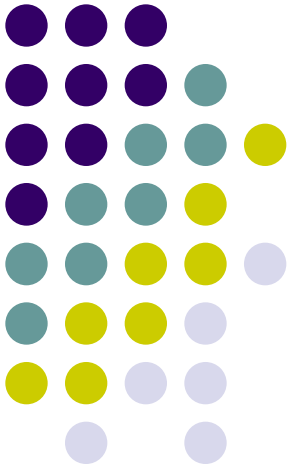
«МАМА, ПОЙМИ МЕНЯ!»

По материалам книги ЛЮДМИЛЫ ОБРАЗЦОВОЙ



Проблемы воспитания детей в семье

- Ваш ребенок такой же как и все. Общие законы развития
- Ваш ребенок особенный. Читаем «знаки».
- Что он хочет этим сказать?
- Маленький врунишка или маленький Мюнхгаузен?
- Агрессия , или Лучший способ защиты - нападение
- Навязчивые привычки, или Меня никто не любит
- Замкнутость или Я боюсь
- Придуманные друзья, или синдром Малыша

РОДИТЕЛЯМ НЕОБХОДИМО ЗНАТЬ, ЧТО …

- Каждый ребенок – уникален и обладает свойственными ему особенностями развития, но существуют и общие закономерности развития. Знание этих общих законов поможет глубже понять своего малыша в тот или иной период развития, а также отчетливо представить себе те задачи, которые встают перед - Родителями!

Психолог Э. Эриксон показал что человек в своем развитии проходит восемь этапов, в которых драматически концентрируется его личный опыт и проблема выбора.

1.Верю – не верю. Стадия базового доверия – недоверия (от 0до 2 лет)

2. Я – сам! Стадия автономии – стыда и сомнения (от 2до 4 лет)

3.Хочу – могу. Стадия инициативы - вины (от 4 до 6 лет)

4. Все успеть! Стадия активности – недостаточности (девочки от 6 до 10 лет, мальчики – от 6 до 12 лет)

5. Он и Она. Стадия идентификации –смещение ролей (девушки –от 10 до 21 года, юноши –от 12 до 23 лет)

6. Я и Мы. Стадия интимности – изоляции (от 23до 33 лет)

7. Стадия созидательности – застоя. (40-45 лет)

8.Стадия эго- интеграции - отчаяния

1.Верю – не верю. Стадия базового доверия – недоверия (от 0до 2 лет)

- Уже в первые дни и недели жизни малыша закладываются первые основы его самооценки и отношения к окружающему миру. С первых дней жизни малыша родителям обязательно нужно учиться пониманию. Если мама нервничает, испытывает тревогу, страдает от неуверенности в себе, то в ее отношению к малышу теряется доверие и внимание.
- Итак, родители учатся понимать сигналы, которые посылает им малыш, и реагировать на них соответствующим образом, и таким образом главное приобретение – базовое доверие к миру.

Я – сам! Стадия автономии – стыда и сомнения (от 2до 4 лет)

- Это так называемая «фаза упрямства». Именно в этом возрасте у малыша впервые возникает чувство стыда.
- Понимать постоянные перепады настроения, находить объяснение бесконечному упрямству, день за днем разгадывать все новые загадки – вот нормальный и естественный образ жизни родителей двух – трехлетнего ребенка.
- Главное приобретение на этой стадии развития – умение адекватно проявлять и сдерживать свои чувства, умение владеть собой.

Хочу – могу. Стадия инициативы - вины (от 4 до 6 лет)

- Это период самоутверждения. Ребенок осваивает новые виды деятельности и очень нуждается в поддержке и одобрении со стороны взрослых. Если же он не встречает понимания, бурная инициативность постепенно угасает, сменяется подавленностью и покорностью.
- На этот период приходится расцвет детского фантазирования, важно, чтобы родители научились понимать все значения и роль детских фантазий, а также могли отличить фантазии от вранья.
- Главное приобретение на этой стадии – инициативность, уверенность в своих силах

Все успеть! Стадия активности – недостаточности (девочки от 6 до 10 лет, мальчики – от 6 до 12 лет)

- На протяжении этой стадии ребенок начинает сознательно работать на результат, учится видеть и оценивать плоды своих трудов, начинает получать удовлетворение от завершенного дела.
- Вовремя выявить проблему, ободрить и поддержать ребенка, вселить в него веру и возможность успеха – вот что требуется от родителей младшего школьника.
- Главное приобретение на этой стадии – истинное трудолюбие, вкус к работе, умение доводить дело до конца и радоваться этому.

Он и Она. Стадия идентификации –смещение ролей (девушки –от 10 до 21 года, юноши – от 12 до 23 лет)

- Это очень бурная, напряженная стадия развития, в течение которой мальчики и девочки превращаются в юношей и девушек, окончательно осознают свою половую принадлежность и учатся вести себя в соответствии с этим.
- Главное приобретение этой стадии – окончательно сформированное представление о себе как о представителе того или другого пола; усвоение «мужского» или «женского» поведения.

Я и Мы. Стадия интимности – изоляции (от 23до 33 лет)

- Интимность – это способность создавать и поддерживать по-настоящему близкие отношения с другим человеком.
- Если человек оказывается неспособен преодолеть свой детский эгоцентризм, научиться чувствовать другого, у него развивается страх потери своего «Я», что ведет к томительной изоляции внутри самого себя.
- Одна из важных личностных задач родителей – общаться с ребенком открыто и доверительно. Такие отношения возможны, когда мы избавляемся от своих тревог, комплексов.

Стадия созидательности – застоя. (40-45 лет)

- Это период в котором для сохранения гармонии в собственной душе просто необходимо больше думать и заботится о других, чем о самом себе.
- Главное приобретение на этой стадии- любовь к молодым, искренний интерес и забота по отношению к подрастающему поколению

Стадия эго- интеграции - отчаяния

- Если все предыдущие стадии проходили гармонично, если человек постоянно рос и развивался духовно, жил по-настоящему полной, богатой жизнью, то теперь он испытывает ни с чем не сравнимое чувство гармонии, порядка, мира с самим собой. Он принимает себя, свою жизнь, чувствует себя абсолютно цельной, состоявшейся личностью.

Ваш ребенок особенный. Читаем «знаки» В человеческом общении имеет значение далеко не только то, что люди говорят друг другу. Не меньшее(а во многих случаях и большую!) роль играет то, как они говорят.

- В общении с ребенком невербальные сигналы проявляются особенно заметно. Ведь ребенок абсолютно искренен, он еще не умеет управлять своим телом настолько сознательно, как это делают взрослые.

Психологи считают, что особенно говорящими бывают движения рук, т.к. они отвечают за контакты с миром. Вот несколько интерпретаций невербальных поз детей….

- Если ребенок напрягает руки, прижимает их к туловищу или скрещивает на груди – это сигнал его нежелания общаться, уйти от контактов с миром или людьми, которых он в данный момент воспринимает как враждебных
- Руки спрятаны за спиной – ребенок стремиться что-то скрыть от вас, либо не говорит всей правды, НО КОГДА….
- Руки не просто спрятаны за спину, но и крепко сцеплены, так что одна рука как бы удерживает другую, говорят нам о том, что человек пытается сдерживать охватившее его эмоции – гнев, сильное огорчение и т.д.

ПРОДОЛЖЕНИЕ……

- **Очень характерная поза для ребенка, захваченного негативными переживаниями- поза эмбриона, т.е. ребенок как бы возвращается в состояние абсолютного покоя и отгороженности от внешнего мира. Ребенок бессознательно стремиться к такому состоянию тогда когда слишком напуган, испытывает боль, чувствует себя одиноким и беззащитным.**
- **Посасывание пальца – это не дурная привычка как считают многие, а признак повышенной тревожности, пессимизма в детской душе, ему не хватает материнского внимания, прежде всего ее теплых объятий, прикосновений.**

Присмотритесь к своему ребенку…

- Если он устал от ваших нотаций и не хочет больше их слушать, он просто закрывает уши ладонями.
- Когда он напуган или предельно расстроен, он закрывает руками глаза: «Видеть тебя не хочу!»
- Специалисты по языку телодвижений утверждают, что ребенок, сказавший неправду, немедленно закрывает ладошками рот как бы стремясь удержать уже вылетевшие слова.

ПОСЛЕСЛОВИЕ…….

- Для того, чтобы лучше понять ребенка, важно обращать внимание не только на его мимику, позы, жесты, но и на то, насколько эти невербальные сигналы совпадают с тем, что он говорит. Как правило дети еще обладают достаточной искренностью и непосредственностью, чтобы открыто выражать свое эмоциональное состояние, - если ребенку плохо, он навряд ли станет уверять вас, что чувствует себя превосходно.

Каким ребенок видит, слышит, ощущает мир

Всю сенсорную информацию мы получаем при помощи 5 органов чувств(сенсорных систем): зрения, слуха, осязания, обоняния и вкуса. Несмотря на то что человек использует все свои органы чувств, одна из сенсорных систем является ведущей. Большинство людей делиться на

- **Визуалов(зрение)**
- **Аудиалов(слух)**
- **Кинестетиков**
- **Знание сенсорных предпочтений является достаточно мощным подспорьем в деле взаимопонимания.**

Как определить ведущую сенсорную систему?Достаточно легко определяется по словам употребляемым человеком в беседе (цитируется по Миллс Дж., Кроули Р. Терапевтические метафоры для детей)

- Для визуалов: видеть, наблюдать, сосредоточиваться на чем-то, представить картину, казаться, выглядеть, мысленно видеть, сверкать, сиять и др.
- Для аудиалов: высказывать мнение, слышать, звучать, вопить, орать, грохотать, тихо, хлопать, высказывать мнение и др.
- Для кинестетиков: хватать, держать, трогать, гладкий /шершавый, холодный/теплый, выпустить, расслабиться, тесный, напряженный и др.

Для определения вспомогательной бессознательной можно использовать ключи доступа – это движения глаз

- **Движения зрачков влево и вверх** говорит о том, что человек погружается в зрительные воспоминания («видит»картинки из прошлого опыта).
- **Движение зрачков вправо и вверх-** конструирование зрительных образов будущего («рассматривает», как может выглядеть та или иная ситуация в дальнейшем)
- **Рассеянный взгляд, отсутствие фокусировки** – погружение в работу воображения, мечты, фантазии
- **Движения зрачков влево и вниз или горизонтальное, влево или вправо.** – внутренний слуховой процесс(ведет внутренний диалог)
- **Движение зрачков вправо и вниз** – восприятие внутренних кинестетических ощущений

Почему полезно знать о «ключах» доступа?

- Вы сможете избежать распространенной ситуации, когда родители буквально выходят из себя, пытаясь довести что-то до сведения ребенка:»Послушай же, что тебе говорят?!!», а он в это время слушает не вас , а свой внутренний голос. Вовремя это заметив, вы можете активизировать его восприятие, прикоснувшись к нем, включив в свою речь слова, характерные для его ведущей и бессознательной сенсорных систем.
- В свое общение с ребенком вы можете сделать более эффективной, учитывая особенности его восприятия. Если он увлечен зрительными образами –предложите ему представить себе то, о чем вы говорите ему. Если бессознательно опирается на кинестетическое восприятие, используйте побольше «чувственных» прилагательных и глаголов

Помимо сознательной и бессознательной сенсорных систем можно выявить и систему подавленную(внесознаельную).Именно это подавление одной из систем во многих случаях объясняет трудности и нарушения в поведении и эмоциональном состоянии ребенка.
Как это определить?

Подавление визуальной системы- ребенок буквально не видит окружающих людей и предметов, отчего движения его не ловки. Часто такие дети испытывают трудности в обучении чтению и письму, обладают неразвитой зрительной памятью.

Ребенок с подавленной аудиальной системой производит впечатление невнимательного, рассеянного.В процессе обучения он не воспринимает информацию на слух. Такие дети часто страдают от отитов, хронического насморка, заболеваний полости рта.

Ребенок с подавленной кинестетической системой – настоящий «человек - катастрофа». У него плохая координация движений, неловок, зажат, пассивен, или наоборот двигательно расторможен.

В арсенале современных психологов есть немало средств помощи детям с нарушениями в работе сенсорных систем. Советы родителям!!!!!!

- Учитесь говорить на языке ребенка – на языке той сенсорной системы, которая является ведущей
- Научившись хотя бы время от времени улавливать микродвижения глаз ребенка, вы сможете опираться на его вспомогательную сенсорную систему
- Старайтесь, чтобы ваша речь была богата разными предикатами – и визуальными, и аудиальными, и кинестетическими

Наконец, для активизации подавленной сенсорной системы можно предлагать специальные занятия.

Если заблокирована визуальная система, попробуйте увлечь ребенка фотографированием. Вы можете предложить различные фотозадания, например. Сделать фото самых любимых, смешных вещей и т.д.

- Для активизации аудиальной системы: использование диктофонов, записывание звуков. Использование микрофонов, в которые можно петь, мычать,шептать, бормотать и.т.д.
- Для развития кинестетической системь – придумайте комплекс двигательных упражнений -ходите по поребрикам, скачите на одной ножке, играйте в «классики», пятнашки. А также игры с водой, песком, лепка из пластилина – все это развивает осязательные ощущения

О чем рассказывают детские рисунки

- **<u>Рисование</u> – не только занятие, развивающее способности ребенка, но и прекрасный, уникальный способ общения с ним. Рисуя, ребенок может поведать о себе очень многое – в том числе и то, что вы не могли бы узнать иными способами, например, путем прямых расспросов. Однако, желание понять ребенка- не то же самое что постоянный контроль. Каждый человек, в том числе и самый маленький, имеет право на некое неприкосновенное внутреннее пространство, на свои тайны. Учитесь понимать ребенка, пусть это будет сотрудничеством, а не надзором!!!!!!!**

Самые общие особенности детских рисунков следующие:

- Размер и расположение изображения на листе (мелкие фигурки, смещенные краю листа, могут свидетельствовать о неуверенности ребенка в себе, в то время как крупные изображения, размещенные в центре, говорят о достаточной уверенности)
- Качество линий (тонкие, паутинообразные свидетельствуют об астении – состоянии нервно-психической слабости; неровные, прерывистые, обильная штриховка – повышенная тревожность; резкие линии, острые углы являются признаками агрессивных тенденций.

ЧТО РИСОВАТЬ? Рисуночные тесты

- Тест «Несуществующее животное»
- используется с детьми младшего и среднего школьного возраста. Неплохо работает он и с подростками. Если же ребенок маленький, можно предложить ему это задание, но скорей всего нарисует он все-таки какой то известный персонаж.
- «Моя семья» - данная методика дает информацию о том, как ребенок воспринимает свое положение в семье, какими ему видятся отношения между близкими
- Попытки анализировать специальные «тестовые» рисунки могут представлять большой интерес, но к ним нужно относиться с осторожностью. Поспешная и необдуманная интерпретация может подчас принести больше вреда, чем пользы. Кроме того, эти рисунки и их анализ представляют большой интерес именно для посторонних лиц, работающих с ребенком, но не для родителей.

Для родителей большой интерес будут представлять «тематические »рисунки, позволяющие глубже проникнуть во внутренний мир ребенка

- Например, «Мой день», «Моя неделя», можно предложить нарисовать самое любимое, хорошее, приятное, любимое место, любимую игрушку и т.д.
- «Рисуем пальцами» - великолепная возможность увлечь живописью замкнутого или скептически настроенного ребенка. Когда ребенок рисует пальцами, он расслабляется и пропадает убежденность, что он не умеет рисовать.
- «Рисуем каракули» - способствует развитию творческого потенциала, а также хорошая техника расслабления и раскрепощения, дает доступ к невыраженным переживаниям.

Проблемы «неправильного»поведения ребенка или Что он хочет этим сказать?

- Очень многие родители придерживаются распространенной точки зрения: если ребенок ведет себя не так как надо, значит, он плохо воспитан или обладает дурным характером. Важно осознать, что любые неправильности в поведении является лишь верхушкой айсберга – признаками внутреннего конфликта. Своими дерзкими выходками или угрюмым молчаниям ребенок подает вам сигнал бедствия – сигнал о помощи. «Неправильное поведение» - это попытка выжить, выстоять, сохранить себя в неблагоприятных условиях развития.
- Итак, о чем может говорить неправильное поведение?

Маленький врунишка или маленький Мюнхгаузен?

- Ценнейший источник знаний о ребенке – его фантазии. Это его территория внутренней свободы, где ему не требуются защитные барьеры, где нет принуждения и необходимости притворятся кем-то другим, подлаживаясь под требования взрослых. Известно, что одна из важнейших функций фантазий – компенсаторная. То есть в воображении ребенок предстает перед самим собой таким, каким бы он хотел быть. Однако если ребенок большую часть времени проводит погруженный в свой вымышленный мир, то у вас есть повод задуматься. Отказ от реальности в пользу вымышленного мира - это настоящий сигнал о помощи. Не тяните время и обратитесь к специалисту.

Считается, что фантазия, в отличие от лжи, бескорыстна по своей сути: просто придумывает ребенок для удовольствия, а лжет с определенной целью, для чего- то. Но для чего?

- К сожалению потребность во лжи пробуждаем в своих детях именно мы – родители.
- Ребенок начинает врать. Когда обнаруживает, что правду говорить опасно: накажут, засмеют или не поверят. Кроме того дети говорят неправду, если им надоели ваши настойчивые расспросы. В основе лжи всегда лежит страх и недовольство собой и миром. И поэтому ложь – не только проявление страха, но и наивная детская магическая попытка изменить себя или мир к лучшему.
- Большой ошибкой является обвинение ребенка во лжи. Обнаружив, что ребенок говорит не правду, не спешите наказывать и обвинять себя в том, что вы воспитали лжеца!

Агрессия, Или Лучший способ защиты - нападение

Что скрывается за разрушительным поведением агрессивного ребенка? Чувство гнева, которое он не может, не умеет и боится выразить. Чувство незащищенности, тревоги, обиды, одиночества, которые, скорее всего, и вызывают гнев. Такой ребенок ощущает себя очень слабым и потому ищет способ как-то защитить себя, усилить свою оборону. А в этом он руководствуется принципом: «Лучший способ защиты - нападение».

Навязчивые привычки, или Меня никто не любит

- **Как изводят родителей вредные привычки детей! На самом деле подобные действия – это признак сильной тревожности или даже зарождающегося невроза.**
- **Как правило навязчивые привычки формируются у детей строгих, авторитарных родителей, которые часто выражают недовольство ребенком, причем дают понять, что плохи не какие-то его отдельные поступки, а он Сам. Когда нас отрицают, не признают, не позволяют быть такими как мы есть, мы испытываем отчаянье и гнев, пусть и не отдавая себе в этом отчета. Однако, когда родители слышат предположение, что «ребенок считает, что вы его не любите», то они испытывают шок. Именно из любви, как они ее понимают, занимают по отношению к ребенку позицию, которая для него может оказаться разрушительной.**

Замкнутость, или Я боюсь

- Замкнутость и отчужденность ребенка – защитная реакция, попытка укрыться от мира, который он считает враждебным. Родители обращаются с малышом таким образом, что он приходит к выводу – лучше не раскрываться сильно, безопаснее держаться в стороне.
- СОВЕТЫ!!!!!!!
- Замкнутому ребенку необходимо чувство безопасности!
- Не оценивать, не принуждать, но быть рядом!!!
- Найдите именно то занятие(лепка, рисование, пение), которое однозначно нравится ребенку и допускает ваше участие

Придуманные друзья, или синдром Малыша

Психологи утверждают, что появление выдуманных друзей – тревожный признак, сигнал серьезного эмоционального неблагополучия, которое говорит о том, что ребенок чувствует себя очень одиноким, страдает от недостатка любви и внимания.

СОВЕТЫ!!!!

Лучше отнестись к другу со спокойным интересом. Если ребенок не стремиться «знакомить» вас, не стоит приставать, стараясь вытянуть все подробности этой воображаемой «дружбы». Но если ребенок по своей инициативе рассказывает что-то про «друга», выслушайте, поддержите разговор.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Одобрение, понимание, любовь – именно то, в чем больше всего нуждается ваш ребенок, то, чего он ждет от вас, то, что позволит ему вырасти целостным, гармоничным и сильным человеком