## УЛЫБКА НА ЗДОРОВЬЕ

***Чувство юмора - очень хорошая черта характе­ра,***

***которую каждому родителю хотелось бы видеть***

***в своем ребенке. Но взрослые и дети часто***

***по-разному пони­мают шутки и юмор.***

***Как быть?***

Мы все знаем, что жизнерадост­ным и веселым людям живется на свете лучше, чем пессимис­там, которые во всем видят только дурное. Когда наши друзья возвраща­ются из-за границы, многие из них обязательно рассказывают: "Пред­ставьте себе - там все улыбаются!" Наверное, эта черта присуща счаст­ливым, уверенным в себе и в своем завтрашнем дне людям. А мы не все­гда счастливы - слишком много за­бот. Не всегда уверены в себе, а что уж говорить о будущем...

Наверное, пройдет немало лет, прежде чем мы тоже начнем жить с улыбкой. Впрочем, если нам не удастся, хорошо, если бы наши дети научились быть оптимистами.

## НЕТ ПРИЧИНЫ ВЕСЕЛИТЬСЯ?

"С какой стати нам веселиться, когда сплошные неприятности? - можно частенько слышать от знакомых. - Была бы жизнь дру­гая, тогда конечно..." Подчас люди даже не представляют, насколько уныние усугубляет ситуацию. Ведь у невеселого человека нет сил на борьбу с неприятностями, многие из которых не столь уж велики, как их рисует его воображение. Бо­лее того, в унылой домашней атмо­сфере пышным цветом расцветают и болезни, и агрессия, и страхи, и за­висть, и многое-многое другое, что по-настоящему портит жизнь.

Бывает, что в семьях, где ребенок растет болезненным или обладает тя­желым характером, родители даже не пытаются поддерживать дух опти­мизма. Хотя именно такая ат­мосфера - самая "здоровая" среда, в которой все могут черпать и силы, и энергию. Недаром жизнерадостные люди выходят из самых сложных ситуаций, поднимают на ноги, каза­лось бы, безнадежно больных детей. Даже закоренелые маленькие мелан­холики, попав в веселую, доброжела­тельную компанию, быстро "расцвета­ют" и становятся общительнее. Да и с детскими страхами, капризами и уп­рямством гораздо легче справиться не увещеваниями, а в процессе веселой игры. Смеясь, мы легко расстаемся не только со своим прошлым, но и с тем отрицательным грузом, который в этом прошлом накопился.

"С нашими детьми не очень-то по­смеешься. Они совершенно не воспри­нимают шуток в свой адрес", - могут возразить некоторые родители. Такие слова чаще всего приходится слышать от людей, которые сами весьма обид­чивы. Окружающим приходится в бе­седе с ними с осторожностью выби­рать слова, а уж о шутках в их адрес и помыслить нельзя! Но почему-то от де­тей такие взрослые требуют самокри­тичности и готовности возвыситься над своими недостатками. Для закомп­лексованных детей эта задача почти непосильная, ведь они страшно боят­ся потерять свой авторитет в глазах окружающих. Впрочем, неудивитель­но, что взрослые нередко требуют от детей того, чего недостает им самим...

## ЧУВСТВО ЮМОРА У КАЖДОГО СВОЕ

Чувство юмора формируется у детей довольно поздно. Как и эстетический вкус, грамотность или аккуратность, его обязательно нужно развивать. Вы наверняка обращали внимание на то, что так называемые детские анекдоты родителям обычно кажутся глупыми. А взрослые шутки в свою очередь вызы­вают недоумение у детей. Это вполне естественно и легко объясняется воз­растными особенностями, различным жизненным опытом и еще многими параметрами, от которых во многом зависят наше мышление и эмоции. Возможно, поэтому родителям и детям не так уж легко бывает найти общую почву для шуток. Но искать необходи­мо, иначе общение превращается в че­реду нудных нотаций или "дежур­ных" фраз.

## ВЫДУМЫВАЙТЕ ВМЕСТЕ. Все дети лю­бят фантазировать, и воображение может увести их очень далеко. Если вы пробуете включиться в этот творчес­ких процесс, гуляя с малышом на ули­це или коротая долгие часы в дороге, вы найдете над чем посмеяться.

***ВЫБИРАЙТЕ КНИГИ****, сюжет кото­рых обязательно заставит вас улыб­нуться. А если вы постараетесь чуточ­ку' "актерски" прочитать несколько ин­тересных глав, ребенок обязательно будет смеяться над героями, которые ему давно знакомы, - Винни-Пухом и Пятачком, друзьями из Простоквашино, Малышом и Карлсоном.*

***ОТКАЖИТЕСЬ ОТ ПРИ­КАЗНОГО ТОНА*** *в общении с ребенком. В тот момент, когда вы уже готовы прикрикнуть на него, постарайтесь с юмо­ром посмотреть на ситуацию. Он не любит убирать игрушки - "нарисуйте" словами смеш­ную картину на тему: что бу­дет твориться у вас дома, если вы перестанете мыть посуду, папа будет отказываться чи­нить сломавшиеся вещи, а ба­бушка - поливать цветы и гу­лять с собакой.*

## НАД ЧЕМ ЛУЧШЕ НЕ СМЕЯТЬСЯ

НАД НЕДОСТАТКАМИ. *Конечно, самокритика нико­му не повредит, но специаль­но приучать ребенка смеяться над собой нет необходимос­ти. Гораздо полезнее поболь­ше хвалить, чтобы повысить его самооценку. Только при­обретя уверенность в себе, по­степенно он сам "дозреет" до того, чтобы посмеяться над своими промахами. Дети, как правило, пре­красно знают свои "больные мозоли" и очень не любят, когда на них насту­пают взрослые.*

Возьмем простой пример: ребенок страшно застенчив и при встрече с не­знакомыми людьми совершенно теря­ется. Возможно, он при этом действи­тельно имеет жалкий вид, но, посуди­те сами, какой смысл над этим смеять­ся? Малыш и так переживает из-за сво­ей робости, а окружающие часто не прочь (даже не со зла) подлить масла в огонь. Чувствовать себя в центре вни­мания, да еще в качестве объекта для шуток ему совсем не сладко. Такому ребенку сперва нужно помочь изба­виться от застенчивости, и только по­том, когда он станет взрослее, общи­тельнее, можно и подтрунить над его былым недостатком. Но, опять же, не "просто так", а с целью возвысить ре­бенка в собственных глазах, подчерк­нуть, как важно то, что ему удалось-та­ки себя преодолеть.

НАД ВНЕШНОСТЬЮ. *Неудачная шутка по поводу внешности может ра­нить малыша настолько сильно, что он запомнит обиду на всю жизнь. Осо­бенно опасно шутить над тем, что не­возможно или очень трудно изменить. Прическа или одежда - вещи поправи­мые, а вот с курносым носом, обилием веснушек, ярко рыжими волосами или оттопыренными ушами придется жить. Посмеиваясь над этими незначи­тельными недостатками, можно поро­дить у ребенка массу трудно искореня­емых комплексов.*

Родителям стоит знать, что дети, над которыми смеются дома, не упус­тят случая "взять реванш" и отыграть­ся на ком-то более слабом. Например, на младшем брате или сестре, на более слабом товарище, девочке-заике из детсадовской группы.

*НАД ВСЕМ НА СВЕТЕ. Встречаются семьи, где в разговорах родителей с детьми постоянно звучат иронические нотки. Причем не обязательно обид­ные. Просто так принято, так заведено в кругу, к которому принадлежат эти люди. Свой стиль общения взрослые не стараются изменить и в разговорах с детьми, позабыв о том, что ирония - сложная вещь, до конца не понятная им. И вот ребенок, который, естествен­но, копирует поведение папы и мамы, с пеленок привыкает к тому, что ни о чем на свете дома не говорят всерьез. Он учится вести себя точно так же, но более нелепым, "неуклюжим" образом: дурачится, ерничает, постоянно что-то демонстрирует другим.*

*В результате взрослых это начинает раздражать, в коллективе ребенок ужи­вается с трудом, друзьям не нравится терпеть его обидные шуточки и прозвища, а родители тщет­но ищут причину такого пове­дения.*

## УЧИТЕСЬ РАДОВАТЬСЯ

Развивать у ребенка чувство юмора, безусловно, важно. Но, пока малыш еще очень силь­но привязан к родителям - в дошкольном и младшем школьном возрасте, гораздо важнее другое: не подавить его природную жизнерадост­ность, которая присуща каж­дому человеку с рождения. Ре­бенок любопытен и с радос­тью делает каждый день свои маленькие открытия. Даже когда он надоедает вам беско­нечными "почему?" и "как?", следите за своим выражением лица и тоном разговора.

Чем труднее, чем болезнен­нее ребенок, тем больше в квартире должно звучать сме­ха и веселых голосов, шуток и песен. Есть замечательная книга "Полианна" американ­ской писательницы Э.Портер, в которой рассказывается о маленькой девочке, умевшей даже в самом непри­ятном событии находить какие-то хо­рошие стороны. А что, если попробо­вать? Впрочем, и у нас есть мудрая по­говорка: "Что Бог ни делает, все к луч­шему". Разве вы не замечали, насколь­ко она правдива?

Старайтесь подмечать доброе, за­бавное в самых, казалось бы, обыден­ных событиях, учите ребенка радо­ваться мелочам - и вы будете изумле­ны тем, как быстро ваша жизнь изме­нится к лучшему.

# Татьяна Шишова

КАК ОТНОСИТЬСЯ К "ЧЕРНОМУ ЮМОРУ"?

Иногда родители счи­тают своих детей жес­токими, потому что те смеются в самых, ка­залось бы, неподхо­дящих случаях. К при­меру, персонаж мультфильма упал с табуретки и набил се­бе шишку или рас­плющился "в лепеш­ку". В действительно­сти смех в таких ситу­ациях - не проявле­ние жестокости. Де­тей смешит неожи­данность ситуаций.

"Плоский" юмор все­гда понятнее, чем бо­лее тонкий, интеллек­туальный. Отличать одно от другого дети со временем научат­ся, если вы им в этом поможете. В так назы­ваемых "комедиях по­ложений" (а к ним от­носятся и фильмы Чарли Чаплина) про­исходит примерно то же самое. Гораздо опаснее, если чья-то неловкость в реаль­ной жизни, которая привела к падению и действительной боли, не вызовет сострада­ния, а лишь рассме­шит ребенка.

Не стоит поощрять увлечение детей "чер­ным юмором". Задача взрослых- научить их отличать просто смешное от смешного с привкусом садизма.