есть, не проявлять свою раздражительность и сверхзабоченность в ответ на их непрерывные слезы, рев и плач. (Чувство вины за ваше настроение лишь усугубит состояние такого мальчика или девочки.) А вот побыть с ним рядом, дать ему почувствовать вашу готовность прийти ему на помощь — это очень важно для ребенка. Можно попробовать переключить внимание малыша на что-то другое, но не абстрактное, а сугубо конкретное (другой вид деятельности, другой круг общения, дать ему простое, но четкое предметное задание). Может быть, кого-то из родителей, воспитателей успокоит тот факт, что чрезмерно высокая чувствительность проходит со временем. Вряд ли кто-то останется слезливым, эмоционально незащищенным на всю жизнь. Когда у ребенка начнут активно формироваться механизмы волевой регуляции своего поведения (обычно это происходит к 10—15 годам), то нежелательные эффекты исчезнут сами собой, без специальных усилий со стороны взрослых.

***Поэтому еще один совет мамам и папам, бабушкам и дедушкам таких детей — это терпение и еще раз терпение. И не забывайте о том, что высокая эмоциональная чувствительность самым тесным образом связана с отзывчивостью, добротой, сердечностью, готовностью прийти на помощь, встать на защиту слабого, а это очень ценные человеческие качества!***

Поэтому, как ни странно звучит этот призыв, — прислушайтесь к детскому плачу, вникните в его смысл, а не пытайтесь как можно быстрее прервать его, осушить ребячьи слезы. Плач и слезы — это язык детского общения, так не будьте глухи к нему лишь потому, что разучились говорить на нем сами.