



№1
(179)

Официальный сайт прихода
http://www.p-blagovest.ru/

По благословению митрополита Крутицкого и Коломенского Ювеналия

ПАНТЕЛЕИМОНОВСКИЙ ВЯЗГОВЕСТ

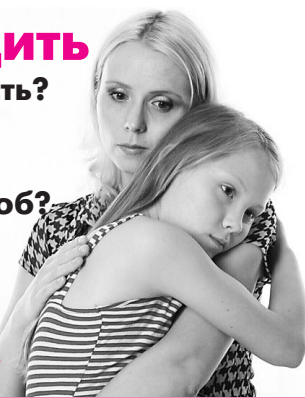
Приходской вестник храма во имя святого великомученика и целителя Пантелеимона ✦ январь 2014 г.

**Как победить
раздражительность?**

**Общение
или сражение в лоб?**

Почему дети ведут
себя плохо?

Читайте на стр. 6 и 7



С Рождеством Христовым и Новолетием!

Чтобы возрадоваться духом

ПАСТЫРЬСКОЕ
СЛОВО

Дорогие братья и сёстры!
Вот уж близок дорогой всем нам праздник Рождества Христова. Так позаботимся о том, чтобы встретить его по-христиански, духовно.



Давно уже поём мы на богослужениях: *Христос рождается...* И поём для того, чтобы заблаговременно вникнуть в великую тайну воплощения Сына Божия: для чего Сын Божий сошёл на землю? для чего воплотился от Духа Святого и Марии Девы и стал человеком, не переставая быть Богом?

Так для чего же? – *Сего ради высокий Бог на землю сниде, да нас на небеса возведет* – говорит нам Святая Церковь в Акафисте Пресвятой Богородице (кондак 8). То есть Сын Божий сошёл на землю для того, чтобы спасти нас от греха и смерти вечной и **возвести нас на Небо** – туда, где вечная жизнь, вечное блаженство.

Если же Христос сошёл к нам для того, чтобы возвести нас на Небо, то и мы должны **заблаговременно** чаще возноситься туда мыслями и сердечными желаниями и отрешаться душами своими постепенно от всего, что привязыва-

ет нас к земле – к стране искушений, бедствий, болезней, скорбей, грехов и соблазнов.

Будем же внимательны к себе, не попустим увлечься в преддверии великого торжества и в дни праздника суетными заботами – о том, что пить и есть, во что одеться, где развлечься...

И тогда, Бог даст, возрадуется дух наш о Господе!

Так пусть же дни наступающего Нового года станут нашим верным следованием по стопам Спасителя. Только тогда мы непременно придём на Небо, к Нему, нашему Создателю и Владыке. Аминь.

**С любовью о Господе
Родившемся,
протоиерей
Николай Струков**

Духоносный кладезь

23 января исполняется 120 лет со дня кончины святителя Феофана Затворника

ЮБИЛЕЙНЫЕ
ДАТЫ



Имя «Феофан» с греческого переводится как «Богоявление». И примечательно, что маленький домовый храм, где в затворе ежедневно в течение последних одиннадцати лет своей жизни совершал Божественную литургию святитель Феофан Затворник, освящён в честь Святого Богоявления. Примечательно и то, что сама кончина Вышенского затворника последовала именно в день Богоявления в 1894 году, после отслуженной им последней Божественной литургии. В связи с тем, что в день самого Богоявления не совершается память святых, дата празднования дня памяти святителя Феофана была перенесена с 6 (19) января на четыре дня вперёд – 10 (23) января – на день его рождения.

Чем же замечателен святитель Феофан Затворник? Нужно сразу отметить, что святитель Феофан был по-настоящему учёным человеком, причём учёным разноплановым, настоящим энциклопедистом. Помимо обширной литературной и переводческой деятельности (а святитель прекрасно знал греческий, занимался французским, еврейским, арабским языками) его интересовали и естественнонаучные вопросы.

Но всё-таки основной, может быть, главный вклад святителя Феофана – именно его литературное наследие: многотомное толкование на Апостольские послания, толкование на псалмы, книга Евангельской истории, «Добротолюбие», многочисленные книги духовно-нравственной тематики, письма и проповеди. То, что сейчас мы имеем

«Добротолюбие» на русском языке, – целиком заслуга святителя Феофана. До него существовал перевод преподобного Паисия Величковского на церковнославянском языке, а русского перевода не было.

Отдельно нужно сказать о переписке святителя. Получая ежедневно по двадцать – сорок писем, он аккуратно собственноручно отвечал на каждое. Среди адресатов были и люди духовного звания, и простецы, и учёные, и высокопоставленные знатные особы. Круг тем, обсуждаемых в письмах, безграничен. Если приблизительно прикинуть количество писем, написанных святителем, то за двадцать с лишним лет затвора оно приближается к 300 000! А если иметь в виду, что писал эти письма духоносный мудрый старец, наделённый даром видеть духовным взором, то нужно признать, что влияние святителя Феофана и на своё время, и на последующее колоссально. Но дело здесь не в количественных оценках.

Святитель поистине пробуждал в людях любовь к духовной жизни и являл им свет Божественной истины, оправдывая при этом своё имя – «Богоявление».

Анастасия Мухина

Ещё один юбилей святителя Феофана

В 2015 году исполняется 200 лет со дня рождения святителя Феофана Затворника. По благословению Святейшего Патриарха Московского и всея Руси Кирилла этот юбилей будет праздноваться на общецерковном уровне. Одной из важнейших задач в преддверии празднования стала работа над текстологически подготовленным изданием Полного собрания творений святителя Феофана Затворника (более 40 томов), которое должно стать первым за долгие годы научно-исследовательским и издательским проектом такого рода в области русской патристики (богословские воззрения Отцов Церкви). С этой целью сформирован Научно-редакционный совет под руководством Председателя Издательского Совета Русской Православной Церкви митрополита Калужского и Боровского Климента.

Совет объединил в своих рядах видных учёных – представителей церковной и светской академической науки. В его состав вошли представители духовных академий, богословы, а также известные филологи, текстологи, историки – учёные из Института мировой литературы РАН, Института русской литературы РАН, МГУ им. М.В. Ломоносова, Петрозаводского государственного университета и других центров гуманитарной науки России.

Планируется, что основная часть томов Полного собрания творений святителя Феофана Затворника будет выпущена в конце 2014 – начале 2015 года. Издание распространяется по подписке. Объявление о начале подписки будет размещено на сайте theophanica.ru.

Елена Добронравова

Во тьму веков та ночь уж отступила,
Когда, устав от злобы и тревог,
Земля в объятьях неба опочила
И в тишине родился С-нами-Бог.
И многое уж невозможно ныне:
Цари на небо больше не глядят,
И пастыри не слушают в пустыне,
Как ангелы про Бога говорят.
Но вечное, что в эту ночь открылось,
Несокрушимо временем оно,
И Слово вновь в душе твоей родилось,
Рождённое под яслями давно.
Да! С нами Бог, – не там, в шатре лазурном,
Не за пределами бесчисленных миров,
Не в злом огне, и не в дыханье бурном,
И не в уснувшей памяти веков.
Он здесь, теперь, – средь суеты случайной,
В потоке мутном жизненных тревог
Владеешь ты всерадостною тайной:
Бессильно зло; мы вечны; с нами Бог!

Владимир Соловьёв



Юбилей «Бурана»

На приходе Пантелеимоновского храма Жуковского благочиния 14 ноября 2013 года было проведено празднование 25-летия полёта многоразовой космической системы «Энергия» – «Буран». В этот день прошли лично-командные открытые первенства по запуску моделей ракет и научно-практическая конференция.

Настоятель храма протоиерей Николай Струков в своём приветственном слове поздравил школьников и всех присутствующих с юбилейной датой и призвал учащихся изучать историю нашей Родины и отечественные научно-технические достижения, а также быть продолжателями великих дел в авиационно-космической отрасли.

В соревнованиях участвовали ученики школ №№6, 9, 10, 12, 15, лицея №14, студенты Жуковского авиационного техникума. Модели ракет были изготовлены ребятами в школьных авиационных кружках. Оценивал выступления участников соревнований главный судья республиканской категории, преподаватель лицея №14 В.Е. Першин, вложивший много сил в организацию этих соревнований.

На соревнованиях присутствовали представители отряда космонавтов-испытателей: заслуженные лётчики-испытатели РФ Сергей Николаевич Тресвятский и Урал Назибович Султанов; академик РАЕН, доктор технических наук, профессор Николай Степанович Мельников – научный руководитель специальной лётной подготовки лётчиков-космонавтов-испытателей «Бурана», начальник отдела ЦАГИ, кандидат технических наук Юрий Журавович Ходжаев, который работал по теплозащите «Бурана», В.В. Семёнов, работавший начальником отдела и заместителем главного конструктора ЭМЗ им. В.М. Мясищева, и другие гости.

После соревнований в выставочном зале воскресной школы участников и гостей ждали длинные ряды столов с пирогами, яблоками, горячим чаем, заботливо приготовленными прихожанами храма. Здесь прошла конференция в честь юбилея полёта «Бурана».

От имени прихода победителей соревнований – учащихся школы №10 (1-е и 3-е места) и студентов ЖАТ (2-е место) – за личное первенство наградили медалями и дипломами. Учащимся школы №10 за 1-е командное место вручили кубок и ценный подарок – модель радиоуправляемого самолёта.

Все присутствующие с интересом посмотрели фильм студии «Крылья России» о «Буране». Учитель астрономии МОУ гимназии №1 и МОУ лицея №14, руководитель астрономического кружка им. Е.П. Левитана Михаил Владимирович Купцов показал ролик с ночными видами Земли, снятой с летящего космического корабля. Ребята проявили большой интерес к фильму, задавали вопросы.

В рамках научно-практической конференции с докладами выступили ученик школы №9 Максим Рыбин, студентка 4-го курса МФТИ Алёна Сорокина и преподаватель лётной практики ФАЛТ МФТИ Евгений Николаевич Лебедев.

Отец Николай отметил, что здесь, на приходе, хранится уникальный беспилотный орбитальный ракетоплан БОР-4, побывавший в космосе в рамках реализации программы «Буран». Работы по теме

«Бор» начались в ЛИИ с 1952 года. Полученный научно-технический задел впоследствии был использован при создании ОК «Буран».

Батюшка рассказал, как ветераны ЦАГИ, увидев орбитальный ракетоплан «Бор», в создании которого они принимали участие, обнимали его и даже плакали. Они были очень благодарны, что «Бор» – предшественник «Бурана» – сохранён для потомков.

Среди множества выступающих на конференции были и те, кто принимал непосредственное участие в программе «Буран». Из 10 членов отряда космонавтов-испытателей живы 5 человек, двое из них принимали участие в конференции, это заслуженные лётчики-испытатели РФ Сергей Николаевич Тресвятский и Урал Назибович Султанов.

Они рассказали о людях, которые работали над этим проектом, поблагодарили участников конференции за то, что те хранят память о достижениях в области авиации и космонавтики, за то, что порадовали



их своими успехами в соревнованиях и подготовке докладов, а также передали привет от лётчика-космонавта, командира отряда «Буран» Игоря Петровича Волка, который не смог прийти на праздник.

Николай Степанович Мельников, научный руководитель специальной лётной подготовки лётчиков-космонавтов-испытателей «Бурана», рассказал о своей книге «Бураном сожжённые...». Юрий Журавович Ходжаев, работавший в отделе прочности, поделился своими воспоминаниями о том, как они занимались теплозащитой «Бурана». Он передал в дар музею прихода образцы теплозащиты.

Сотрудник музея ЛИИ им. М.М. Громова М.Ф. Леонова и сотрудник музея ЦАГИ И.А. Котельникова также рассказали много интересного о людях, занимавшихся по программе «Буран».

Все выступающие горячо благодарили отца Николая за его неустанные труды по патриотическому воспитанию молодёжи и гражданскую позицию в отношении возрождения отечественной авиации и космонавтики. И действительно, на приходе действуют музей истории города Жуковского, отечественной авиации и космонавтики, авиамодельные кружки и Аэрокосмический центр. За два года приходом храма в лице руководителя Аэрокосмического центра В.И. Путинцева проведено 19 городских соревнований и четыре выставки моделей самолётов и ракет, посвящённых авиационным праздникам. Начало положено хорошее, дай Бог, чтобы все эти добрые традиции сохранились на «многая лета».

Надежда Бычкова
Роза Астрова

ПРИХОДСКИЕ НОВОСТИ

Долгожданная встреча со зрителем



В выставочном зале воскресной школы Пантелеимоновского храма Жуковского благочиния 26 ноября открылась выставка члена Союза художников России, кандидата архитектуры, ветерана Великой Отечественной войны Михаила Ивановича Суханова.

Представила работы художника директор Музея истории и культуры пос. Малаховка Т.А. Гордеева.

Михаил Иванович, родившийся в 1917 году, пережил вместе с нашей страной все катаклизмы послереволюционной жизни, что не могло

не отразиться на его творчестве. Вместе с тем работы художника, изображающие природу Севера и православные храмы, трогают сердце русского человека.

Поскольку в работах художника прослеживается церковная тематика, в советские годы М.И. Суханов не мог выставить свои картины и встретиться со зрителем. Вот почему эта выставка стала долгожданной как для художника, так и для его почитателей. И уже с приходом первых посетителей в выставочном зале стали слышны слова благодарности.

Наталья Богословская

Гости из Подольска

Около сорока прихожан храмов г. Подольска прибыли 30 ноября 2013 года на Пантелеимоновский приход Жуковского благочиния.



Знакомство гостей с приходом Пантелеимоновской церкви началось с экскурсии по его территории и храмам.

В церкви Преображения Господня благочинный Жуковского церковного округа протоиерей Николай Струков отслужил для паломников молебен, по окончании которого сказал слово о значении молитвы в духовной жизни православного христианина.

Затем гости посетили Церковный историко-археологический кабинет, при-

ходские музеи и выставку работ художника М.И. Суханова, услышали рассказ об истории куклы. Некоторые успели даже поработать на настоящих ткацких станках и смастерить что-то своими руками.

После такой обширной программы обед в приходской трапезной показался гостям особенно вкусным. По окончании трапезы паломники с новыми силами отправились в Покровский храм Жуковского благочиния.

Наталья Богословская

Проповедь на языке музыки



В актовом зале школы № 15 с русским этнокультурным компонентом 8 декабря 2013 года состоялся вечер памяти священномученика Серафима (Чичагова), организованный приходом Пантелеимоновского храма. Ставший традиционным вечер собрал более 150 гостей – представителей Общества священномученика митрополита Серафима (Чичагова), прихожан храмов и жителей г. Жуковского.

Встреча началась с соборной молитвы. Со словом приветствия к собравшимся обратился благочинный Жуковского церковного округа протоиерей Николай Струков.

В программу вечера вошли вокальные и фортепианные сочинения Владыки Серафима, а также отрывки из его проповедей и писем, отражающие духовный смысл

доцент Московской Государственной консерватории И.Г. Соколов. В исполнении Лауреата всероссийских и международных конкурсов, солистки Государственного Академического Московского областного хора им. А.Д. Кожевникова Г.Ф. Митрофановой прозвучали вокальные произведения Владыки.

В заключение собравшимся был показан фильм о Великом освящении Митрополитом Ювением Преображенского храма.

После концерта гости посетили музей прихода, в том числе Церковный историко-археологический кабинет, один из разделов экспозиции которого посвящён священномученику Серафиму (Чичагову).

Многие люди покидали зал со слезами на глазах. Вечер стал воистину христианской проповедью на языке музыки.

Наталья Богословская

ПРИХОДСКИЕ НОВОСТИ

музыкальных произведений автора.

Вечер вела поэтесса Н.В. Карташова. Отрывки из проповедей и писем читал преподаватель «Основ православной культуры» школы №15 и миссионер прихода О.Ю. Мухин. Фортепианные произведения Владыки Серафима исполнил композитор, пианист,

Работа Антинаркотической комиссии

Выездное заседание Антинаркотической комиссии городского округа Жуковский состоялось 18 декабря 2013 года на приходе Пантелеимоновского храма Жуковского благочиния.



На заседании Комиссии присутствовал благочинный Жуковского церковного округа протоиерей Николай Струков.

Председательствовал на заседании советник Главы Администрации В.И. Котов.

Комиссия заслушала сообщения сотрудника отдела Управления ФСКН России по Московской области Е.В. Заваруевой и заместителя начальника полиции по охране общественного порядка в городе А.А. Ишкина об оперативной обстановке в городе и о результатах их работы по борьбе с незаконным оборотом наркотиков в 2013 году.

Прошло обсуждение участия Управления по культуре, спорту и делам молодёжи, Управления образования, Управления информационной политики в системе межведомственного взаимодействия по профилактике наркомании в обществе.

Протоиерей Николай Струков поделился опытом пастырской работы с молодёжью, рассказал о том, как бывает легко даже благополучных людей вовлечь в поначалу «бе-

зобидное» занятие – просто «попробовать» наркотик в компании друзей. Отец Николай отметил, что делается на приходах Жуковского благочиния по духовно-нравственному воспитанию, расширению кругозора детей и молодёжи, изучению родной истории и культуры. В качестве примера прозвучала информация о работе православного молодёжного клуба «Встреча» и создании клуба молодых родителей на приходе Пантелеимоновского храма.

Руководитель информационно-профилактической группы самопомощи «Выздоровление» Артём Валерьевич Нечаев рассказал о работе на приходе Пантелеимоновского храма с наркозависимыми и созависимыми людьми, а также о работе по созданию православной группы трезвости «Метаноя».

В заключение заседания протоиерей Николай благословил собравшихся на дальнейшую работу.

Священник Сергей Симаков

Защитница осаждённого города

СТРАНИЦЫ РУССКОЙ ИСТОРИИ

Об избавлении жителей Ленинграда от блокады молились многие. Были молитвенники, которые брали на себя особые духовные подвиги. Среди них подвижник XX века митрополит Зиновий (Мажуга), воспитанник знаменитой Глинской пустыни. Вот что поведал он о совпадении даты снятия блокады Ленинграда с памятью равноапостольной Нины...



27 января, в день памяти святой равноапостольной Нины, исполняется 70 лет со дня снятия блокады Ленинграда (1944).

В Петербурге возведён храм в честь Успения Пресвятой Богородицы на Малой Охте, посвящённый блокадным страдальцам, в котором находится и икона равноапостольной Нины. Ежегодно в день её памяти совершается Божественная литургия с прославлением св. Нины и молитвами о погибших в годы блокады. 27 января на торже-

ственное богослужение в Успенский храм собираются многие жители Петербурга, пережившие скорбные дни блокады.

В Успенском храме собираются свидетельства о церковной, молитвенной жизни блокадного города, которая долгие годы была сокрыта. А ведь в городе на Неве не прекращалась литургическая жизнь, в десяти действовавших на начало войны православных храмах приносилась бескровная Жертва. Пережил с городом всю блокаду митрополит Ленинградский и Новгородский Алексий (Симанский), будущий Патриарх Алексий I.

Будем чтить память наших соотечественников, много претерпевших в те страшные годы блокады.

Елена Добронравова

«Многие народы скорбели, молились, помогали, как могли, осаждённому и гибнущему населению Ленинграда.

...В те дни однажды мне под утро привиделось, как святая равноапостольная Нина предстает перед престолом Божиим на коленях и молит Господа помочь страдающим людям осаждённого города одолеть супостата. И при этом из её глаз по щекам катились крупные, величиной с виноградину, словно хрустальные, слёзы. Я это растолковал так, что Божия Матерь дала послушание святой Нине быть споручницей этому осаждённому городу.

Издравле на Руси считалось: в день какого святого одержана победа над врагом, значит, этот святой и способствовал ей. И посему жители Петербурга в знак Божией милости к ним и в знак признательности святой Нине за её предстательство перед Господом в каждом храме должны иметь образ святой Нины с соответствующей надписью в память полного снятия блокады, чтобы потомки помнили и знали о наших скорбях и радостях. Ну а если храм созиждут в память св. равноапостольной Нины и всех мучеников блокадных, то благо будет им и потомкам их».



ЧТЕНИЕ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ

Все мы лишь странники

«Духовные посевы» протоиерея Григория Дьяченко



Как-то вечером император сидел у дверей своего дворца. В эту минуту мимо проходил монах с посохом в руке и с сумкою за плечами. Вдруг он остановился и направился ко дворцу.

– Куда ты, отче? – остановили его слуги императора.

– Хочу войти в эту гостиницу, – ответил монах.

– Это не гостиница, а царский дворец! Проходи дальше!

Император, слышавший этот разговор, приказал привести монаха и сказал ему ласково:

– Добрый отче! Это не гостиница, а дворец, а я император.

Нисколько не смутившись, монах спросил:

– Ваше величество! Кому принадлежал этот дворец пятьдесят лет тому назад?

– Моему деду, – отвечал император.

– А после Вашего деда кому?

– После деда – моему отцу.

– А после отца?

– Мне...

– А после Вас, когда Вы умрёте?

– Моему сыну...

Тогда монах воскликнул:

– Государь! Так разве не гостиница дом, в котором пребывало столько народу?!

Император понял, что хотел сказать монах. Он взял его за руку, проводил в свой дворец и приказал приютить и угостить.

Действительно, все мы, богатые и убогие, большие и малые, только проходим по этой земле. Нет у нас здесь постоянного вечного жилища, все мы лишь странники, и никому из нас нечем гордиться друг перед другом.

Богатый и бедный – никто из них ничего не имеет здесь навеки. Только вера в Бога, добрые дела и благочестивая жизнь – вот то богатство, которое никогда не отнимется у нас.

Стяжай это сокровище и никогда не говори при этом: «Довольно».

Анастасия Мухина



Молодёжный клуб
для тех, кто ищет близких
по духу людей.
Интересные беседы,
новые знакомства,
дружественная атмосфера!

Встречаемся каждое
воскресенье в 16:00
в школе №15, каб. 27
http://vk.com/zhuk_vstrecha

Приглашаем всех
желающих

26 января в 16:00

на Молодёжный
Рождественский
вечер



В программе:
творческие номера,
салонные танцы
и дружеское общение.

Место проведения:
Центр «Ковчег»
пос. Кратово,
ул. Молодцова, д. 21а,
тел.: 8 (499) 424-04-64



Клуб православных родителей
на приходе
Пантелеимоновского
храма

План мероприятий
на январь

- **5 января в 14:00**
Паломническая поездка на приход храма в честь Рождества Иоанна Предтечи. Сбор родителей и детей у здания воскресной школы на территории Пантелеимоновского прихода.
- **10 января с 11:00 до 17:00**
Участие в празднике, посвящённом Рождеству Христову, на территории Иоанно-Предтеченского храма.
- **12 января в 16:00**
Спектакль для детей и родителей «Рождественский вертеп».
- **19 января в 16:00**
Совместное занятие детей и родителей на тему «Дружба».
- **26 января в 16:00**
Встреча для родителей с писателем, психологом, многодетной мамой Пятницкой Ириной Петровной.

Место проведения встреч
Клуба: воскресная школа
Пантелеимоновского
прихода, комната «Светёлка».

Контактные телефоны:
8-985-994-82-86 (Владимир),
8-916-862-92-72 (Илария),
8-910-440-99-14 (Елена).

О ВЕРЕ И НЕВЕРИИ

На пороге смерти

Оберст Аллер, вольнодумец, читал своему другу доктору Эллиоту выдержки из своего сочинения в опровержение христианства. В это время его позвали к умирающей дочери. Он вошёл, когда мать больной только что дочитала ей один из псалмов.

Дочь порывисто схватила руку отца и сказала ему:

— Отец! Ты меня воспитывал в неверии, а мать в вере. Я умираю, скажи мне правду: должна ли я утвердиться на твоём учении или на учении матери?

Помутилось в глазах у вольнодумца, задрожал он нервной дрожью и с волнением сказал:

— Дитя! Верь, чему учила тебя мать...

Анастасия Мухина

Клиросное пение для детей



На приходе Пантелеимоновского храма осуществляется набор детей школьного возраста, владеющих нотной грамотой, для обучения пению на клиросе с последующим участием в Божественной литургии.

Справки по телефонам:
8-903-657-42-45, 8-963-770-10-73 (Ольга Юнг)

Воскресная школа прихода Пантелеимоновского храма

Расписание занятий

Иконоведение и догматика – воскресенье 12:00
Церковно-славянский язык – среда 19:00
Литургика. Изучение чиноследования
Божественной литургии – четверг 20:00

Место проведения:
Школа № 15, кабинет № 27

НАМ ПИШУТ

Рождество Христово



Марии Господь дал известие о Сыне, И чудо великое произошло – Младенец дремал на обычной овчине, Во сне улыбаясь стихии назло...

Дул ветер неистовый остервенело. И холод вокруг не щадил никого. Но путникам мысль всем троим душу грела, Что скоро, что скоро увидят Его...

В пещере лучина уже догорала, Во мрак отдавая остатки тепла. Рассвет приближался ни поздно, ни рано. В углу было слышно дыханье вола...

А мимо звезды тучи чёрные плыли. Воскликнули старцы: «Вперёд – с нами Бог!..» Потом отряхнули одежду от пыли И с трепетом переступили порог...

Александр Бышев,
пос. Кромь Орловской области

ЖИВЫЕ УРОКИ ДОБРА

Лучшая проповедь

Из воспоминаний протоиерея Андрея Ткачёва



Было время, я хотел выучить сто языков. И на каждом из них хотел рассказать людям евангельскую историю. «Пусть миллионы поверят в Иисуса Христа», – думал я и твердил наизусть турецкие фразы, французские глаголы и персидские пословицы.

А однажды случилось увидеть в торговом центре прося-

щего милостыню корейца (а может, вьетнамца). Ему нужны были не деньги, а еда. Это читалось в его глазах.

Я взял его за руку и повёл. Купил суп, хлеб, второе и сок. Ничего не сказал, но подумал: «Ради Тебя, Господи».

Языки я так и не выучил, а то была моя лучшая проповедь.

Надежда Кутайцева

Рождество Христово – в Новорождество!

На территории храма в честь Рождества Иоанна Предтечи 10 января с 11 до 17 часов

СВЯТОЧНЫЕ ГУЛЯНИЯ! Для детей и их родителей!



Приносите лыжи, санки и ледянки.

Вас ждут снежные склоны, горячий чай и сюрпризы!



КОВЧЕГ

Центр детского развития и семейного досуга

План мероприятий
на январь

- **8 января (среда) в 14:00**
Открытие уникального интерактивного макета железной дороги. По завершении презентации макета в 16:00 состоится «Рождественский концерт» на берегу кратовского озера.
- **26 января (воскресенье) в 16:00**
Молодёжный Рождественский вечер. В программе: творческие номера, салонные танцы и дружеское общение.
- Ведётся запись детей с 2,5 лет в группы «Общего физического развития» и взрослых в «Группу здоровья»;
- Объявлен дополнительный набор в группы детей с 10 лет и взрослых в кружок «Батик».

Контактный телефон:
8 (499) 424-04-64

ОТ СЕРДЦА К СЕРДЦУ

Глиняный кувшинчик

Больной человек лежал на кровати. Он не мог встать, а жажда томила его. В это время родные все ушли по своим делам. Человек так стонал, что кувшинчик, стоявший на столе, исполнился состраданием к нему. Но как ему, глиняной штучке, дотянуться до больного?

«Дайте мне пить... Пить...» – только и шептал жаждущий. Собрав невероятные усилия, прикатился кувшинчик к постели, прямо под руку больного. Тот открыл глаза и изумился удивленному. Стало ему намного лег-

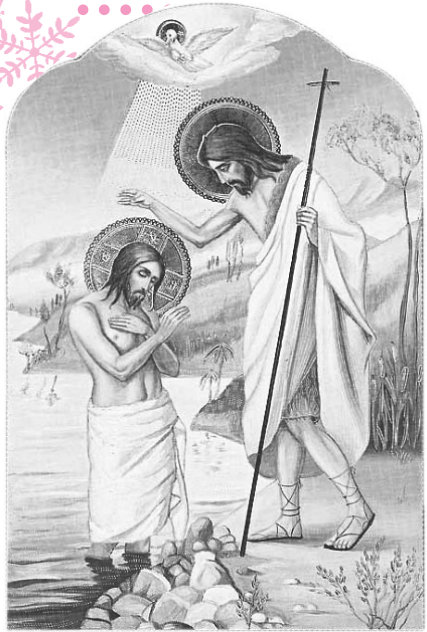
че. Поднеся кувшинчик к воспалённым губам, человек жадно припал к нему в надежде утолить жажду. Но сосуд был пуст.

Собрав последние силы, больной со злобой швырнул кувшин на пол. Единственный желающий помочь разлетелся на мелкие кусочки.

Нельзя уподоблять себя такому больному и превращать людей, стремящихся нам помочь, в жалкие кусочки глины. Пусть даже попытки их тщетны.

Надежда Кутайцева

В праздник Крещения и Богоявления Господня!



Праздник и его традиции

По материалам беседы с протоиереем Максимом Козловым

Богоявление издревле находится в числе великих двенадцатых праздников. Ещё в «Постановлениях Апостольских» (кн. 5, глава 12) заповедано: «Да будет у вас в великом уважении день, в который Господь явил нам Божество».



Этот праздник в Православной Церкви совершается с равным торжеством, как и праздник Рождества Христова. Оба эти праздника, соединённые святками, составляют как бы одно торжество. Святая Церковь издревле совершает великое освящение воды как в Навечерие (18 января), так и в самый день Богоявления (19 января).

Водосвящение в самый праздник получило своё начало в Иерусалимской Церкви и в IV-V веках совершалось лишь в ней одной, где был обычай выходить на реку Иордан для совершения водосвятия в честь воспоминания о Крещении Спасителя. Поэтому, если в Навечерие водосвящение совершается в храмах, то в самый праздник Богоявления водосвящение обычно совершается в том числе на реках, ис-

точниках и колодцах («хождение на Иордань»), ибо Христос крестился вне храма.

В любом церковном празднике необходимо различать его смысл и сложившиеся вокруг него традиции. В празднике Крещения Господня главное – Богоявление. Это Крещение Христа Иоанном Предтечей, это явление гласа Бога Отца с небес «Сей есть Сын мой возлюбленный» и Духа Святого, сходящего на Христа. Главное для христианина в этот день – участие в церковной службе, церковных Таинствах и чине водосвящения.

Вода, освящаемая на Крещение и Богоявление Господне, абсолютно одинакова в оба дня праздника – и в Крещенский сочельник (18 января), и в сам день Крещения и Богоявления (19 января).

Вообще применение святой воды в повседневной жизни православно-христианина многообразно. К примеру, её обычно кропят своё жилище, её употребляют натошак вместе с кусочком просфоры (особенно это относится к великой агиасме – воде, освящённой накануне и в самый день праздника Крещения Господня).

Особенным свойством святой воды является то, что, добавленная даже в небольшом количестве к воде обычной, она сообщает благодатные свойства и ей, поэтому в случае нехватки святой воды её можно разбавить простой.

Нельзя забывать, что освящённая вода – это церковная святыня, с которой соприкоснулась благодать Божия и которая требует к себе благоговейного отношения.

Святую воду принято употреблять с молитвой:

«Господи Боже мой, да будет дар Твой святой и святая Твоя вода во оставление грехов моих, в просвещение ума моего, в укрепление душевных и телесных сил моих, во здравие души и тела моего, в покорение страстей и немощей моих по беспредельному милосердию Твоему молитвами Пречистыя Твоея Матери и всех святых Твоих. Аминь».

Хотя и желательнее – из благоговения к святине – принимать богоявленскую воду натошак, но по особой нужде в помощи Божией – при недугах или нападениях злых сил – пить её можно и нужно, не колеблясь, в любое время. При благоговейном отношении святая вода остаётся свежей и приятной на вкус долгое время. Хранить её следует в отдельном месте, лучше рядом с домашним иконостасом.

Святитель Феофан Затворник пишет: «Вся благодать, идущая от Бога через святой Крест, святые иконы, святую воду, мощи, освящённый хлеб (артос, антидор, просфоры) и др., включая Святейшее Причастие Тела и Крови Христовых, – имеет силу лишь для тех, кто достоин этой благодати через покаяние, смирение, служение людям, дела милосердия и проявление других добродетелей

Обязательно ли окунаться в купель на Крещение?

Прежде всего мы должны отчётливо разделять две вещи. Обе по-своему хорошие, но друг другу не тождественные, просто внешне похожие.

Первое – моржевание, или закаливание, в том числе погружение в холодную воду зимой, в прорубь. «Закаляйся, если хочешь быть здоров», – это мы знаем. Происходят определённые процессы в организме, эндокринный всплеск, ощущение радости. Каждый, кто практиковал, знает это на собственном опыте.

Второе – если погружение совершается с верой в память о Крещении Иисуса Христа в Иордане. Тогда должна быть на первом месте религиозная составляющая. Человек окунается не потому, что хочет второй или десятый раз креститься (потому что креститься можно только один раз), а потому что желает актуализировать не только на уровне интеллекта, но и всем своим существом память о Крещении Спасителя в Иордане, прикоснуться к тому великому событию. В этом случае получается, в первую очередь, польза духовная.

Перед тем, как окунаться в Иордань, следует, конечно, обратиться за благословением к священнику, который вас знает, осведомлён о состоянии вашего здоровья. Желательно предварительно посоветоваться с врачом.



Ни в коем случае не должно перед купанием употреблять «согревающие» напитки. Если уж есть желание совершить такой подвиг, как крещенское погружение, то нужно постараться сделать это с горячим сердцем и трезвым сознанием.

В праздник Крещения Господня, как и в любой другой великий праздник, Церковь призывает нас прежде всего, если есть возможность, к молитвенному предстанию на богослужении и дома. Значительно более распространённой традицией, чем погружение в купель, является взятие в храм после чина Великого водосвящения великой агиасмы. Эту воду уносят с собой домой, хранят в каком-нибудь достойном месте, желательнее не с предметами быта и продуктами, и употребляют по мере необходимости для пользы души и тела внутри. В праздничные дни, 18 и 19 января, принято окроплять свой дом крещенской водой.

В Жуковском Иордань будет устраиваться на Москве-реке на территории храма Рождества Иоанна Предтечи. На реке будет организовано место для безопасного окунания, установлена палатка для переодевания, в трапезной храма гостям предложат горячий чай.

О БОГОСЛУЖЕНИИ

«Никогда воды Крещения не способны были бы очищать грехи человеческие, если бы они не были освящены прикосновением к телу Спасителя».

Святитель Амвросий Медиоланский

Расписание праздничных богослужений в храме Рождества Иоанна Предтечи:

18 января
Навечерие Богоявления (Крещенский сочельник).
8:30 Часы. Литургия свт. Иоанна Златоуста. Великая вечерня. Великое водосвящение.
19 января
Святое Богоявление. Крещение Господне.
3:00 Великое водосвящение на Москве-реке.
20 января
Собор Предтечи и Крестителя Господня Иоанна.
8:30 Часы. Литургия.

Богослужения совершает настоятель храма священник **Сергей Симаков.** Храм будет открыт для посещения в ночь с 18 на 19 января. 18, 19 и 20 января в храме будет осуществляться раздача крещенской воды.

христианских. Но если нет их, то эта благодать не спасёт, она не действует автоматически, как талисман, и бесполезна для нечестивых и мнимых христиан (без добродетелей).

Чудеса исцелений происходят и в наши дни, и они бесчисленны. Но чудесных действий святой воды удостоиваются лишь те, кто приемлет её с живой верой в обетования Божии и силу молитвы Святой Церкви, те, кто имеет чистое и искреннее желание изменения жизни, покаяния, спасения.

Дмитрий Язов

ДУХОВНАЯ ПОЭЗИЯ

Предтеча Господень

Пётр Вяземский

Спокойно лоно светлых вод.
 На берегу реки Предтеча;
 Из мест окрестных, издалече
 К нему стекается народ.
 Он растворяет упованью
 Слепцов хладающую грудь;
 Уготовляя Божий путь,
 Народ зовёт он к покаянью.
 А там спускается с вершин
 Неведомый, смиренный Странник...
 Грядёт Он, Господа Избранник.
 Грядёт на жертву Божий Сын.
 В руке лопата, придет время –
 Он отребит своё гумно,
 Сберёт пшеничное зерно
 И в пламя бросит злое семя.
 Сильней и впереди меня
 Тот, Кто идёт вослед за мною:
 Ему, – припав к ногам, – не стою
 Я развязать с ноги ремня.
 Рожденья суетного мира,
 Покайтесь: близок суд. Беда
 Древам, растущим без плода:
 При корне их лежит секира!

ПО СТРАНИЦАМ КНИГ

«Супругам, раздражающимся друг на друга и на детей, кажется, что они – единственные такие», – отметила семейный психолог и мать десяти детей Екатерина Бурмистрова на презентации своей новой книги «Раздражительность. Методика преодоления», которая состоялась в культурном центре «Покровские ворота» 15 ноября 2013 года. Те, кто заинтересовался темой и смог прийти на презентацию книги, могли понять точно – они не одни: в зале не было свободных мест.



Как победить раздражительность?

Причины и последствия

Пожалуй, не существует пап и мам, которых время от времени не раздражало бы поведение их детей. В то же время почти каждый из родителей думает, что по части гневливости равных ему нет, а все остальные раздражаются значительно реже, а возможно, и вовсе никогда. В современном обществе царит представление о том, что хороший родитель **не должен испытывать раздражения** по отношению к детям. Подобные мифические установки могут сильно дезориентировать родителя и помешать ему найти правильный выход из затруднительной ситуации.

Обычно раздражение возникает и накапливается в тех ситуациях, когда маме или папе не удаётся скорректировать индивидуальные особенности поведения ребёнка и совладать с какой-то бытовой ситуацией. Если не хватает обычных способов повлиять на обстановку, раздражение подключается как запасная, хотя и **ненужная**, батарейка.

Раздражение следует рассматривать как состояние безусловно негативное и к тому же постфактум вызывающее чувство вины. Именно из-за частых вспышек раздражения многие родители, особенно мамы, считают, что они – плохи, неуспешны и некомпетентны.

Ребёнок-дошкольник воспринимает родительское раздражение как проявление не любви к нему. С возрастом такой взгляд на вещи неизбежно меняется. Недавний ребёнок, ещё хорошо помнящий раздражительность своих родителей и собственные обиды по этому поводу и когда-то искренне обещавший в дневнике: «Никогда, ни за что не буду кричать на детей, сердиться и раздражаться на них!» – сам становится родителем. Тогда-то и наступает для него «момент истины», тогда-то и приходит первое, пусть и поверхностное понимание причин, из-за которых отец с матерью казались ему столь жестокими и несправедливыми. Оказывается, родители сердились вовсе не потому, что были злы и плохи! Просто они очень уставали, не справляясь со своими бесчисленными обязанностями. Впро-



чем, понимание того, почему сердились папа с мамой, прививкой от собственной раздражительности, как правило, не становится.

Губительная привычка

Раздражение во многом схоже с хронической аллергией. Поначалу его вызывает лишь некоторое количество совершенно определённых ситуаций, но если мы не боремся должным образом с нашей гневливостью, со временем **круг возможных причин расширяется**.

Чем чаще мы испытываем раздражение, тем навязчивее становится потребность излить его на кого-то. Однако нельзя освободиться от негатива, лишь выплеснув его вовне. Так можно только «прикормить» и «усыпить» его на некоторое время. При этом раздражение затаится и будет лишь ждать подходящего момента для того, чтобы во всеуслышание заявить о себе с новой силой. Это – одна из «ловушек гнева».

Привычка то и дело «выпускать пар» оказывает самое отрицательное воздействие на наши отношения с детьми. Более того, они неизбежно переносят её на своих ровесников, а также на младших братьев и сестёр.

Раздражённый воспитатель не воспитывает, а лишь раздражает. Родитель, находящийся в таком состоянии, в краткосрочной перспективе может достичь своей цели, однако он закладывает в детской душе **порочную модель эмоционального**

поведения: когда что-то не ладится, включи своё раздражение, надави на ближнего, «и будет тебе счастье»!

Впадая в состояние раздражения, родитель оказывается в положении **проигравшего**: он уже не мудрый взрослый, способный контролировать ситуацию и направлять всё в правильное русло, он уже не то сильное плечо, на которое может опереться ребёнок, он не тот, кто помогает исправиться, – нет! Раздражённый взрослый беспомощен и слаб. Рядом с ним – и небезопасно, и беспокойно.

Шаги в правильном направлении

Что можно порекомендовать родителям в этой связи? В первую очередь признать, что вы раздражаетесь, даже если это вам совершенно не нравится. Смирно признать существование насущной проблемы – значит на десять-пятнадцать процентов приблизиться к её разрешению.

По мнению настоятеля храма святых бессребреников Космы и Дамиана на Маросейке протоиерея Феодора Бородина, книга Екатерины Бурмистровой – это попытка передать христианский взгляд на раздражение светским языком. Поэтому книга рассчитана на широкий круг читателей, вне зависимости от их вероисповедания.

Некоторые люди склонны раздражаться в ситуациях, связанных с определёнными физическими состояниями. Например, для многих сильнейшим провоцирующим фактором становится хроническое недосыпание.

Нестабильная, напряжённая, нервная и недружелюбная обстановка на работе,

неудовлетворённость супружескими отношениями также вполне могут сделаться причинами повышенной раздражительности. Однако необходимо приложить все усилия к тому, чтобы не обрушивать на своего ребёнка груз проблем, не имеющих к нему ни малейшего отношения.

В таких случаях лучше просто сказать себе: «Сегодня я опять не выспалась и напоминаю автомобиль, теряющий управляемость на скользкой дороге, а значит, мне следует сконцентрировать внимание и быть осторожнее на поворотах!»

Подросткам можно попытаться объяснить: «Сейчас я целиком и полностью поглощена работой, очень устаю и, наверное, именно поэтому чаще обычного сержусь на вас. Однако моё состояние вовсе не свидетельствует о том, что я вас разлюбила. Поверьте, оно вообще ни в коей мере не связано с вами!»

Нужно чаще разговаривать с ребёнком, больше доверять ему и помнить, что раздражение вызывает чувство вины не только у родителей, но и у тех, на кого оно направлено, по принципу: «Если мама на меня сердится, значит, я плохой, я недостойн любви!» В дальнейшем всё это может привести к неоправданному снижению самооценки ребёнка, к тому, что он будет расти пугливым, разбалансированным, излишне застенчивым или иметь различные проблемы в подростковом возрасте.

Вообще-то дети – существа весьма стрессоустойчивые. Разовые вспышки родительского раздражения большого вреда их психике, скорее всего, не нанесут, а вот **систематические проявления недовольства** почти наверняка повлекут за собой **долгосрочные негативные последствия**.

До тех пор, пока возможность ваших эмоциональных срывов не будет полностью исключена, следует почаще повторять ребёнку: «Мама любит тебя всегда, любит, даже когда она сердится, даже когда кричит! Она искренне желает тебе добра».

Ребёнку следует объяснить всё в спокойной обстановке. Когда верные слова найдены и вовремя произнесены, мамы или папы негативные эмоции уже не будут, как прежде, отравлять и разрушать их отношения с детьми. Выплеск родительского гнева в известной степени можно сравнить с предохранительной функцией клапана у скороварки, безусловно, необходимой. Важно лишь сделать так, чтобы эмоциональные выбросы **не калечили психику ребёнка, не разрушали ваши отношения с ним, не подрывали спокойствие и не отравляли доброжелательную атмосферу в семье**. Если же ваше раздражение было неадекватным и вам просто захотелось выпустить накопившийся пар, а под руку невзначай попался ребёнок, то не грех попросить у него прощения.

Другое дело, как часто вам придётся извиняться за свои немотивированные вспышки. Если срывы происходят по нескольку раз на дню, такие извинения будут свидетельствовать лишь о непоследовательности вашей педагогической позиции. В этой ситуации главное – не согнуться под грузом неизбывной вины, не предаться самовнушению: «Мы то и дело раздражаемся, а следовательно, мы – निकудышные родители, и ничего с этим уже не поделаешь!» Ни в коем случае нельзя поддаваться бесплодному унынию и не складывать беспомощно руки!

По словам Екатерины Бурмистровой, очень важно видеть **приближение гнева**. И здесь у человека есть выбор: впустить гнев или сдерживать (верующему человеку верной помощницей в данной ситуации станет молитва). Нужно научиться переключаться с состояния гнева на что-то другое. Этому стоит учить и детей.

Если всё произошло быстро, если человек уже обнаружил, что он в гнев, у него вновь есть выбор – прерваться или продолжить. Иногда, когда человек чувствует, что гнев готов вырваться, нужно взять паузу, и через пять-десять минут всё пройдет. Можно придумать определённый условный жест, фразу, которые бы показывали, что кто-то из членов семьи близок к неблагоприятной ситуации. К примеру, Екатерине Бурмистровой дети говорят: «Мама,ними очки» (без них она плохо видит).

Да, в семейной жизни без ошибок не прожить, но сам факт их осознания и решимость изменить ситуацию рано или поздно приводят к выстраиванию в семье более правильных отношений. И здесь не может быть места унынию, ибо навык правильного семейного общения – вовсе не бонус, прилагаемый к свидетельству о браке, а результат многолетнего кропотливого и ответственного труда.

Этому труду и посвящена книга Екатерины Бурмистровой «Раздражительность. Методика преодоления».

Анастасия Мухина

Почему дети ведут себя плохо?

Причины здесь разные. Следует учитывать, например, что дети часто устают, поэтому нужно пересмотреть их режим и избежать его нарушения.

Для нормализации поведения ребёнка очень важно ввести вечерний и утренний ритуалы.

Так, например, для вечернего ритуала **младенцев** хорошо использовать:

- приятную музыку;
- массаж и поглаживание, которые способствуют успокоению, расслаблению и лучшему засыпанию;
- колыбельные, убаюкивающие песни.

Важно учитывать также, что купание может перевозбудить ребёнка.

В вечернем ритуале **дошкольников** следует сначала бережно уложить спать игрушки, собрать вещи на следующий день, повесить одежду, которую ребёнок будет одевать утром... Дошкольникам хорошо почитать книгу, настраивающую на переход ко сну. Нередко дети этого возраста любят читать одну и ту же книгу.

Для **детей школьного возраста** важно всё привести в порядок (письменный стол, портфель, школьную форму). Очень хорошо, когда имеет место ритуал семейного чтения – родителей детям.

Вечерняя молитва хороша для всех – и для школьников, и для дошкольников. Для многодетных семей очень важно не забыть обойти перед сном всех детей. Особое внимание следует уделить подросткам: возможно, у них есть вопросы, которые они хотели бы обсудить с вами.

Утренний ритуал ребёнка-дошкольника – это ласковое пробуждение со словами: «Просыпайтесь, ручки, просыпайтесь, ножки» и т.п. Если вы торопитесь, не следует говорить малышу, что опаздываете, потому что, во-первых, у ребёнка может сработать обратная реакция – он будет собираться ещё медленнее, а во-вторых, это будет способствовать выработке у малыша ненужной суетливости и нервозности.

Все вышеперечисленные краткие правила помогают заложить в жизни ребёнка **систему**, что, в свою очередь, гармонизирует их поведение.

Часто дети ведут себя плохо от перегрузки, от избытка впечатлений и информации. Нам кажется, что то или иное мероприятие, которое мы предлагаем детям, интересно и полезно, а на самом деле оно перегружает его. К примеру, посещение цирка подходит для детей 7 лет и старше, однако в зале мы видим множество детей 2-3 лет. Вот почему необходимо выбирать для малышей более спокойные мероприятия.

Просмотр телевизора для детей до 3-х лет также вреден. И здесь хорошей альтернативой становятся различные аудиозаписи, например, «Лесная сказка», «Радионяня» и др. Сильно вредит развитию ребёнка, его воле раннее общение с компьютерами и планшетами. Есть страны, в которых на законодательном уровне запрещено позволять детям до 5 лет заниматься на планшете (компьютере).

В любом случае при возникновении проблемы, связанной с поведением ребёнка, нужно придерживаться здравого смысла, **анализировать и искать ключи** для разрешения затруднения, чтобы остановить разрастание проблемы.

Как стимулировать хорошее поведение ребёнка?

Если замечания взрослого не воспринимаются ребёнком, хорошо превратить замечание в похвалу. А для этого – поощрить его маленькие шажочки успехов. Всегда можно найти, за что похвалить. Помогает здесь и жетонная система: каждому

ребёнку за хорошее поведение даётся по жетону или успех отмечается в специальном дневнике («Получилось не шуметь 2 минуты»; через пять дней: «Молодец! Получилось не шуметь 3 минуты» и т.д.).

Если ребёнок всё делает медленно, родителю следует действовать более гибко и включить свою фантазию, а не «сражаться в лоб». Множество мелких замечаний типа «Опять ты долго ешь», «Давай быстрее» будут способствовать возникновению у ребёнка чувства, что им постоянно недовольны, и он будет ещё более медлительным.

Общение или сражение в лоб

Вот он перед Вами – чудесный, милый, родной ребёнок. Каждый день он радуется. Умиляет. Огорчает. Ставит в тупик... Трогает, озадачивает, вдохновляет!.. И однозначно – с ним нужно что-то делать... как-то заниматься... КАК? ЧЕМ?! Сколько вопросов у родителей, которые нельзя оставить без ответа! Для этого на Пантелеимоновском приходе работает Клуб православных родителей. 1 декабря 2013 года по инициативе Клуба была организована встреча с социальным педагогом, методистом, психологом, мамой троих детей Ириной Львовной Щукиной, специалистом семейного центра «Рождество». Разговор шёл о проблемах детского поведения...



В подобных случаях полезно использовать «помогалки» – различные плакатики-рисунки, которые показывают, что и в какой последовательности нужно делать ребёнку (например, последовательность действий, касающихся утреннего туалета).

В первую очередь надо повышать мотивацию к правильному поведению, а не ругать за плохое. Если ребёнок занимался, а потом начал шалить и произносить плохие слова, лучше не говорить сразу: «Что ты делаешь, так нельзя!», – а отметить: «Ты занимался очень хорошо, вот только в конце ты не утерпел. Но я знаю – в следующий раз у тебя терпения хватит».

Родителю важно помнить, что мудрое, гибкое поведение с ребёнком не есть потакание его прихотям.

Правильная система поощрения и наказания

Для маленьких детей до 2-х лет используются не наказания, а **стоп-сигналы**: «стоп», «внимание», «горя-

чо», «грязно», «опасно» и т.п. Слово «нельзя» не следует говорить часто, иначе оно заигрывается, и ребёнок на него почти не реагирует.

«Нельзя» говорим только в 3-х случаях.



самое правильное наказание. Время наказания исчисляется возрастом ребёнка: сколько лет – столько минут и находиться в «месте раздумий». Можно дать ребёнку песочные часы на 1-2 минуты. Важно, чтобы ребёнок понял, что плохое поведение наказывается.

Если ребёнок обидел бабушку, дедушку, а сам не идёт просить прощения, то нужно пойти вместе с ним, сказав за него: «Петя так больше не будет». Если ребёнок маленький, то при наказании взрослый должен посидеть с ним в углу вместе 1,5 минуты.

Лишение чего-либо детей-дошкольников, используемое в качестве наказания, не даёт нужного эффекта. В этом случае родители, как правило, сами попадают в кабалу, да и дети плохо запоминают, за что и на сколько их лишили чего-то. Такое наказание эффективно использовать только в школьном возрасте. При этом не следует лишать детей их семейных ритуалов (например, вечернего чтения – его можно уменьшить, но не отменить, так как это традиция).

От безысходности родители нередко прибегают к различным видам физического наказания. Однако следует помнить, что в подавляющем большинстве случаев это **проигрыш**, а действует на детей только потому, что вызывает стресс. До 3-х лет этого вообще делать не следует, потому что ребёнок такого возраста склонен к сильнейшему подражанию, а значит – в подражание взрослым будет повторять это сам. Нужно уверенно и последовательно пресекать негативные проявления, показывая границы дозволенного поведения.

После 6-ти лет физические наказания чаще воспринимаются как унижение (хотя есть и отдельные исключительные случаи, когда это может использоваться). Здесь подойдёт спокойное, без гнева и раздражения, предупреждение.

Самое главное – осознавать, что физическое наказание не метод воспитания, а **особая экстренная мера**. А экстренные случаи бывают в жизни не так часто. Главное – работать на перспективу: стимулировать ребёнка, сосредотачивая его на положительных достижениях. Для этого нужно наблюдать за ребёнком, стараясь его понять. Только так возможно вычислить правильные стимулы.

Активное слушание

Ребёнка, безусловно, необходимо выслушивать и относиться к нему с пониманием. Например: «Тебе не хочется спать? Как я тебя понимаю».

Очень способствует сплочению семьи **идея семейного совета**. Для этого хорошо запланировать день, в который соберётся вся семья за столом, за чаем. Поговорить о том, что было хорошего. Немного посвятить ребёнка в свои дела. Чуть-чуть коснуться проблем, какие есть у родителей. Поделиться друг с другом впечатлениями.

Важно заранее готовить детей к предстоящим мероприятиям на следующей неделе (поход к врачу и др.), объяснять, почему это нужно сделать, и непременно обращать внимание на пожелания ребёнка.

Наши перспективы

Встречи и беседы с педагогом и психологом Ириной Львовной Щукиной будут продолжаться. Следующий семинар для родителей назначен на февраль. Желающим следует записаться заранее по телефонам: 8-985-994-82-86 (Владимир), 8-916-862-92-72 (Илария), 8-910-440-99-14 (Елена), так как количество мест ограничено.

Елена Добронравова ❁

