# C:\Users\Дима\AppData\Local\Microsoft\Windows\INetCache\Content.Word\lamp.jpgЦентр личностного развития для детей и подростков

**«Вундер-Киндер!»**

## 2015-04-04 - Занятие №11 Фокус на негативе и позитиве

|  |
| --- |
| Здравствуйте, участники программ личностного развития для детей!Сегодня я еще раз расскажу о главном направлении моей работы с детьми. Самое интересное, что со взрослыми я работаю в том же самом направлении. Просто форматы разные. Взрослым я на примерах и через аналогии объясняю, как можно действовать в той или иной ситуации, а с детьми примеров и аналогий 10%, остальные 90% – практика.* Так вот, направление работы такое – смена фокуса с негатива на позитив. Ссоры, обиды, слезы, апатия, скованность, агрессивность – все это возникает, когда человек сконцентрирован на негативе. У ребенка забирают игрушку, ребенка перебивают, ребенку запрещают, ребенок проигрывает, ребенка задевают, бьют, обзывают, ребенку что-то не достается, ребенок ударился, ребенка высмеивают, и он может ЛИБО расстраиваться, злиться, кричать, вцепляться руками и зубами, плакать, мстить, бить и обзывать в ответ, жаловаться, развивать панику (все плохо) или паранойю (все меня не любят), ЛИБО проявить щедрость, великодушие, терпимость, оставить без внимания, попросить дружеским тоном, подумать о хорошем, пошутить, предложить решение ситуации, надеяться на лучшее, быть уверенным в себе. Это тайна тайн, дорогие читатели моих статей. Это можно начать видеть, как зеленые цифры в матрице, если долго всматриваться в людей. Особенно в детей. Я всю прошлую неделю проработал с малышами, подменял нашу преподавательницу Викторию. Провел 4 группы с детками от 2-х до 3-х лет. Во-первых, это мое счастье. Хочется набрать себе такую группу. С ними работают все мои навыки и знания, которые я насобирал за годы своей практики с более взрослыми детьми. Во-вторых, наблюдая за малышами, можно увидеть, как устроены люди, словно в увеличительное стекло!
 |
| * Двухлетние дети живут эмоциями и интересами. У них очень мало целеполагания и размышлений. Чтобы добраться до настоящих эмоций и интересов взрослого человека, часто нужно очень долго копать, анализировать и интерпретировать его поведение. А у маленьких детей нет этих вуалей, нет социализации, которая скрывает волны, штили и штормы их подсознания. Ребенок не хочет уходить из игровой комнаты – он сконцентрирован на расставании с игрушками, с той радостью, которая у него здесь была, а можно и нужно в этот момент быть сконцентрированным на встрече с мамой, прогулкой, едой, да на чем угодно еще интересном в этом мире. Девочка двух с половиной лет плачет, а моя задача перенаправить ее сознание на что-то позитивное в самое короткое время. И когда у меня получается, ее слезки высыхают в считанные секунды. Это удивительно для родителей, которые не понимают принципа фокусировки. Мой разговор с ребенком, который приводит к тому, что она отдает мне игрушку, улыбается и машет мне на прощание рукой, выглядит каким-то шаманизмом. Почему она перестала плакать? Что я такого сделал? Прежде всего, я не циклился на негативе. Кажется, это самое важное умение, которым я стараюсь овладеть. Я не говорю в мрачных тонах фразы типа: «все, хватит», «не делай», «перестань» и т.д. Я не тяну из ее рук игрушку. Я говорю бодрым, веселым, нежным тоном каких-то несколько секунд о чем-то приятном, чтобы вывести ребенка из негативного фокуса. Это может быть даже сочувствие по поводу того, что ребенку не хочется уходить. Если это сказано легко, без надрыва, то это уже фокус не на проблеме, а на взаимопонимании. Но это может быть и что-то совсем другое – что-то веселое, что было на занятии или что будет в жизни ребенка дальше. Я видел уже, наверное, тысячу случаев, когда негативные эмоции поддерживаются только бараньим упорством двоих – либо двоих детей, либо ребенка и родителя, либо ребенка и педагога. Жутко осознавать, что большинство трагедий в этом мире связано с фокусировкой на негативе. Все крики, ссоры, драки и войны – все лишь результат привычки фокусироваться на негативе. Глядя на то, как быстро ребенок может перестать плакать, можно понять, как легко можно было бы избежать войн. В истории множество примеров, когда всего лишь одна светлая мысль на переговорах спасала миллионы жизней. Так много войн и эмоционального насилия, потому что так мало людей, которые умеют не циклиться на негативе.
 |
| * Примеров того, как фокус на негативе мешает жить, создает проблемы и приводит к трагедиям, очень много. Я пока описал, причем далеко не детально, только один пример – про уход из центра. Но также явно виден принцип фокусировки в случаях, когда дети спорят из-за игрушки, когда дети случайно или специально бьют друг друга, когда обзываются, повышают голос и прочее. Всегда есть два варианта фокусировки и, следовательно, два варианта поведения - можно в гору пойти, а можно гору обойти. Поскольку маленькие детки живут здесь и сейчас, можно в течение занятия увидеть одно и то же много раз. Можно прям в течение 2-х минут проиграть с ними несколько вариантов поведения и увидеть, какая колоссальная разница между криком «ОТДАЙ МОЮ МАШИНКУ!» и просьбой «дай, пожалуйста, машинку». В первом случаю ответом будет крик «НЕТ! ОНА МОЯ!», во втором случае либо тихое «не…», либо «хорошо, держи». Но даже в случае тихого «не…» ситуация кардинально другая - ребенок, который попросил вежливо, уже готов к отказу во много раз больше, чем если бы он кричал «ДАЙ СЕЙЧАС ЖЕ!!!!»

На этом все! Спасибо за внимание! |