

10 простых советов для развития детей

Работают если родитель и ребёнок содействуют.

1. **Разбирайте.** Нет, не детей. Разбирайте всё, что хотите выбросить. Всё, где есть скрытые детали: телевизор, компьютер, телефон, чайник, микроволновку, технические игрушки, старую видеокассету, зажигалку. Любопытство - это тренируемый навык. И умение пользоваться отвёрткой тоже пригодится.

2. **Собирайте.** Нет, не в «Лего». Найдите конструкторы, где из деталей можно собрать прочное изделие. Пусть ребёнок мастерит полноразмерные мечи и броню, или тарелки и домик для куклы. Так он почувствует силу собственного производства. «Лего» такой эффект не даёт.

3. **Считайте.** Нет, не деньги. Когда гуляете по улице считайте: количество балок в заборе, встреченных прохожих, пролетающих мимо птиц, количество шагов. Это создаст привычку приглядываться к окружающему миру, а не смотреть под ноги.

4. **Танцуйте.** Нет, не старайтесь делать это красиво. Танцуйте нелепо и бестолково. Это научит ребёнка, что выглядеть глупо не страшно, раз уж вы себе это позволяете. И заодно его мозг лучше освоит собственное тело.

5. **Читайте вслух.** Нет, не детскую литературу. Ищите понятный взрослый «научпоп». Объясняйте сложные места своими словами. Любовь к чтению начинается через желание побыть вместе с родителем. Пусть он и бубнит какую-то ерунду из книги, зато вместе.

6. **Медитируйте.** Нет, не в позе лотоса под сандаловые ароматы. Вечером перед сном пять минут с закрытыми глазами слушайте в удобной позе «музыку для медитации». Вместе с детьми. Предварительно посмотрите на ютубе короткий ролик «Как начать медитировать». Ваши дети достойны получить инструмент, чтобы контролировать стресс.

7. **Ошибайтесь.** Вы ведь скрываете от детей свои ошибки. Все скрывают и этим вредят. Ребёнок, который понимает, что родитель может ошибиться, быстрее учится самостоятельности. Как не

учиться, если вокруг одни глупые взрослые. Расскажите, как ошибались в прошлом, не стесняйтесь рассказывать о повседневных косяках. Главное не переборщить, защиту ребёнка тоже должен чувствовать.

8. Расширяйте канал доступных тем. Да, надо говорить про: секс, порно, алкоголь, наркотики, убийства, мастурбацию, войны, мат, предательства. Если этого не делать, то ребёнок будет решать проблемы в этих областях самостоятельно, без вашей помощи. Я знаю, что вы не говорите, просто потому что не умеете. Учитесь.

(возраст актуальности совета для ребёнка читателю предлагается определить самостоятельно)

9. Удивляйте. Нет, не подарками и поездками. Родитель должен уметь развеселить своего ребёнка. Даже в обыденной суете повседневных дел. Придите домой с одетым клоунским носом, оставьте смешную записку под подушкой, киньте в окно знакомых камушек и спрячьтесь, подкрадитесь к ребёнку и защекочите его, спойте смешную песню, играйте в «гляделки», дайте ребёнку лёгкого пинка и с хохотом убегите. В общем, шалите. Вы же постаревшей ребёнок, а не взрослый. Кого вы пытаетесь обмануть? Совместное дурачество создаёт основу для долгосрочной связи. Она нужна и вам, и психолог вашего ребёнка будет спокойнее.

10. Спрашивайте. Нет, не «как погулял сегодня?». Задавайте вопросы об устройстве мира: почему дует ветер, почему наступает ночь, что у тебя внутри, о чём думает кот, зачем нужна война, как летает птица, есть ли свобода выбора в жестоком детерминированном мире? И внимательно слушайте ответы, не спешите вмешиваться, попробуйте понять философию ребёнка. Родитель должен уметь задавать вопросы, тогда задавать подобные вопросы на протяжении жизни продолжит и любимое чадо.

Ну легко же, да?.. Да.

Обнимаю каждого родителя.