

# **“Коли однієї любові мало-2”**

(роздатковий матеріал)

---

**Тренери:**

**Оксана Верешко**

**Маріанна Лапіна**

**13-15 червня 2013 р.**

**м. Дніпропетровськ**

## ПРИВ'ЯЗАНІСТЬ - ЗАЛЕЖНІСТЬ (Дж.Боулбі).

**Поняття безпечної основи.** Люди будь-якого віку найбільш щасливі і найкращим чином можуть реалізувати свої таланти, коли впевнені у тому, що за їхньою спиною стоять люди, яким вони довіряють і які прийдуть на допомогу у разі потреби (коли виникнуть труднощі).

Можна вважати, що та особа, якій довіряють (або фігура прив'язаності), є тою, яка забезпечує свого підопічного (дитину) безпечною основою, відштовхуючись від якої вона може жити.

Потреба у такій людині, у безпечній особистій основі жодним чином не обмежується одними лише дітьми, хоча вона найбільш виражена у першу роки життя. Це ж стосується і підлітків, і дорослих людей.

У людини наявні два головних набори впливових чинників. Перший набір має стосунок до наявності або відсутності особи, яка заслуговує довіри, яка має бажання і здатність забезпечити ту безпечну особисту основу, потрібну на кожній фазі життєвого циклу. Ці чинники створюють зовнішні впливи або впливи оточуючого середовища. Другий набір впливових чинників стосується до здатності людини, по-перше, розуміти, коли інша людина заслуговує довіри і готова забезпечити безпечну особисту основу і, по-друге, після досягнення такого розуміння співпрацювати з такою людиною таким чином, що створюються і підтримуються взаємно корисні стосунки. Ці чинники створюють внутрішні або організмичні впливи.

Упродовж життя ці два чинники впливів взаємодіють складним і циркулярним чином. З одного боку той досвід, який має людина, особливо у період дитинства, у значній мірі впливає на те, чи вона у майбутньому очікує знайти безпечну особистісну основу, як і на ступінь її вміння створювати і підтримувати взаємно корисні стосунки, коли існує така можливість. З іншого боку, природа тих очікувань, які має людина, і той ступінь компетенції, яку вона приносить, відіграє значну роль у визначенні як типів людей, з якими вона спілкується, так і того, як вони до неї ставляться. Внаслідок таких взаємодій будь-який стереотип, який встановлюється першим, має схильність домінувати. Це головна причина того, чому стереотип сімейних стосунків, який переживається людиною у період дитинства, має настільки вирішальне значення для розвитку його особистості.

Виходячи з цього, здорове функціонування особистості у будь-якому віці відображає, по-перше, здатність людини розпізнавати відповідних людей, які маю бажання і здатність забезпечити її безпечною основою і, по-друге, її здатність співпрацювати з такими особами у взаємно корисних стосунках. За контрастом, численні форми функціонування порушеної особистості відображають гіршу здатність людини розпізнавати відповідних людей і/або гіршу здатність співпрацювати з такою людиною. Таке погіршення може бути виражене у будь-якій мірі і набуває багато різних форм: тривожне чіпляння, надмірні або дуже

інтенсивні для даного віку і ситуації вимоги, відчужену відгородженість і демонстративну незалежність.

Парадоксальним чином, здорова особистість, у цьому світі, в жодній мірі не є аж такою незалежною, як це вважається згідно певних стереотипів (самодостатність). Важливою є здатність спиратися на інших людей коли цього вимагає ситуація і знання, на кого можна спертися. В один момент вона забезпечує безпечну основу для партнера, а в інший - вона охоче спирається на того чи іншого партнера, щоби вони у відповідь забезпечили її такою основою.

**Теорія прив'язаності** (Дж. Боулбі) - спосіб концептуалізації схильності людей встановлювати сильні інтимні стосунки з певними людьми і пояснення багатьох форм емоційних страждань і розладів особистості, включно з тривогою, гнівом, депресією і емоційним відчуженням, які спричиняються небажаною розлукою і втратою. Як теоретичний предмет, теорія прив'язаності стосується тих самих явищ, які розглядалися у термінах "потреби зумовлені залежністю" або "об'єктні стосунки", або "симбіоз" і "індивідуалізація", що відповідає потребі у безумовному позитивному ставленні і тенденції актуалізації (самоактуалізації) за К.Роджерсом.

Прихильники теорії прив'язаності стверджують, що численні форми психічних і психологічних розладів можуть бути пояснені відхиленнями у розвитку поведінки прив'язаності. Ця теорія також проливає світло на підходи до розуміння і психотерапії таких станів.

Під поведінкою прив'язаності розуміють будь-яку форму поведінки, яка приводить до того, що людина досягає або зберігає близькість з будь якою бажаною іншою людиною, яка вважається більш сильною і/або більш мудрою. Мати і дитина функціонують, як одна відкрита система і взаємно впливають на психологічну регуляцію одне одного: з одного боку цей процес має колосальне значення для розвитку дитини, а з іншого стимулює мати краще розуміти дитину і краще піклуватись про неї. Ранній розвиток дитини залежить від тактильних, вестибулярних і багатьох інших фізіологічних стимулів.

Стверджується, що хоча поведінка прив'язаності найбільш очевидна у ранньому дитинстві, вона характеризує людей від колиски до могили. З віком частота і інтенсивність, з якими проявляється така поведінка, поступово зменшуються. Тим не менше всі ці форми поведінки продовжують існувати як важлива частина емоційних реакцій людини. У дорослих людей така поведінка особливо помітна, коли людина переживає дистрес, хворіє або боїться. Особливі прояви поведінки прив'язаності частково залежать від віку, статі і ситуації, частково - від тих стосунків і переживань, які були у неї з фігурами прив'язаності раніше у її житті. Існує очевидний причинний зв'язок між переживаннями ранніх стосунків людини з батьками і її наступною здатністю встановлювати емоційні зв'язки з іншими людьми. Головним аспектом є ступінь у якій батьки дитини: а) забезпечують її надійною опорою і б) заохочують її до дослідження оточуючого середовища, відштовхуючись від цієї опори (само актуалізація за К.Роджерсом). Найважливішою є ступінь, у якій батьки визнають і поважають бажання дитини мати цю надійну опору і її потребу у ній (що

відповідає потребі у безумовному позитивному ставленні за К.Роджерсом) і відповідним чином застосовують свою поведінку до потреб дитини. Наслідком цього є, по-перше, інтуїтивне і співчутливе розуміння батьками поведінки прив'язаності у дитини і готовність адекватно реагувати на неї і, по-друге, розуміння того, що одним з найбільш розповсюджених джерел гніву дитини є фрустрація її бажання любові і піклування і що її тривога переважно відображає невпевненість у тому, чи здатні будуть батьки задовольнити це бажання. Додатковою по значущості до поваги батьками до потреб прив'язаності у дитини є повага до її бажання досліджувати і поступово розширювати свої стосунки як з однолітками, так і з іншими дорослими.

Прив'язаність - це процес, який потенційно приводить до того, що діти ростуть впевненими у собі, мають стабільну високу самооцінку, покладаються на власні сили, а також проявляють довіру в стосунках з іншими людьми. Вони здатні допомагати самим собі і, у випадку потреби, гідно приймати допомогу з боку інших людей.

Основою для розуміння поняття "залежність" є точка зору про те, що дитина прив'язується до матері тому, що вона залежить від неї, як від джерела задоволення фізіологічних потреб. Бути прив'язаним до матері і залежати від неї - цілком різні речі. Наприклад, в перші тижні життя дитина, безумовно, залежить від материнського догляду, але вона ще не відчуває до неї прив'язаності. І, навпаки, дитина у віці 2-3 років, за якою доглядають інші люди, виявляє явні ознаки сильної прив'язаності до матері, хоча у цей час дитина жодним чином не залежить від неї.

Як спосіб концептуалізації збереження близькості, теорія прив'язаності Дж. Боулбі (Т. Во\Уїу), на відміну від теорії залежності, виділяє наступні риси:

**Специфічність.** Поведінка прив'язаності скерована на одну особу або вибраних осіб, переважно в порядку переваги.

**Тривалість.** Прив'язаність зберігається переважно упродовж більшої частини життєвого циклу. Незважаючи на те, що у молодості ранні прив'язаності можуть ставати слабшими і доповнюватись новими прив'язаностями, а у деяких випадках замінюватись ними, від ранніх прив'язаностей неможливо відмовитись і вони продовжують існувати.

**Емоційна заангажованість.** Більшість з найбільш сильних емоцій виникають під час встановлення, підтримання, розриву і відновлення стосунків прив'язаності. Встановлення, підтримання чи збереження зв'язків переживається, як джерело безпеки. Відновлення зв'язків переживається, як радість. Загроза втрати породжує тривогу, а дійсна втрата - породжує сум, в той же час, будь яка з цих ситуацій схильна викликати гнів.

**Онтогенез.** У більшості немовлят поведінка прив'язаності розвивається на протязі перших 9 місяців життя. Чим більше переживань соціальної взаємодії (контактів) немовля має з важливою людиною, тим більша ймовірність прив'язаності до цієї людини. Тому будь-яка людина, яка здійснює догляд за дитиною, стає головною фігурою прив'язаності.

**Навчання.** Навчання відрізнити знайоме від незнайомого є ключовим процесом у розвитку прив'язаності. А нагороди чи покарання відіграють

незначну роль у цьому процесі. Тому прив'язаність може формуватись, не дивлячись на неодноразове покарання від фігури прив'язаності.

**Організація.** Активація поведінки прив'язаності викликається такими зовнішніми умовами, як незнайоме оточення або люди, голод, втома і все, що може викликати страх. Умовами припинення поведінки прив'язаності є наступні: вигляд матері, її голос, і, особливо приємна взаємодія з нею (гра). Коли мати присутня чи дитина знає, де вона є, поведінка прив'язаності припиняється і дитина замість цього починає досліджувати оточуючий світ.

Таким чином поведінка прив'язаності відрізняється від поведінки годування чи сексуальної поведінки. Концепція прив'язаності сильно відрізняється від концепції залежності. Наприклад, залежність не пов'язана із збереженням близькості, вона не скерована на особливу людину, вона не має на увазі сильних емоційних зв'язків, вона не пов'язана з сильними почуттями.

В той час, коли ставлення до людини, яка проявляє залежність завжди має відтінок приниження, ставлення до людини, прив'язаної до когось, виражається схваленням.

З логічної точки зору поняття "залежність" означає у якій мірі одна людина у своєму житті покладається на іншу, тобто воно означає функціональний зв'язок. Термін "прив'язаність" означає форму поведінки. Оціночний сенс терміну "залежність" є прямо протилежний сенсу, який має термін "прив'язаність". Бути залежним гірше, ніж бути незалежним. Прив'язаність до членів сім'ї завжди є гідною схвалення.

### **3 типи прив'язаності (за Дж. Боулбі):**

надійний (захищений);

амбівалентний (ненадійний);

відсторонений (ненадійний, уникаючий).

Надійний, захищений тип прив'язаності є передумовою для здорового психологічного розвитку дитини, відчуття безпеки у дослідженні оточуючого світу і контактах з людьми.

Необхідною умовою збереження психічного здоров'я дітей в ранньому дитинстві є наявність емоційно теплих, близьких, надійних і тривалих стосунків з матір'ю (або особою, яка її заміщає) - таких стосунків, які обом приносять радість і задоволення.

"Якщо суспільство дорожить своїми дітьми, воно повинно подбати і про їхніх батьків" - Дж. Боулбі.

## **Втрата і сум (J. Bowlby).**

Всі ми здатні гостро відчувати тривогу і страждання, викликані розлукою з людьми, яких ми любимо або той глибокий і тривалий сум, який може наступати внаслідок важкої втрати, як і небезпеки для психічного здоров'я, які можуть створювати ці події.

Сімейним лікарям, священникам і мудрим людям давно відомо, що втрата близької і дорогої людини може бути важким ударом для духу людини. Традиційна мудрість знає, що ми можемо бути знищені сумом і померти від розбитого серця. Також відомо, що ні любов, ні сум не відчуються в стосунку до будь-кого, а лише до однієї людини. Суть того, чим є **емоційний зв'язок**, полягає у привабливості, яку має одна людина для іншої.

Багато проблем, з приводу яких до нас звертаються клієнти (пацієнти), зумовлені розлукою або втратою, яка мала місце або нещодавно, або сталася у більш ранньому періоді їхнього життя. Хронічна тривога, депресія, паніка, спроби самогубства - найбільш часті розлади, пов'язані з такими переживаннями. Незважаючи на те, що втрати, які стаються упродовж перших 5 років життя, особливо небезпечні для майбутнього розвитку особистості, ті втрати, які стаються пізніше у житті, також є потенційно патогенетичними. У таких людей здатність встановлювати і підтримувати емоційні зв'язки завжди порушена і її відсутність кидається в очі. Досить часто виявляється, що дитинство таких людей було надмірно обтяжене смертю, розлученням або окремим проживанням батьків або іншими подіями, які приводять до розриву прив'язаності.

Для депресивних людей втрата частіше зумовлена смертю когось з батьків, аніж розлученням. Крім цього, у людей з депресіями патогенною є важка втрата у другому п'ятилітті життя, а у деяких випадках також і третьому.

У даний час є багато достовірної інформації про те, як дорослі люди реагують на важку втрату близької людини. Хоча інтенсивність суму може значно коливатися у різних людей і тривалість кожної фази горя також є різною, тим не менше існують спільні базисні ознаки.

Англійський психотерапевт Джон Боулбі висловив припущення, що перебіг суму можна розділити на чотири головні фази:

1. **Фаза шоку**, яка звичайно триває від декількох годин до тижня і може перериватися вибухами вкрай інтенсивного страждання і/або гніву.
2. **Фаза гострої туги** і пошуку втраченої особи, яка триває декілька місяців і нерідко роками.
3. **Фаза дезорганізації і відчаю.**
4. **Фаза реорганізації.**

**Фаза шоку.** Безпосередня реакція на факт (звістку) втрати. Людина у цій фазі продовжує поводити себе так, наче погана звістка не "дійшла" до неї. Характерною є приголомшеність і абсолютна нездатність прийняти цей факт (звістку). Часом ця фаза може тривати довше, коли людина або намагається заперечувати цей факт ("відчуття анестезії, нічого не відчуває"), або зберігає контроль над своїми почуттями і уникає їх, тому що боїться, що "може збожеволіти". Тим не менше цей спокій перед бурею часом розбивається вибухом інтенсивного страху (або гніву).

**У фазі гострої туги** стан людини коливається між афектами суму і гніву. З одного боку, вона починає усвідомлювати, що втрата є кінцевою і безповоротною з усім властивим цьому болем. На іншому полюсі є невіра у безповоротність втрати і намагання продовжити пошуки втраченої особи. Упродовж декількох днів або одного-двох тижнів стаються зміни і людина, яка зазнала втрату, починає визнавати її реальність: це приводить до спалахів інтенсивного горя і до оплакування. Однак одночасно має місце значний неспокій, поглинутість думками про втрачену людину, часто разом з почуттям її дійсної присутності. Дж.Боулбі висловив припущення, що під час цієї фази суму, людина, яка втратила близьку особу, охоплена намаганням шукати і повернути її.

Двома дуже розповсюдженими рисами суму, які стосуються такого намагання до пошуку є плач і гнів. Як плач, так і крик є способами, за допомогою яких дитина звичайно привертає увагу і повертає собі маму; вони мають місце у стані суму з тією ж самою метою — або свідомою, або неусвідомленою.

Гіпотеза про те, що більшість рис другої фази суму слід розуміти як аспекти не лише туги, а й дійсного пошуку втраченої особи, є центральною для Дж.Боулбі. Вона пов'язана з картиною поведінки прив'язаності. Дуже важко сприймати те, що близька людина померла і не повернеться назад. Для більшості людей потрібен тривалий час для того, щоби пережити втрату близької особи. Деякі клініцисти мають нереалістичні очікування стосовно швидкості, з якою люди можуть подолати важку втрату близької людини.

Звичайно ця фаза закінчується через рік після періоду відчаю. Цьому сприяє і час, що минув з моменту втрати (народна мудрість: "Час - найкращий лікар").

Важливим є те, що людина, яка втратила близьку особу, потребує допомоги іншої людини, якій вона довіряє, якщо насправді бажає подолати втрату. Це можуть бути рідні, друзі або психотерапевт.

З фази суму і гніву Боулбі виділяє аномальну форму **хронічного суму**, головним симптомом якого є **депресія**.

У патологічних випадках спостерігаються випадки, коли померлу людину "муміфікують" у власному домі. Серед речей, що залишилися, підтримується "старий" порядок, "все йде так, як тоді коли він був живий". У подібних випадках депресивна "блокада" наче являє собою захист від нестерпного суму. Депресивний захист, наче панцир, обмежує свободу рухів. Заціпеніння має у таких випадках позитивне значення.

У той час, коли людина, яка переживає сум, вірить у підтримку інших і сподівається пережити своє горе, то у депресивної людини це відсутнє.

Депресія - стан відсутності суму у ситуації, де сум є доречним. Якщо людина нездатна сама собі визнати, що втратила того, хто мав для неї особливу важливість, то вона замикається у собі і відвертається від суму. В той час, коли сум викликає до життя депресію і визнає втрату, людина,

занурена у депресію, залишається міцно пов'язаною зі своєю втратою. Це набуває особливого значення у випадку пригнічуючих втрат. Депресія паралізує людину, якщо вона не здатна знайти у собі сили жити без втраченої близької особи. Однак одужання, яке потребує часу, стається закономірно через процес болючого переживання суму.

Цей момент, який видається небезпечним, у сприятливих випадках швидко приводить до **фази реорганізації**, під час якої людина у стані горя організує своє життя на новий лад. Нове визначення життєвої ситуації і самого себе являє собою усвідомлену "переоцінку минулого". Це - процес формування нових уяв і одночасно ознака подолання суму. Це - момент, коли виникають запитання типу: "Що далі?" "Як далі жити?" Це - стан, під час якого сум відступає і виникає можливість будувати нові життєві плани. При цьому сльози найчастіше йдуть на користь. А за усвідомленням депресивної спустошеності не йде новий напад горя. Навпаки, повертаються спокій і врівноваженість.

Стрибок між почуттям суму і переживанням депресії (без суму) має сенс, якщо виходити з того, що для людини, яка перенесла втрату, завдання подолати цю проблему є посильним. Навіть при нормальній реакції на втрату близької людини часто доводиться спостерігати, що ще упродовж тривалого часу втрачена особа залишається живою в думках тих, хто залишився.

### **Як ми можемо найкращим чином допомогти людині, яка відчуває сум?**

В даний час серед психотерапевтів (як і психіатрів) панує згода що для того щоби пережити сум, необхідно — раніше чи пізніше — виразити свої почуття. Але як це зробити?

Афекти, які у найбільшій мірі викликають болючі переживання, викликані втратою - страх покинутості, туга за втраченою особою і гнів, що її неможливо знайти. Ці афекти з одного боку пов'язані з намаганням пошуку втраченої особи, а з іншого - з тенденцією до висловлювання гнівних докорів на адресу будь-кого хто, на думку, людини, що зазнала втрату, несе відповідальність за це або за перешкоди, що чиняться для повернення втраченої особи. Всім своїм емоційним буттям людина, що зазнала втрату, бореться з долею, намагаючись повернути назад коло часу і повернути щасливі дні. Людина, яка зазнала втрату, опиняється у полоні боротьби зі своїм минулим.

Якщо ми хочемо допомогти людині, яка зазнала важку втрату, важливо, щоби ми бачили речі з її точки зору і поважали її почуття - якими би нереалістичними вони нам не видавалися. Лише у тому випадку, коли людина, яка зазнала втрату, відчуває, що ми можемо принаймні розуміти і співчувати їй у її ситуації, існує значна ймовірність, що вона буде здатна виражати ті почуття, які її переповнюють - прагнення повернути втрачену людину, свою надію, що якимось дивовижним чином все добре може повернутися, свою лють з приводу покинутості, свій гнів і звинувачення на адресу винних на її думку людей (лікарів) і свого власного винного Я.



"Якщо би я раніше робив те-то або не робив того-то, то можливо можна було би уникнути катастрофи".

Ми маємо прийняти роль товариша і захисника, який готовий досліджувати у ході спільних обговорень всі ті сподівання і бажання, і ослабити вплив малоймовірних можливостей, які людина все ще має в душі разом з жалями і розчаруваннями, які доводять її до відчаю.

Деяким людям дуже важко виразити свої почуття суму, аніж інші почуття. На думку Дж.Боулбі, головна причина цього полягає у тому, що родина, у якій вони виховувалися є такою, у якій поведінка прив'язаності дитини не викликає підтримки і співчуття і вважається чимось, чого слід негайно позбутися. У таких родинах прийнято позбавлятися плачу та інших протестів з приводу розлуки, як від інфантильних почуттів, а гнів чи заздрість вважаються гідними зневаги. Одночасно чим більше дитина наполягає на тому, щоби бути зі своєю мамою чи батьком, їй говорять, що такі вимоги є недоречними; чим більше вона плаче або проявляє спалахи роздратування, тим більше їй говорять, що вона нечемна або погана. Як наслідок такого тиску, дитина схильна приходити до прийняття таких стандартів і для себе; плакати, вимагати, відчувати гнів, звинувачувати інших - всі ці емоції будуть оцінюватися нею як недоречні, дитячі і погані. Тому, коли вона страждає від важкої втрати, замість вираження всіх тих почуттів, які переповнюють кожну людину, що зазнала втрату, вона схильна заглушати їх. Крім цього, її рідні, продукти тієї ж самої сімейної культури, схильні поділяти критичний погляд на емоції і їхнє вираження. Тому людина, яка більше всього потребує розуміння і підтримки не має змоги отримати таку підтримку.

Для психотерапевта важливо не боротись з базовим почуттям суму, а прожити разом з пацієнтом, який страждає, свою частку спустошеності у сподіванні на набуття нових життєвих можливостей, що відкриються за цим відрізком порожнечі.

---

## ПРОЦЕС РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ ДИТИНИ

---

У психічному розвитку дитини перетинаються і взаємодіють фактори біологічного і соціального характеру.

До **біологічних факторів** можна віднести *спадкові особливості, вроджені властивості, особливості, що обумовлені пологами або набуті впродовж життя.*

*Спадковість* — це властивість живих систем відтворювати свою організацію, або відтворювати собі подібних у ряді поколінь. Дитина отримує у спадщину людські особливості — це фізичні ознаки, що є характерними для людських істот, особливості побудови нервової системи, головного мозку. Це також особливості, за якими одна людина відрізняється від іншої: колір волосся, очей, шкіри, тип вищої нервової діяльності, особливості побудови аналізаторів тощо.

Носієм спадковості є ген. Ген є сталою, але не є незмінною структурою та може змінюватися (зазнавати мутацій) під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів (інтоксикація, опромінення).

*Вроджені особливості* — особливості організму, які було набуто під час внутрішньоутробного розвитку дитини. Для нормального розвитку дитини має значення здоров'я матері до та під час вагітності, здоровий спосіб життя, відсутність шкідливих звичок, дотримання режиму дня, здорове та якісне харчування, хороший настрій.

Особливості, які можуть виникнути *під час пологів та протягом життя*, також впливають на розвиток дитини. Втрата слуху, затримка психічного або моторного розвитку, мовні порушення, дефекти тіла (кульгавість, викривлення) можуть бути спричинені перенесеними в ранньому віці захворюваннями (менінгіт, енцефаліт) або отриманими внаслідок травм.

Останні дві групи факторів можуть вплинути на формування особистості як прямим шляхом, так і опосередковано, через ставлення до наявних відхилень в розвитку як самої дитини (людини), так і оточуючих її людей. Така дитина (людина) може бути практично здоровою, але усвідомлення своєї неповноцінності буде накладати відбиток на психологічний стан.

Значення біологічного фактора в розвитку дитини є одною із основних проблем психології розвитку.

Велике значення для розвитку дитини мають соціальні фактори: середовище (природне, матеріальне та соціальне), система умов життя та взаємовідносин, в якій існує біологічна істота. До **соціальних факторів** відносяться:

*умови життя* (соціально-політичні та соціально-економічні). Вплив цих факторів відбувається через засоби масової інформації, книги, встановлені закони, правила, норми моралі та етики;

*культурні та національні традиції, різноманітні релігійні течії, пануючу ідеологію, рівень розвитку науки та мистецтва, організоване навчання та виховання* (як у закладах різного рівня, так і у сім'ях). У ході свого розвитку дитина поступово засвоює способи застосування різних речей, що сприяє формуванню уявлень;

*соціальне середовище життєдіяльності дитини* — це найближче оточення дитини: батьки або особи, що їх замінюють, інші дорослі, ровесники. Від того, з якими людьми спілкується дитина, яким є характер та зміст цього спілкування, певною мірою залежать якості особистості, що будуть сформовані. Іншими словами, взаємодія з найближчим оточенням є вирішальною для розвитку дитини-особистості.

Перше та найбільш впливове оточення — це сім'я. Формування особистісних якостей дитини значною мірою обумовлюється сімейним мікрокліматом, позначається на їхньому психічному та фізичному здоров'ї, емоційному стані та обумовлює виникнення ризику розвитку психічних порушень (психічної депривації) [7; 12; 15].

Коли дитина підростає та йде до дитячого садочка, в коло її взаємин із дорослими включається вихователь, інші діти, характер спілкування з якими та їх оцінка значною мірою впливають на становлення особистості, формується сприйняття та оцінка себе, вміння контролювати свої бажання та співвідносити їх з бажаннями та потребами оточуючих. Крім того, протягом життя людина включається в складну систему стосунків із навколишнім світом.

Людина як особистість формується під впливом соціального середовища. Біологічні фактори впливають на процес розвитку опосередковано. Спадкові та вроджені особливості окреслюють можливості майбутнього розвитку особистості. Рушійною силою подальшого розвитку є соціальні фактори: середовище (природне, матеріальне та соціальне), система умов життя та взаємовідносин, в якій існує біологічна істота, виховання та навчання. Основне питання, яке досліджували багато вчених — як взаємодіють між собою спадковість та соціальне середовище при формуванні особистості. Визначено, що розвиток особистості обумовлено єдністю біологічного та соціального. Але ні середовище, ні спадковість не зможуть вплинути на особистість, якщо вона не буде **активною**. Тільки за умови **особистої активності** дитина буде відчувати на собі вплив середовища, і тільки за цієї умови проявляться особливості її спадковості [1, С. 72–77; 11, С. 42, 43].

### Вікова періодизація становлення особистості.

<b>Віковий період</b>	<b>Особистісні новоутворення (нові якості)</b>
Від 0 до 1 року	Формування життя незалежно від організму матері
1–2 роки	Виникає ходьба, перша гра, яка носить характер наслідування (дитина копіює поведінку батьків). З'являється активне мовлення (перші речення з 2 слів)
3 роки	Розквіт мовлення, допитливість, виникає естетична спостережливість, довільність дій. Самоусвідомленість
4 –5 років	Емпатійність (тонкі відчуття, почуття іншої людини) Вибіркові ставлення до однолітків, самостійність
6–10 років	Самооцінка, почуття власної гідності, планування дій. Здатність передбачити певний хід подій, можливі оцінки з боку оточуючих
10–13 років	Зростає відповідальність і самостійність
14–16 років	Це почуття дорослості. Дуже інтенсивне становлення індивідуальності. Альтруїзм (відчуття колективу)
16–22 роки	Спілкування з дорослим на рівні. Завершення процесу визначення у виборі професії, моделі сім'ї

## **Розвиток дитини.**

Розвиток людини можна уявити собі як певні сходи, які мають, наприклад, п'ять підйомів, кожен з яких є певним етапом розвитку. Для того, щоб піднятися на певний щабель у своєму розвитку, дитині необхідно пройти крізь перші чотири, однак підняття потребує неабияких зусиль. Інколи їй важко піднятися без сторонньої допомоги.

Дитина починає свій рух угору тоді, коли сама собі ставить запитання, здатні викликати в неї своєрідний внутрішньоособистісний конфлікт або кризу, під яким ми розуміємо особливий момент у житті кожної людини- момент вибору між прогресом і регресом.

Для того, щоб піднятися на вищий щабель, дитина має зробити цей вибір, який обов'язково буде впливати на наступний.

Ерік Еріксон, відомий американський психолог, поділяв розвиток людини на декілька етапів. Розглянемо перші п'ять етапів, які стосуються розвитку дитини.

### **Перший етап.** Довіра або недовіра..

Ця стадія виникає саме тоді, коли дитина вкрай беззахисна й цілком залежить від фізичної турботи й уваги оточення. На початку життя в немовляти виникає відносне почуття довіри або недовіри до речей і людей. Досвід спілкування дитини з матір'ю є найвагомим для встановлення балансу відчуттів тривоги і безпеки. Якщо мати або вихователь проявляє турботу до немовляти, то його відчуття безпеки збільшується. Якщо турботи немає- збільшується тривога. Безпека- це довіра, і навпаки, тривога-недовіра.

Основне запитання цього етапу- **„Довіряти чи не довіряти?“**.

### **Другий етап.** Автономія або сором та сумнів.

Починаючи ходити, діти відкривають для себе можливості керування своїм тілом, вони навчаються їсти, вдягатися, користуватися туалетом та відтворювати нові способи пересування. Якщо дитині вдається зробити щось самостійно, в неї з'являється почуття самоконтролю та впевненості в собі. Але якщо намагання дитини постійно супроводжують невдачі та її за це карають або називають нечупарою і поганою дитиною, вона звикає до постійного сорому і сумнівів у власних силах. Саме на цій стадії формується сила волі. Дитяча воля перетворюється у дорослу спроможність контролювати свої потяги та імпульси.

Отже, на цій стадії дитина ставить перед собою запитання: **„Чи спроможний я це зробити?“** Що по суті означає: **„Чи можу я керуватися власним тілом“**.

### **Третій етап.** Ініціатива проти почуття провини.

Діти у віці 4-5 років переносять свою дослідницьку активність за межі власного тіла. Вони пізнають, як влаштований світ і яким чином можна на нього впливати. Світ для дитини складається як із реальних, так і з уявних людей та речей. Діти починають їх досліджувати. Якщо їхня дослідницька діяльність у цілому ефективна, вони навчаються спілкуватися з людьми й речами конструктивним шляхом і тим самим

розвивають у собі сильне почуття ініціативи. Однак, якщо їх суворо критикують і карають, діти привчаються відчувати себе винними у своїх вчинках. Основне заняття цього періоду- гра. Головне слово в дітей цього віку- „Чому?”

Саме в цей період у дітей починає розвиватися совість, відповідальне ставлення до речей, яке закріплює самостереження, самоконтроль і самокритику. На цій стадії дитина може робити більше, ніж раніше, й повинна навчитися обмежувати себе певною мірою.

Дитина постійно ставить собі запитання- **„Чи можу я це зробити самостійно, без батьків?”**.

**Четвертий етап.** Любов до праці. Почуття власної гідності чи неповноцінності.

У віці 6-11 років діти розвивають різні навички та вміння у школі, вдома й серед своїх ровесників. У цей період особливо сильну шкоду завдає негативне оцінювання себе в порівнянні з іншими. Це оцінювання залежить від успішності засвоєння дитиною вмінь і навичок. У дітей, які не досягли високих результатів і не здобули таким чином поваги батьків, вчителів та друзів, може виникнути почуття неповноцінності або неадекватності. Головна перевага цієї стадії- компетентність, що базується на усвідомленні власної майстерності, розвитку загальних здібностей і практичних навичок.

Основні запитання цього етапу- **„Чи можу я це робити достатньо добре? Що я можу робити сам?”**.

**П'ятий етап.** Ідентичність або змішування багатьох ролей.

Протягом свого життя діти дізнаються про цілий ряд різних соціальних ролей- сина та доньки, брата і сестри, учня і друга та інші. У підлітковому віці виникає велика потреба розібратися в цих ролях та зуміти їх інтегрувати в єдину цілісну ідентичність.

Ідентичність означає тотожність з кимось значним, на кого рівняються, хочуть бути схожими. Це уявлення закріплюється в образі власного „Я”, як таке, що є твердо засвоєним та особистісно прийнятним. Саме сформованість ідентичності допомагає особистості вирішувати завдання на кожному етапі її розвитку.

У підлітковий період значний вплив мають соціальні обмеження та тиск суспільства. Підліток може мати труднощі у підборі для себе певної ролі та в прагненні посісти в суспільстві значиме для себе місце. Саме на цьому етапі створюються кумири та зразки для наслідування. На цьому етапі підліток запитує себе-**„Хто Я?”**.

**Критичні періоди в розвитку дітей.**

1. Криза новонародженого (пологова криза).
2. Криза першого року життя.
3. Криза третього року життя.
4. Криза шостого (сьомого) року життя.
5. Криза підліткового віку

1. **Криза новонародженого.**

Виникає в період гострого життєвого протиріччя в результаті різкої зміни умов перебування дитини- завершення пренатального (дородового) періоду і її народженням, що супроводжується розривом багатьох органічних і фізіологічних зв'язків, зміною середовища.

Фізично відокремившись від матері, дитина має адаптуватися до цілком інших умов життя (звикнути отримувати кисень із повітря, приймати їжу ззовні, перетравлювати її, виділяти непотрібні організму речовини тощо). Все це відображається на її загальному стані, підвищеній вразливості до різних несприятливих умов. Основною фізичною ознакою кризи є втрата дитиною ваги в перші дні після народження.

Психологічні проблеми пов'язані з особливостями адаптації дитини до нового середовища та іншого способу життя, а також з особливостями настанови матері, яка до цього сприймала дитину як частку власного „Я” і перебудовується на сприйняття її як окремої людської істоти.

## **2. Криза першого року життя.**

Ця криза є характерною для першого року життя дитини і пов'язана з освоєнням довкілля і мовлення. Якщо спочатку життєдіяльність немовляти регулювала біологічна система, детермінована біоритмами, то поступово вона вступає в конфлікт із вербальними ситуаціями, які створюються дорослими. Як наслідок, у віці близько року дитина залишається без надійних орієнтирів у навколишньому світі: біологічні чинники вже істотно деформовані, а мовні ще не настільки сформувалися, щоб дитина з їхньою допомогою могла вільно керувати своєю поведінкою.

У віці 15 місяців до 2-х років діти виявляють свій характер. У поведінці домінує заперечення, яке виявляється у бажанні робити навпаки.

### **Поради батькам:**

- Створіть для дитини умови, які будуть безпечними у її пізнанні довкілля: закрийте розетки; не залишайте доступними для неї вогонь, сірники; гарячі страви та напої ставте так, щоб вона не могла до них дотягтися і перевернути на себе; не залишайте її наодинці.
- Привчайте дитину користуватися різними побутовими речами- це дозволить виробити у неї навички самообслуговування й уникнути проблем з використанням їх за призначенням.
  - Забороняючи дитині щось, обов'язково пояснюйте, ЧОМУ.
  - Необхідно, щоб діти відчували вимогливість батьків до їх поведінки і послідовність цих вимог.

## **3. Криза трьох років.**

Одним з наслідків інтенсивного розвитку спільної діяльності дитини й дорослого в ранньому віці є формування у дитини образу власного „Я”- центрального новоутворення, що виникає наприкінці цього етапу. Малюк вчиться відокремлювати себе від дорослого, починає ставитися до себе як до самостійної особистості, тобто в нього з'являються початкові форми

самосвідомості. Усе призводить до прагнення дитини хоча б у межах своїх можливостей діяти самостійно, без допомоги дорослих, що насамперед виявляється у її словах „Я сам!” і намаганнях робити все самостійно. Саме тому для оточуючих вона здається впертою, вередливою і свавільною. Цей період вважають критичним у першу чергу тому, що дорослі стикаються з труднощами взаємин з дитиною.

В основі цієї кризи- об'єктивне протиріччя між новою тенденцією розвитку дитини до самостійного задоволення власних потреб та прагненням дорослого зберегти попередній стиль стосунків і обмежити тим самим активність дитини.

Відома чітка когнітивна симптоматика наближення кризи:

- гострий інтерес дитини до свого зображення у дзеркалі;
- стурбованість тим, як вона виглядає в очах інших;
- зацікавленість дівчаток своїм вбранням;
- заклопотаість хлопчиків власною компетентністю, наприклад, у конструюванні;
- гостра реакція на невдачі;
- наполягання на своєму виборі.

### **Поради батькам:**

- Не висувайте надмірних вимог та не зловживайте заборонами! Достатньою мірою реалізуйте розумні бажання дитини- їй потрібно:

- а) пізнавати довкілля;
- б) розвивати навички самообслуговування;
- в) визначати власні сили та здібності.

- Скеруйте ініціативу і самостійність дитини у продуктивне русло- знайдіть їй цікаве і корисне заняття.

- Не ставайте на шлях прямої боротьби з дитячою впертістю, щоб не загострювати на цьому увагу самої дитини (це буде формувати ворожість у взаєминах).

- Створюйте дитині такі ситуації, в яких би вона сама змогла пересвідчитися, що її домагання марні.

- У бесідах із дитиною ведіть розмову спокійно.

- Не поспішайте реагувати на примхи дитини. Вона повинна звикати до певного порядку речей і поважати ваш авторитет.

- Дозвольте дитині самій робити вибір: не нав'язуйте їй свою одну пропозицію, а пропонуйте на вибір кілька. Тоді це буде її вибір і не буде причина для конфлікту.

- Привчайте дитину до керування собою на основі сприймання й усвідомлення актів своєї поведінки та її наслідків.

- Сприяйте потребі дитини в аналізованні результатів її діяльності, вчинків, взаємин з іншими людьми. Пропонуйте їй обговорювати все те, що і як вона робить, уникаючи простої критики і однозначно негативних оцінок.

- Навчайте дитину правил поведінки і, зокрема, правил шанобливого поводження з батьками.

- Показуйте власний приклад шанобливої і культурної поведінки.



- Не доводьте взаємин з дитиною до такого конфлікту, коли кожній із сторін важко стримувати свої негативні емоції.
- Пам'ятайте, що Ви мудріші і більш досвідчені у житті, ніж діти, що Ви любите свою дитину. Це повинно бути в основі Вашої моделі батьківської поведінки.
- Стимулюйте найкращі наміри дитини, підтримуйте її високу самооцінку.

#### **4. Криза шести - семи років.**

Ця криза є перехідним періодом, що відділяє шкільне дитинство від молодшого шкільного віку. Характеризується втратою безпосередності і наївності, більшою скритністю поведінки, здатністю поставити себе на місце іншого, вмінням відчувати і враховувати емоційні стани оточуючих. Поряд з негативізмом помітно зростає самостійність дитини, збагачується зміст її життя: розширюються її інтереси, коло друзів і знайомих, сфери діяльності.

#### **Поради батькам:**

- Сприяйте розширенню форм спілкування з дитиною, розвитку її потреби у діалогічному спілкуванні на правах партнерів.
- Прагніть до встановлення довірливих стосунків, але не будьте у цьому нав'язливими- знаходьте потрібні слова і вдалий для цього час та настрої дитини.
- Створюйте умови для розширення словникового запасу- більше спілкуйтеся, обговорюйте побачене, прочитане, почуте. Слідкуйте за мовою і вимовою дитини (вживанням слів-паразитів і брутальних слів; правильністю наголосів). Піклуйтеся про власний приклад грамотного, культурного і багатого використання словникового запасу.
- Сприяйте адекватному прояву емоцій: пояснюйте, якщо дитина не знає, як себе поводити в ситуаціях горя і радості; будьте самі щирими у вияві емоцій у подібних ситуаціях.
- Допмагайте дитині підготуватися до школи: навчайте її письму, грамоті, рахуванню, тренуйте пальчики; дотриманню правил поведінки у різних ситуаціях.
- Сприяйте розвитку самостійності дитини: дозволяйте їй самій доводити справу до кінця, навіть якщо у неї це ще не дуже справно виходить.
- Вселяйте віру в дитину, у її здібності та можливості.

#### **5. Криза підліткового віку.**

Ламання старих психологічних структур, характерне для цього віку, призводить до справжнього вибуху непокори, зухвальства та важковихованості. Характерним для цього періоду є зниження працездатності і навчальної успішності.

Основну причину таких бурхливих проявів одні психологи вбачають у тому, що дорослі не змінюють своєї поведінки у відповідь на появу в підлітків прагнення до нових, більш дорослих форм взаємин із батьками та вчителями. Інші розглядають цю кризу як пряме

відображення процесу статевого дозрівання, мало пов'язане з особливостями виховання, а треті вважають, що така криза не є загальною й у багатьох підлітків її просто не буває.

Головний зміст і специфічна відмінність у розвитку кризи цього вікового періоду- перехід від дитинства до дорослості, що виявляється у соціальному та статевому дозріванні дитини і супроводжується прагненням до повної самостійності, уникнення контролю з боку дорослих, підвищеним інтересом до своєї зовнішності і представників протилежної статі, загостреним відчуттям справедливості.

### **Поради батькам:**

- Розширяти коло соціальних ролей підлітка, розкривати їх морально- етичний зміст.
- Створювати рольове навантаження.
- Давати більше самостійності й відповідальності.
- У своїх висловлюваннях, діях і вчинках не втрачати авторитет справедливих і поміркованих батьків.
- Намагатися менше критикувати дітей та їхні вчинки.
- Переключати загострену увагу підлітків до своєї зовнішності на увагу до внутрішнього стану.
- Сприяти формуванню в дитини адекватної самооцінки..
- Створювати умови для самоосвіти і самовиховання дитини, визначеності щодо нахилів та професійних уподобань.

Сприяти духовному розвитку особистості, закріпленню морально-етичних норм і правил поведінки.

---

**Ніхто не стає хорошою людиною випадково.**  
**Платон**

Людина в своєму розвитку потребує бути особистістю. У широкому сенсі, **особистість** — це людина як суб'єкт соціальних відносин і свідомої діяльності [1]. Вітчизняний психолог А. Леонтьєв вважав, що особистість формується завдяки життю у суспільстві, коли через свою діяльність людина взаємодіє з іншими людьми.

Батьки формують перше суспільне середовище дитини. Особистості батьків грають суттєву роль у житті кожної людини. Не випадково, що до батьків, особливо до матері, ми думкою звертаємося у важку хвилину життя. Специфіка почуттів, що виникають між дітьми і батьками, визначається головним чином тим, що турбота батьків необхідна для підтримки самого життя дитини. А прагнення батьківської любові — дійсно, життєво необхідна потреба маленької людської істоти. Перше й основне завдання батьків — формування у дитини почуття впевненості в тому, що її люблять і про неї піклуються. Ніколи, ні за яких умов, у дитини не повинні виникати сумніви у батьківській любові. Найприродніший і найнеобхідніший з усіх обов'язків батьків — це ставлення з любов'ю і повагою до дитини в будь-якому віці.

На виховання особистості також впливають **сімейні традиції**. Вони є одним з основних засобів виховання, тому що перш ніж потрапити в школу (ясла, інший колектив), дитина пізнає себе й ідентифікує у родині. Традиції декількох поколінь дозволяють дитині усвідомити свій зв'язок з бабусями, дідусями, спільними предками, дозволяють дитині пишатися своєю родиною. У випадку з дітьми, які виховуються у прийомних сім'ях, ці зв'язки можуть бути втрачені чи зруйновані. Тим сильніше потреба виробити традиції свої власні, що допомагають родині частіше збиратися разом для того, щоб люди, що живуть під одним дахом, почували себе дійсно родиною. Тут постає питання про те, які родинні традиції найбільш значимі. Добре, якщо в родині склалася традиція кожне літо подорожувати. Це розширює коло знайомств, допомагає дитині побачити світ, навчає її спілкуванню. Традицією можуть стати і незвичайні зустрічі Нового року чи дня народження, спільні поїздки за місто, навіть суботні обіди, коли діти знають, що в цей день і в цей час на них у родині дуже чекають. Такі традиції сприяють зближенню, ідентифікації себе як члена родини, здатні підвищити самооцінку дитини, коли вона усвідомлює, що вдома її не тільки годують, що це місце, де можна поділитися своїми переживаннями, новими враженнями. Усе це позначиться на формуванні особистості дитини, буде сприяти її гармонійному розвитку.

Механізм ідентифікації (ототожнення себе) починається змалечку: діти наслідують батьків у всьому — в манерах, мові, одязі, заняттях. Відтворюючись передусім зовні, відбувається закріплення внутрішніх рис. Найяскравіше це проявляється в іграх, особливо при грі малечі в сім'ю. Характерною особливістю ідентифікації є те, що вона відбувається незалежно від усвідомлення дитини, особливо в молодшому віці, і повністю не контролюється батьками. Це накладає на виховання особливу

відповідальність за якість власної особистості. У старшому віці (починаючи з шкільного) коло, з якого обирають зразок для наслідування, стає ширшим. Ним може бути не тільки реальна знайома чи незнайома людина, а й літературний герой.

Дослідники Глорія Хохман та Анна Хьюстон (Gloria Hochman, Anna Huston, США) зробили огляд наукових робіт щодо формування ідентичності у дітей підліткового віку. Дослідники наголошують, що формування ідентичності представляє для прийомних підлітків значну проблему — адже вони усвідомлюють, що у них є дві мами і два тата. Проте без допомоги дорослих вони не зможуть зрозуміти, як їм слід оцінювати цей факт.

Саме тому дітям, які виховуються у прийомних сім'ях чи ДБСТ, так важливо знати більше про біологічних батьків, і не тільки негативні факти з їх життя. Прийомних підлітків цікавить все: «Звідки у мене талант танцюриста?», «Чи мав у моїй біологічній сім'ї ще хтось кучеряве волосся?», «Чи любила моя мама також готувати, як це люблю я?» [6].

Американські дослідники наводять приклад, коли шістнадцятирічна дитина так пояснює своє проживання поза межами своєї біологічної сім'ї: «Я намагалася зрозуміти, що я хочу робити в житті. Але у мене у голові все переплуталося. Я не можу спланувати своє майбутнє, якщо я нічого не знаю про своє минуле. Це все одно, що починати читати книгу з середини. Моя велика сім'я з двоюрідними братами і сестрами, тіточками і дядечками, які живуть своїми сім'ями окремо від мене, тільки посилює відчуття, що я цілком самотня, хоча я і маю іншу сім'ю — прийомну. Все одно я самотня... Ці питання ніколи не хвилювали мене раніше. А зараз я не можу пояснити з яких причин, але я відчуваю себе маріонеткою без ниточок, і це жахливо».

**Знання про себе, обставини власного життя формують самооцінку дитини.** У випадку, коли дитина чує про батька, який покинув їх, та про матір, яка спивається, у неї формується негативне ставлення до себе або можливе бажання наслідувати поведінку своїх біологічних батьків. Несформованість власного «Я», нестійкість власних уявлень про себе загострює відчуття власної неповноцінності дитини, підозріло-ворожого ставлення до найближчого оточення.

Навіть в базових речах — нагодувати дитину, обігріти, дати освіту — ми повинні розуміти, що дитина — це особистість. Особистість зі своїм внутрішнім світом, бажаннями, уподобаннями, страхами, мріями, якій замало задоволених істотних потреб... **Прийомна дитина так само, як і наша рідна, прагне щасливої долі і заслуговує на неї.**

## **ПОРАДИ БАТЬКАМ:**

### **Бачити у кожній дитині особистість і поважати її.**

Не можна відкладати на потім шанобливе ставлення до дитини будь-якого віку. Типові висловлювання батьків на адресу власних дітей «Та що воно там розуміє» (при дитині!); «Мама краще знає» (чи хочеш ти їсти, тепло тобі чи холодно, з ким дружити, з ким одружуватися або за кого виходити заміж) призводять до того, що дитина не відчуває себе значущою. Не забувайте, що з моменту зачаття кожна людина є індивідуальністю і більшість чеснот дається їй від народження.

### **Давати дитині право вибору.**

Надмірна опіка також шкодить дитині, особливо коли батьки все намагаються вирішити самотійно і лише ставлять дитину перед фактом, вважаючи, що таким чином «оберігають» її. У майбутньому це може призвести до того, що дитина буде нездатна до самотійного вирішення будь-яких проблем.

### **Реагувати на прохання дитини.**

Для початку важливо навчитися чути прохання дитини і тоді шукати можливості. Іноді нам заважають втома, брак часу, роздратованість та інше.

### **Приділяти дитині увагу.**

Заплануйте час, коли ви зможете поспілкуватися з дитиною сам на сам, розпитати її про радощі й важливі для неї події, про стосунки з друзями; коли дитина захоче розказати лише вам про щось особисте, про труднощі і перемоги та порадитися у складних для неї ситуаціях.

### **Запитувати у дитини, що вона думає з того чи іншого приводу, та враховувати її думку при прийнятті рішень.**

Залучайте дитину до обговорення питань у сім'ї, до спільного планування часу в родинному колі, щоб вона не тільки вчилася спілкуватися, а й відчувала себе значущою.

### **Поважати минуле дитини та її «коріння».**

Неприпустимо говорити дитині про її минуле у закладі чи у сім'ї як про найжахливіші роки її життя. Тим більше порівнювати дитину з її батьками у негативному сенсі: «Ти така ж нетямуща, як і твоя мати» та ін. Такими висловами ви не тільки дитину принижуете (бо все, що було в неї у житті — частина її самої), а й себе в її очах.

### **Висловлювати свої потреби і навчати дитину шанувати їх.**

Шанобливе ставлення до особистості дитини зовсім не передбачає розвивати в ній уседозволеність. Поясніть дитині, що ви теж чогось хочете, що вам щось необхідно. «Давай-но приготуємо мамі поїсти, вона прийде з роботи втомлена, ми маємо про неї подбати»; «Бабуся захворіла, спробуймо не галасувати»; «До нас прийшли у важливій справі, пограйся трохи сам». Все це допоможе дитині у майбутньому спілкуватися з іншими, що є важливим для суспільного життя.

### **Виховувати у дитини самотійність.**

Потрібно уважно відслідковувати моменти, коли дитина виявляє готовність до нових самотійних дій. Вчасно дозволити, підтримати, похвалити. Багато батьків фактично пригальмовують самотійність своїх дітей: «Не заважай, я зроблю швидше (краще)», «Ти поріжешся (обпечешся, влучиш по пальцях, розіб'єш, розсиплеш, зіпсуєш, не зумієш)». Для батьків комфортніше придушувати ініціативу й обмежувати активність, але в

майбутньому результати можуть бути досить сумними — непристосованість до самотійного життя, лінощі, егоїзм.

**Виховувати вміння відповідати за свої вчинки, прогнозувати наслідки своїх дій з урахуванням власних і чужих інтересів.**

У ранньому дитинстві цьому можуть сприяти спокійні розмови із роз'ясненням причинно-наслідкових зв'язків. Може допомогти й обговорення звичайних казок, прикладів із життя.

**Даний список можна продовжувати, і кожен з вас повинен знайти свій особливий спосіб спілкування з дитиною для того, щоб сформувати у ній особистість.**

**Що впливає на формування почуття власної гідності в дитини.  
Яким чином формується почуття власної гідності.**

**Особистість дитини формується впродовж тривалого періоду, в основному через контакти з іншими.** Діти приходять у світ, не знаючи майже нічого про себе. Отже, починають збирати інформацію вже з раннього віку на тему того, ким вони є, про навколишнє середовище. Відчуття гідності особистості вони, в основному, беруть зі ставлення інших осіб до них, яке відображене на обличчях людей, які опікуються ними. Батьки та опікуни є першими дзеркалами дитини. Якщо вони реагують зацікавленням, увагою, обіймами, ласкою, усмішкою, теплими розмовами, співом біля колиски, годують, вбирають та створюють атмосферу безпеки, то, відповідно, діти починають відчувати і вірити, що їх цінують і вони варті цієї опіки та любові.

**Слова, які ми спрямовуємо до дитини, впливають на формування позитивного власного образу, а отже можуть допомогти дитині відчутти, що вона варта зацікавлення, уваги, гідна любові.** Ці відчуття безпеки, а також того, що дитину люблять та цінують, залежать від вираження нашої уваги та піклування. Якщо основні потреби дитини не забезпечуються, якщо з неї фізично знуцаються чи її потребами нехтують, тоді дитина вважатиме себе нікчемною та непотрібною нікому людиною.

**Почуття власної гідності та повага, які дитина має до самої себе, не залежать виключно від того, що вона чує від інших. На власну самооцінку впливає також віра у свої можливості, компетентність та відповідальність. Відчуття компетентності (набутих вмінь) базується на постійних контактах з людьми та середовищем.** Після народження у немовлят вже є певні здібності. Наприклад, вони вчаться говорити та ходити, вимагають реакції оточення на їхні дії та потреби. В міру свого росту та дозрівання набувають все більше нових вмінь та навичок у різних сферах. Однак, від дорослих вони повинні отримати додатковий шанс розвинути інші вміння, а також джерела та підтримку, необхідні для реалізації завдань.

Разом із суспільними навичками та вмінням спілкуватись з'являється відповідальність. Діти повинні бути за щось відповідальними, вони вчаться відповідальності, коли усвідомлюють, що за результат своїх дій треба відповідати. Так вони навчаються контролювати свою поведінку та певні ситуації, бо знають, що їхня поведінка впливає на

результат. Одним словом, вони стають відповідальними за те, що відбувається в їхньому житті.

Коли діти вдосконалюють свої навички і стають відповідальними, то помічають, що інші вірять в їхні здібності та можливості. Це, в свою чергу, ще більше заохочує дітей до праці над собою. Це ніби «пророцтво, яке збувається», згідно з яким діти будуть чинити так, як ми від них цього очікуємо. Діти можуть відображати та «носити» ярлики, приліплені до них словесно («брехун», «поганий хлопець», «зłodійка»). Вони не схочуть в такому випадку ані змінюватись, ані вдосконалюватись, бо помітять, що їм не довіряють чи контролюють, або ж не вірять в їхні здібності та можливі зміни в поведінці.

Індивідуальне та неповторне сприйняття дитиною себе базується на словах, які вона чує, та на ситуаціях, в яких дитина могла проявити свої вміння та відповідальність. Коли ці ситуації трапляються в атмосфері любові, тепла та поваги, то діти починають відчувати себе так: «Я гідний любові, вартий того, щоб для мене докладали зусиль». Починають вірити: «Я здібний, я відповідальний».

**Поведінка дитини — це ключ до її почуття власної гідності.** Якщо вона впевнена у собі та любить себе, то, відповідно, приязно ставиться до інших, дитина врівноважена, відкрита та вірить у свої сили. У неї не виникає потреби погано себе поводити, створювати проблеми, нервувати чи щось нищити. Суспільні стосунки такої дитини, як правило, позитивні. Вона рідко піддається впливу однолітків та часто приймає самостійні та успішні рішення. **Натомість діти з низьким почуттям власної гідності можуть відчувати себе ізольованими, беззахисними та не вартими любові. Вони вважають себе слабкими, щоб досягнути того, чого вони хочуть. Часто замикаються в собі і проявляють пасивність.**

З часом особи з високою самооцінкою будуть пишатися своїми досягненнями, будуть відповідальними за свої вчинки, навчатися проходити крізь драматичні події та будуть з вірою та ентузіазмом приймати нові виклики та завдання, дбати про себе, шанувати свою та чужу власність, вміти приймати компліменти, демонструватимуть широкий спектр емоцій.

Діти з низькою самооцінкою будуть уникати ситуацій, що викликають у них страх чи неспокій. Будуть применшувати свої таланти і здібності та звинувачувати інших у своїх поразках. Такі діти легко підпадають під вплив інших, швидко поступаються, відступають від своїх намірів, відчують себе безсилями та пригніченими. Діти з низьким почуттям гідності будуть провокувати ситуації, які матимуть негативні наслідки, наприклад такі, як відторгнення. Також вони уникатимуть прийняття норм і правил та часто порушуватимуть їх.

Прийомні батьки та батьки-вихователі мають допомогти дитині у формуванні її почуття власної гідності.

**Існує чотири чинники, необхідні для формування почуття власної гідності.**

## **1. Відчуття приналежності.**

Уяви собі ситуацію, що Ти абсолютно сам. Немає нікого, хто б міг турбуватися про Тебе, і ніхто не цікавиться тим, що з Тобою відбувається і що Ти робиш. Нікого не цікавить те, як Ти сьогодні вберешся і чи вдасться Тобі зробити щось на роботі. Ніхто Тебе не помітить, ніхто Тебе не похвалить...

Про такі думки важко навіть і згадувати. Ми просто не можемо існувати без почуття приналежності до інших, без будь-яких взаємин. Ось чому ми говоримо, що почуття гідності невід'ємно пов'язане з відчуттям **приналежності**.

**Приналежність** означає те, що дана особа задоволена характером взаємин, які є для неї важливими, і ці контакти приносять задоволення двом сторонам. Через відчуття приналежності ми ідентифікуємося з важливими для нас людьми чи групою людей. Ми відчуваємо себе частиною успадкованого минулого разом з людьми, місцями, традиціями та звичаями.

**Повага інших є важливою людською потребою.** Людина є, мабуть, єдиним створінням на планеті, для якої найціннішим від бажання жити є необхідність відчувати себе потрібною. Якщо нам бракує переконання, що ми є важливими чи комусь потрібними, то у нас з'являється тенденція до депресії, ми легко поступаємося та починаємо кривдити себе чи навколишніх.

А що з дітьми, в яких приналежність до їхньої сім'ї була перервана? Як можуть себе почувати діти, яких забрали з рідної домівки, а пізніше переміщали з місця на місце?

Допомогти сформуванню відчуття приналежності ми можемо таким чином:

- заохочувати їх підтримувати контакти з біологічними батьками, з братами, з сестрами, з тітками чи іншими членами біологічної родини, з друзями та іншими особами, які є для дитини важливими;
- дізнатися якнайбільше про осіб, які є для дитини важливими та значущими, і, якщо це можливо, допомогти підтримати ці взаємини;
- допомагати дитині відновити контакти з важливими для неї особами, в тому числі з членами біологічної родини (особисто, по телефону, чи написати листа, запрошувати їх на важливі для дитини події);
- співпрацювати з біологічною родиною дитини для того, щоб зібрати матеріали до «Літопису життя»;
- розмовляти з дитиною про її взаємини з сім'єю та друзями;
- зберігати культурні традиції, свята та звичаї та збільшувати в цих подіях роль та участь самої дитини;
- якщо дитина походить з віруючої сім'ї, то підтримувати її віросповідання;
- демонструвати дитині, що її пам'ятки, спогади чи особисті речі є дуже значимими і важливими;
- залучати дитину до активної участі в житті суспільства, громади;
- налагоджувати взаємини з дитиною та використовувати це, щоб показати дитині та навчити її, які почуття та поведінка є результатом позитивних взаємин з іншими;
- заохочувати дітей до того, щоб вони приєдналися до груп, де вони можуть навчитися співпрацювати, робити свій вклад та відчувати себе потрібними;



- долучати дитину до діяльності гуртків, спортивних секцій чи музичних груп;
- виражати свою підтримку щодо приналежності дитини до даної групи;
- пропонувати дитині, яким чином вона може використовувати свої таланти та час;
- хвалити дитину за кожне її досягнення — особисто та в присутності інших.

## **2. Відчуття неповторності.**

Неповторність — це особливе відчуття власної гідності. Люди, яким воно притаманне, поважають та шанують в собі та в інших ті риси, які відрізняють їх від інших, а внаслідок цього за ці риси їх шанують та люблять інші. Володіння відчуттям неповторності тотожне з великою повагою до своєї індивідуальності. Коли Ти це відчуваєш, то знаєш, що є в Тобі щось особливе, і знаєш, що інші також так думають. Це збільшує Твою віру в те, що Ти є компетентним, а особливо віру в те, що Ти можеш щось зробити.

Допомогти дітям відчувати себе неповторними та повірити в себе допоможуть такі поради:

- хвали факт того, що люди різняться між собою;
- знайди кожній дитині сферу, в якій вона може бути кращою, ніж інші:
  - підтримуй дітей та уникай порівнянь, чому вони не можуть бути, як інші;
  - стався до кожної дитини як до окремої та неповторної особистості зі своїми потребами та сильними сторонами і унікальними можливостями. Це позитивно оцінює дитину як окрему людську істоту;
  - уникай «групової відповідальності» в ситуації, коли діти поводитись по-різному;
  - визнач кожній дитині щось особливе в роботі по дому чи інші потрібні для сімейного життя чи життя в громаді дії;
  - заохочуй дитину до «покращення» власних досягнень та потреби розвивати власні вміння та навички;
  - підтримуй зацікавлення та хобі дитини;
  - уникай виразів розчарування, коли дитина проявлятиме відмінні від «Твоїх» зацікавлення;
  - приділяй достатню часу для особистого спілкування з дитиною;
  - підтримуй дитину, зміцнюй її за допомогою слів (наприклад: «Ти винятковий», «Я Тебе люблю», «Я дуже переживаю за Тебе», «Ти мені не байдужий», «Ти для мене дуже важлива»), жестів (лагідний дотик, обійми). Роби це незалежно від поведінки дитини;
  - концентруйся на талантах та погодься, що кожна дитина має у собі якісь особливі здібності;
  - дозволь дитині самій обладнати свою кімнату чи простір, що належить їй;
  - зміцнюй та хвали дитину якомога частіше!

## **3. Відчуття влади.**

Відчуття влади береться з переконання, що у нас є те, що нам потрібне, щоб мати вплив на ситуацію, контролювати обставини, що складаються в нашому житті. Люди, які мають відчуття влади, переконані, що в достатній мірі контролюють власне життя. Вони вірять, що у складних обставинах зуміють використати свої унікальні вміння та якості та впораються з будь-якою проблемою. Коли люди мають відчуття влади, то усвідомлюють, що у них є вибір, щоб прийняти рішення та не боятися відповідальності за власні рішення, вчинки та поведінку. Відчуття влади сприяє тому, що ми не боїмося ризикувати і це робить нас відважними.

Допомогти дитині почувати себе «господарем» свого життя можна таким чином:

- заохочуй дитину бути відважною;
- уникай виконання завдань за дитину, які вона може виконати сама. Дозволь їй пережити навіть незначну перемогу та відчуття з цього приводу задоволення та гордість, які випливатимуть зі щойно збагаченого почуття незалежності та самостійності;
- заохочуй дитину до того, щоб ділилась своїми ідеями та думками;
- заохочуй дитину до самостійного мислення та пошуків, пізнання нового;
- дозволяй дітям помилятися;
- заохочуй до роботи;
- заохочуй дитину вибирати;
- створи дитині нагоду для того, щоб вона могла проявити свою відповідальність;
- заохочуй бути витривалою;
- залучай до спільного вирішення проблем;
- хвали за досягнення;
- виражай свою підтримку (наприклад: «Ти можеш це», «Ти чудово даєш собі раду», «спробуй ще раз»);
- навчай допомагати собі («допоможи собі сам»);
- постійно збільшуй сферу відповідальності дитини.

#### **4. Наявність взірців для наслідування.**

Приклади з життя дають нам багато взірців, завдяки яким ми будуємо свою систему цінностей, створюємо норми, ідеали та стандарти. *Взірці* — це люди, на яких ми прагнемо бути схожими і яких ми добре знаємо. Вони допомагають нам зрозуміти різницю між добром і злом, правдою та брехнею. *Взірці* — це особи, які вчать нас як цінувати самого себе, так і приймати рішення та нести відповідальність за них. Вони також є для нас прикладом позитивного почуття власної гідності.

Прийомні батьки та батьки-вихователі можуть становити дієвий приклад для дітей:

- сам будь прикладом та чини згідно зі своїми переконаннями;
- дозволяй дитині розвивати її контакти з людьми, які можуть бути хорошим прикладом для дитини (вчителі, священники, суспільні авторитети тощо);
- розмовляй з дитиною про життя знаменитих людей;
- розмовляй з дітьми про норми моралі та цінності;

- роби так, щоб діти знали про Твої думки та переконання в питаннях моралі та життєвих поглядів. Коли запитують, то будь з ними щирий та відвертий;

- допомагай дітям гідно нести відповідальність за свої вчинки.

- дискутуйте між собою на теми ваших цінностей, зацікавлень, переконань та думок.

- **уникай пастки: «Роби те, що я тобі кажу, а не те, що роблю». Те, що ми говоримо, має менший вплив на те, ким ми є, ніж те, що ми робимо;**

- живи згідно з нормами та цінностями, які б Ти хотів передати дітям.

**Дітям, перш за все, необхідна безумовна любов та повага батьків, а також особлива турбота про їх культурний та духовний розвиток, який є також ґрунтовною основою формування в дитини почуття власної гідності.**

## **Кризис одного года - упрямство и капризы?**

Кризис - это необходимый и закономерный этап в жизни ребенка, когда накапливаются изменения в поведении и развитии и происходит переход на качественно новый этап. Каждый кризис сопровождается появлением упрямства, непослушания, капризов, которые малыш чрезвычайно ярко проявляет. Таким образом, этих кризисов также три: кризис одного года, кризис трех лет и кризис семи лет. Обойти их не возможно - через это проходят практически все дети. Но для одних этот переход происходит проще, для других сопровождается более серьезными, значительными поведенческими проявлениями. Родители удивляются, ища причины таких внезапных изменений в поведении дочки или сына. Но эти изменения закономерны, свойственны всем детям в определенном возрасте, поэтому их называли "кризисами развития".

### **Почему возникает кризис**

Так почему же они возникают? Прежде всего, потому что у детей появляются новые потребности, а старые формы их удовлетворения уже не подходят, иногда даже мешают, сдерживают, и потому перестают выполнять свои функции.

Давайте поговорим о кризисе одного года, о тех важнейших заданиях, которые решаются на этом этапе. В конце первого года жизни социальная ситуация полного слияния ребенка с взрослым как будто взрывается изнутри. Малыш начинает понимать и разграничивать: я малыш, а он - взрослый, мы - разные. В этом суть кризиса первого года жизни. В этом возрасте ребенок приобретает определенную степень самостоятельности: появляются первые слова, происходит становление навыков ходьбы, развиваются действия с предметами. Но диапазон возможностей для воплощения этого еще достаточно ограничен.

Вот ваш малыш сделал свой первый шаг. Расширилось пространство его существования. Теперь он может самостоятельно путешествовать по квартире и не только, значит, есть возможность находить множество очень интересных вещей, которые просто требуют совершенного изучения и экспериментирования с ними. Но почему-то оказывается, что маме можно пользоваться всеми предметами на кухне, а ребенку - нет. Папе позволено сколько угодно работать с инструментами, а сыну или дочке опять же запрещают брать в руки гвозди или молоток. Почему? Детское любопытство, желание знакомиться со всем, что встречается вокруг, - это естественная потребность этого возраста. И запреты, которых малыш не понимает, вызывают у него протест, который проявляется плачем, упрямством, неудовлетворением, то есть всем тем, что так удивляет родителей, и получило в психологии название "кризиса".

Конечно же, каждый ребенок развивается по своему особенному "графику", потому первые шаги малыш может предпринять и в девять месяцев, и в год и три месяца. Так и первые проявления кризиса часто проявляются в разное время. Но чаще это происходит именно тогда, когда ребенку исполняется год.

### **Откуда взялись капризы?**

Что же происходит с вашим малышом в этот период? Родители могут заметить появление в поведении родного чада упрямства, капризности. Раньше послушный и спокойный, в этот период он начинает капризничать по любому поводу, и очень часто родители не могут понять, что же послужило причиной такого "приступа".

Прежде всего, стоит подчеркнуть, что ваш малыш уже много понимает и может, но он еще не умеет рассказать о своих желаниях. Ребенок все активнее познает мир. Раньше он не умел ходить, его передвижение было ограничено. С того времени, когда малыш научился ходить, его мир расширился и наполнился множеством вещей, которые "требуют" внимания к себе. Ребенок путешествует по квартире и изучает, как устроена плита на кухне, что спрятано в шкафу для обуви, также он стремится взять в руки каждый предмет, осмотреть, покрутить, попробовать "на зуб". Но вдруг со стороны родителей раздается "нельзя". Он совсем не понимает причин этого. Поэтому повторяет попытку и плачет, когда запрет звучит еще раз. Ребенок пытается всеми доступными ему средствами выразить свои желания. Малыш еще не умеет говорить, чтобы выразить свое неудовлетворение. А новые попытки познания мира вызывают новые запреты.

Так воля маленького человека впервые сталкивается с волей взрослого. Ребенок в год хочет действовать сам, его больше не устраивает положение куклы, которую кормят, пеленают, дают игрушки, когда хотят, разговаривают, когда не хотят - не разговаривают. Он стремится быть самостоятельным, причем общаться по собственному желанию. И здесь еще один парадокс - стремление к общению есть, а слов, чтобы выразить все это, еще нет. Трудно бывает понять, чего хочет малыш, хотя он и пытается выражать собственные желания и потребности.

Так начинается кризис первого года. Он становится тем глубже, чем больше родители противоречат желаниям малыша. Капризы ребенка, в действительности, являются показателем того, что взрослым наступило время изменить свое поведение и отношение к собственному чаду. Прежние стереотипы общения уже не срабатывают. И если ваш ребенок хочет схватить руками ложку именно в тот момент, когда вы его кормите, то проще дать ему в руки этот предмет, а себе взять другой и продолжить остановленный не на долго процесс. Не беда, если малыш будет весь измазан кашей, зато вы его спокойно накормите, а после всего просто уберете и умоете свое чадо.

Пора действовать?

Родителям необходимо понять, что наступил тот момент, когда очень важно предоставить ребенку больше самостоятельности. Необходимо почувствовать, что пришла пора делать что-то не для малыша, а вместе с ним. На протяжении первого полугодия второго года жизни можно учить его пользоваться ложкой, есть суп с хлебом, пить из чашки, снимать шапочку, колготки, а в дальнейшем и одеваться, самостоятельно умываться и т.п. Если этот этап будет пропущен, то позже, в 3-5 лет ребенок просто не захочет заниматься этими уже неинтересными для него вещами, тем более он привыкает, что мама одевает, умывает, кормит.

Нужно быть внимательным к первым проявлениям детской самостоятельности: ребенок тянется к ложке, чтобы есть самому, отбирает у мамы шапочку, чтобы одеть, пытается положить кубики один на другой, и очень недоволен, когда кто-то пытается помочь. Если родители с пониманием и терпением отнесутся к этим первым проявлениям активности ребенка, то со временем будут вознаграждены самостоятельностью малыша, уверенностью, жизнерадостностью.

Чем больше есть вещей, которые взрослые позволяют ребенку, тем более легко настаивать на запретах. А позаботившись о том, чтобы опасные предметы были недоступны для малыша, вы сможете спокойно позволить ему исследовать ваш дом - все ящики, ящички, нижние полки. И как знать, возможно, сегодняшняя игра сына или дочки с кастрюлей в будущем превратится в поварской талант. Конечно, не нужно поощрять любые желания ребенка. Запреты должны быть умные, четкие, однозначные и согласованные между всеми взрослыми членами семьи. Если запрещаете что-то, то в процессе этого внимание малыша нужно просто отвлечь на что-нибудь другое, а можно предложить умную альтернативу: запрещено писать на отцовских документах, но вот есть листочек - здесь это делать позволено. Но никогда нельзя играть ножом (чтобы не пораниться) или ботинками (они грязные) или же дорогими вещами (альтернатива в виде старого сломанного будильника может обернуться завтра "разборкой" новых часов, ведь ребенок просто не осознает разницы, хотя уже очень хорошо умеет проводить аналогии: это - часы, если мне можно играть этими, то можно и всеми другими).

Если родители проявили достаточно такта, терпения и гибкости по отношению к малышу, то первый кризисный этап в его развитии завершится и наступит спокойное время. Конечно же, это ненадолго. Но пока ребенок становится опять послушен, спокоен. Причем, малыш уже стал самостоятельнее и взрослее, он может и умеет намного больше, чем раньше.

Ваш ребенок - это уже человек со своими желаниями, чувствами, эмоциями, просто он еще не умеет выразить их. И если вы уделите больше времени тому, чтобы попробовать понять малыша, то любой кризис пройдет быстрее, легче, и с меньшими эмоциональными потерями для обеих сторон.

## Кризис 3-х лет

*Капризный, упрямый, непослушный... Такую характеристику дают чаще всего детям, с которыми трудно стало справляться. Но ребенок не может оставаться одинаковым, так как его развитие предполагает необходимость перемен.*

Общая и нервно-психологическая реакция ребенка формируется неравномерно. Периоды более или менее плавного развития чередуются со своего рода скачками, качественными взрывами, часто бурными и резкими. Первый возрастной кризис у детей происходит примерно в 3 года, второй - в 6-7 лет, третий - около 13 лет.

Возраст после двух лет нередко становится возрастом необъяснимого упрямства и негативизма. Это важный момент в развитии малыша. Ребенок начинает осознавать себя как отдельного человека, со своими желаниями и особенностями. В этом возрасте у ребенка появляется новое слово "не хочу", оно начинает довольно часто встречаться в словаре вашего бывшего ангелочка. Малыш нередко действует наоборот: вы его зовете, а он убегает; просите быть аккуратнее, а он специально разбрасывает вещи. Ребенок кричит, может топтать ногами, замахиваться на вас со злым, сердитым лицом. Таким образом малыш проявляет свою активность, самостоятельность, настойчивость в достижении желаемого. Но умения для этого еще пока не хватает. Ему начинает что-то не нравиться, и ребенок выражает свою неудовлетворенность.

Нам с вами представить себе это довольно трудно, потому что мы живем со своим "Я" и без этого себя не представляем. Но малыш под влиянием возрастающей практической самостоятельности только начинает осознавать свое "Я". Ведь он овладевает возможностями делать без помощи взрослого множество действий, усваивает навыки одевания, еды и т. п. Внешне это выглядит так: ребенок, называющий себя раньше в третьем лице (он, она), начинает осознавать себя лицом первым: "Дай мне машинку!".

Этот период длится обычно несколько месяцев и протекает у всех детей по-разному. И взрослые именно в это время испытывают значительные трудности в общении и взаимодействии с ребенком, они сталкиваются с негативизмом и упрямством. Дети протестуют против опеки и делают то, что заведомо запрещено. Не надо сердиться на ребенка, пытаться силой заставить его отвечать на его крик криком или наказывать. Это может закрепить в подсознании мотивы отрицательного поведения. Упрямство можно устранить, как говорится, тем же: "Не смей мыть руки!". И ребенок сделает это с усердием, которому позавидуешь.

Найдите в себе силы терпеливо отнестись к маленькому крикуну. Лучше постараться переключить его на другие дела, так как ребенок иногда и сам бы рад, да не может успокоиться. Например, стоит поставить его любимую кассету, включить мультфильм. Если же акцентировать внимание малыша на конфликте - это может привести

к неврозам. Нужно внимательно следить за изменениями в поведении ребенка. Если вдруг он отказывается от контакта с окружающими, однообразно раскачивается или долго-долго перебирает пальцы, то нужно немедленно показать малыша психоневрологу.

Суть любого кризиса в детском развитии, по Л.С. Выготскому, состоит в следующем: новообразования возраста, которые складываются к концу возрастного периода, вступают в противоречие со старой социальной ситуацией развития.

**Кризис трех лет** (Л.С.Выготский) выражается в семизвездии симптомов:

1. **Негативизм.** Нужно отличать от непослушания. Непослушание проявляется тогда, когда ребенок делает то, что ему очень хочется делать, но взрослый не разрешает это, т.е., ребенок не исполняет указания взрослого. Мотив непослушания – сильное желание ребенка. Негативизм же проявляется тогда, когда ребенок не желает делать что-то, потому что просьба исходит от взрослого. Ребенок не обращает внимания на суть просьбы. Что бы взрослый ни просил, на все он отвечает «нет».
2. **Упрямство.** Нужно отличать от настойчивости. Настойчивость проявляется тогда, когда ребенок хочет чем-то заниматься, например, рисовать, а мама зовет его спать. Упрямство же наблюдается тогда, когда ребенок настаивает на чем-нибудь только потому, что он это уже потребовал. Упрямство практически не наблюдается в отношениях со сверстниками. Оно возникает только в отношениях со взрослыми. Например, ребенок не хочет есть суп не потому, что он ему не нравится, просто, на просьбу мамы он уже сказал один раз «нет» и теперь повторяет свой отказ.
3. **Непослушание.** Оно проявляется против норм воспитания.
4. **Своеволие и капризность.** Проявляется желание ребенка к самостоятельности : «Я сам».
5. **Протест, бунт.** Ребенок находится в состоянии войны со всеми, кто его окружает. Это проявляется в постоянных конфликтах и ссорах.
6. **Обесценивание взрослого.** Ребенок может кусать, бить его, кидаться разными предметами, перестав ценить взрослого.
7. **Деспотичное руководство родителями.** Ребенку, например, не нравится, что мама сидит в кресле, а не на диване. Он требует, чтобы она пересела, устраивает истерику, если желание не выполняется. Таким образом, мы видим, что ребенок в конце раннего возраста ( от рождения до 3 лет ) воспринимает окружающий мир по – новому, через призму самого себя.

Одна из причин кризиса в потребности делать так, как взрослые. Ее легко удовлетворить в сложно – ролевых играх, но для этого следует играть вместе с ребенком. Когда новые потребности будут удовлетворены, то негативные симптомы кризиса будут наблюдаться меньше. Таким образом, в период кризиса взрослый должен взаимодействовать с ребенком: вместе играть, рисовать, лепить и т.д.



Ребенок ощущает потребность в поддержке и активном, а не пассивно-наблюдательном содействии взрослого.

Все симптомы кризиса отражают установку ребенка на самостоятельность, указывают на изменения в его аффективной сфере и социальных отношениях, на то, что ребенок начинает мотивировать свои поступки не содержанием самой ситуации, а отношениями с другими людьми. Кризис трех лет — это кризис социальных отношений.

Кризис протекает как кризис социальных отношений и связан со становлением самосознания ребенка. Появляется позиция **"Я сам"**. Ребенок познает различие между "должен" и "хочу".

Если кризис протекает вяло, это говорит о задержке в развитии аффективной и волевой сторон личности. У детей начинает формироваться воля, которую Э.Эриксон назвал автономией (независимостью, самостоятельностью). Дети перестают нуждаться в опеке со стороны взрослых и стремятся сами делать выбор. Чувство стыда и неуверенности вместо автономии возникают тогда, когда родители ограничивают проявления независимости ребенка, наказывают или высмеивают всякие попытки самостоятельности.

Зона ближайшего развития ребенка состоит в обретении "могу": он должен научиться соотносить свое "хочу" с "должен" и "нельзя" и на этой основе определить свое "могу". Кризис затягивается, если взрослый стоит на позиции "хочу" (вседозволенность) или "нельзя" (запреты). Следует предоставить ребенку сферу деятельности, где бы он мог проявлять самостоятельность.

Эта сфера деятельности – в игре. Игра с ее особыми правилами и нормами, которые отражают социальные связи, служит для ребенка тем "безопасным островом, где он может развивать и апробировать свою независимость, самостоятельность" (Э.Эриксон).

Кризиса бояться не надо. Любой ребенок должен его пережить, т.к. происходит становление личности. Плохо, когда кризис "забывается" во внутрь ребенка, что может приводить к различным неврозам. Будьте терпеливы, авторитетны и ваш ребенок перерастет этот период быстро.

## Кризис 7-ми лет

**Кризис** - это переломная точка на кривой детского развития, отделяющая один возраст от другого. Один из главных симптомов кризиса семи лет - кривляние, манерность, непослушание. Ребенок становится неуправляем, он не реагирует на замечания родителей, делает вид, что не слышит их или идет на открытый конфликт. В целом, все кризисы похожи друг на друга. Как подростковый кризис, так и кризис трех или семи лет, все они выражаются в отрицании всего и могут быть проиллюстрированы простым и знакомым всем родителям диалогом:

- Сережа, одень шапку. На улице холодно. - Не холодно. - Одень шапку. - Не одену - Сережа! - Не Сережа!

Однако не смотря на внешнюю схожесть, подоплека у каждого возрастного кризиса своя. Если раньше ребенок "боролся" в основном за самостоятельность, возможность действовать автономно (я сам сяду на горшок!), то в семь лет проявление кризиса связано с утратой детской непосредственности, то есть с "вклиниваем" интеллектуального момента между переживанием и поступком. Обычные бытовые правила, установленные родителями, становятся для ребенка воплощением "детского" мира, от которого он скорее хочет отойти. Ребенок чувствует острую потребность быть "взрослым", вести себя как взрослый, соответственно одеваться, принимать самостоятельные решения. Во многом этому способствует сама культурная среда, в которой воспитываются дети. С малолетства ребенку внушается, что когда он пойдет в первый класс, это будет свидетельствовать о том, что он вырос. Став школьником, ребенок рассчитывает с приобретением собственной социальной позиции стать "взрослым".

В психологической концепции Л.И. Божович "кризис 7 лет - это период рождения социального "Я" ребенка". Если кризис 3-х лет был ознаменован формулой «Я сам» в плане личности, то кризис 7-ми лет – «Я сам» в социальном плане.

О важности кризиса семи лет говорит то, что его изучением занимались многие отечественные психологи. Л.С. Выготский говорил о том, что в 7-летнем возрасте мы имеем дело с началом возникновения такой структуры переживаний, когда ребенок начинает понимать, что значит "я радуюсь", "я огорчен", "я сердит", "я добрый", "я злой", т.е. у него возникает осмысленная ориентировка в собственных переживаниях. Точно так, как ребенок 3 лет открывает свое отношение с другими людьми, так семилетка открывает сам факт своих переживаний. Благодаря этому выступают некоторые особенности, характеризующие кризис семи лет.

1. Переживания приобретают смысл (сердящийся ребенок понимает, что он сердит), благодаря этому у ребенка возникают такие новые отношения к себе, которые были невозможны до обобщения переживаний. Как на шахматной доске, когда с каждым ходом возникают совершенно новые связи между фигурками, так и здесь

возникают совсем новые связи между переживаниями, когда они приобретают известный смысл. Следовательно, весь характер переживаний ребенка к 7 годам перестраивается, как перестраивается шахматная доска, когда ребенок научился играть в шахматы.

2. К кризису семи лет впервые возникает обобщение переживаний, или аффективное обобщение, логика чувств. У ребенка дошкольного возраста нет настоящей самооценки, самолюбия. Уровень наших запросов к самим себе, к нашему успеху, к нашему положению возникает именно в связи с кризисом семи лет.

Главное психическое новообразование, к которому приводит кризис семи лет - способность и потребность в социальном функционировании. Ребенок стремится получить определенную социальную позицию - позицию школьника.

Проявляться кризис семи лет может в виде капризов, нежелания идти в школу или что-либо делать. Не стоит ругать ребенка за это. Ему нужно помочь ощутить себя личностью. Малышу нужно объяснить, что он становится взрослым и самостоятельным. Теперь он будет принимать решения, и нести ответственность. Но не нужно пугать ребенка. Он должен осознавать все-то, что с ним происходит и иметь желание во всем этом участвовать. С ребенком нужно постоянно разговаривать, порою, принимая его точку зрения. Он должен знать, что его мнение тоже имеет вес.

Правильное отношение к кризису семи лет позволит ребенку пройти этот период незаметно, без проблем и каких-либо психологических травм.

Если вы стали замечать, что ваш 6-7 — летний ребенок все чаще привлекает к себе внимание, становится капризен и раздражителен, при этом стремится участвовать во всех ваших делах и разговорах, можно предположить, что малыш вступает в очередной кризисный период своего развития.

Если у вас возникают в связи с этим какие-либо трудности, то можно попробовать воспользоваться вот этими рекомендациями:

- **Поощряйте самостоятельность и активность ребенка**, предоставьте ему возможность действовать самостоятельно.
- Постарайтесь взять на себя роль консультанта, а не запретителя. Помогайте ребенку в сложных ситуациях.
- **Привлекайте ребенка к обсуждению различных «взрослых» проблем.**
- Поинтересуйтесь его мнением по обсуждаемому вопросу, внимательно выслушайте его, прежде чем критиковать.
- Возможно, в том, что говорит ребенок, есть рациональное зерно.
- Дайте ему возможность высказаться и тактично поправьте, если он в чем-то ошибается.
- **Будьте готовы принять точку зрения малыша и согласиться с ним.**
- Это не нанесет ущерба вашему авторитету, зато укрепит в ребенке чувство самоуважения.

- Будьте рядом с ребенком, **покажите, что вы понимаете и цените его, уважаете его достижения и можете помочь в случае неудачи.**
- Покажите ребенку способ достижения желаемого и не забудьте похвалить его в случае успеха.
- Поощряйте даже самый маленький успех ребенка на пути достижения цели.
- Это поможет ему укрепить веру в себя, почувствовать себя сильным и самостоятельным.
- **Отвечайте на вопросы ребенка.**
- Не отмахивайтесь от вопросов малыша, даже если вы неоднократно отвечали на них.
- Ведь 6—7-летний возраст — это возраст почемушек, ребенку интересно буквально все, его любознательность не знает границ.
- Возможность получить ответы на все возникающие вопросы дает сильный толчок для интеллектуального и социального развития малыша.
- Будьте последовательны в своих требованиях.
- Если вы что-то не разрешаете ребенку, то стойте на своем до конца.
- В противном случае слезы и истерики станут для него удобным способом настоять на своем мнении.
- Следите за тем, чтобы все окружающие предъявляли к ребенку одинаковые требования.
- Иначе то, что не разрешают папа с мамой, будет очень легко выпросить у бабушки — и тогда все усилия пойдут насмарку.
- Подавайте ребенку пример «взрослого» поведения. Не демонстрируйте при нем обиду и раздражение, недовольство другим человеком.
- Соблюдайте культуру диалога. Помните, что ваш малыш в общении во всем подражает вам, и в его поведении вы можете увидеть зеркальное отражение своих привычек и способов общения.

В 7 - летнем возрасте уже не получится в сложных ситуациях переключать внимание малыша и навязывать ему своё мнение. Помните, что семилетнему ребёнку необходимо идентифицировать себя с авторитетным взрослым. Для мальчика это - папа, дедушка, старший брат; для девочки - мама, бабушка, старшая сестра.

Для многих детей - это ещё и первая учительница: "Как Марья Ивановна скажет, так я и сделаю!" В таких ситуациях родителям обижаться не следует. Если вы будете поощрять и поддерживать стремление малыша к новому, более "взрослому" положению в жизни, возрастной кризис у ребёнка пройдет безболезненно

## Подростковый кризис (кризис «13»)

Это кризис социального развития, напоминающий **кризис 3 лет** ("Я сам"), только теперь это "Я сам" в социальном смысле. В литературе описан как "возраст второй перерезки пуповины, "негативная фаза полового созревания". Характеризуется падением успеваемости, снижением работоспособности, дисгармоничностью во внутреннем строении личности. Человеческое Я и мир разделены более, чем в иные периоды. Кризис относится к числу острых.

### Симптомы кризиса

Наблюдается снижение продуктивности и способности к **учебной деятельности** даже в той области, в которой ребенок одарен. Регресс проявляется, когда задается творческое задание (например, сочинение). Дети способны выполнять так же, как и прежде, только механические задания. Это связано с переходом от наглядности и знания к пониманию и дедукции (выведение следствия из посылок, умозаключение). То есть происходит переход на новую, высшую ступень интеллектуального развития. По Пиаже, это 4 период умственного развития. Это не количественная характеристика интеллекта, а качественная, которая влечет за собой новый способ поведения, новый механизм **мышления**. **На смену конкретному приходит логическое мышление**. Это проявляется в критицизме и требовании доказательств. Подросток теперь тяготеет конкретным, его начинают интересовать философские вопросы (проблемы происхождения мира, человека). Охладевает к рисованию и начинает любить музыку, самое абстрактное из искусств. Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на других лиц. С развитием мышления наступает интенсивное самовосприятие, самонаблюдение, познание мира собственных переживаний. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность. В этом возрасте многие подростки ведут дневники. Новое мышление оказывает влияние и на язык, речь. Эту стадию можно сравнить только с ранним детством, когда развитие мышления продвигается вслед за развитием речи. Мышление в подростковом возрасте не одна из функций в ряду других, а ключ для всех остальных функций и процессов. Под влиянием мышления закладываются основы личности и мировоззрения подростка. Мышление в понятиях перестраивает и низшие, ранние функции: восприятие, память, внимание, практическое мышление (или действенный интеллект). Кроме того, абстрактное мышление является предпосылкой (но не гарантией) того, что человек достигнет высшей стадии нравственного развития.

**Второй симптом кризиса - негативизм**. Иногда эту фазу так и называют фазой второго негативизма по аналогии с кризисом 3 лет. Ребенок как бы отталкивается от среды, враждебен, склонен к ссорам, нарушениям дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее

беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству, к самоизоляции. У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек, и начинается позже - в 14-16 лет. Поведение подростка во время кризиса не обязательно имеет негативный характер. Л.С.Выготский пишет о трех вариантах поведения. Негативизм ярко выражен во всех областях жизни подростка. Причем это длится либо несколько недель, либо подросток надолго выпадает из семьи, недоступен уговорам старших, возбудим или, наоборот, туп. Это трудное и острое протекание наблюдается у 20% подростков. Ребенок - потенциальный негативист. Это проявляется лишь в некоторых жизненных ситуациях, главным образом как реакция на отрицательное влияние среды (семейные конфликты, угнетающее действие школьной обстановки). Таких детей большинство, примерно 60 %. Негативных явлений нет вовсе у 20 % детей. На этом основании можно предположить, что негативизм следствие недостатков педагогического подхода. Этнографические исследования также показывают, что есть народы, где подростки не переживают кризиса. (Источник: Ефимкина Р.П. "Детская психология")

**Подростковый кризис** замыкает череду кризисов в развитии ребенка. Он самый продолжительный и зачастую самый сложный для родителей, ведь подростка тяжелее контролировать, чем годовалого малыша, трехлетку или первоклассника.

Подростковый кризис может начинаться в разном возрасте. Хотя его иногда и называют "кризис 14 лет", он не обязательно начнется, когда вашему ребенку исполнится 14. У девочек подростковый кризис обычно приходится на 11-16 лет, у мальчиков - чуть позже, 12-18. Рамки подросткового кризиса индивидуальны для каждого ребенка, поэтому точно предсказать его начало и конец невозможно.

Обычно чем позже проявляется подростковый кризис, тем более бурно он происходит. Однако если ваш ребенок ведет себя идеально в течение всего подросткового возраста - это повод задуматься. Если у ребенка подростковый кризис отсутствует вообще или проявляется очень слабо, это не совсем нормально. **Любой кризис - это закономерный этап развития ребенка.** Если подростковый кризис отсутствует, ребенок может вырасти инфантильным.

Подростковый кризис - это переходный этап между детством и взрослой жизнью, поэтому стремление к самостоятельности в это время выражается особенно ярко. Всю жизнь ребенок был связан с родителями, зависел от них и слушался их. Теперь он старается эту связь оборвать, чтобы доказать свою взрослость. Нежелание рвать эту связь со стороны родителей может привести к конфликтам.

Подростковый кризис, помимо прочих факторов, усугубляется половым созреванием ребенка. **Помимо психологических механизмов в дело вступают физиологические.** Как говорится - "гормоны бушуют". Подросток может стать как неуравновешенным и импульсивным, так и апатичным и быстро устающим. Происходящие с подростком перемены (как внутренние, так и внешние), первое не совсем осознанное половое влечение - все это тревожит ребенка,

заставляет его переживать и может стать причиной подростковых комплексов.

Подростковый кризис обычно **проявляется более бурно, чем остальные кризисы**. Возможности маленького ребенка в плане самовыражения и самоутверждения более ограничены - да, он будет капризничать, но по крайней мере - у вас на виду. Подросток может замкнуться в себе или напротив - конфликтовать с вами в открытую, а в более тяжелых случаях подростковый кризис может сопровождаться курением, употреблением алкоголя, демонстративным уходом из дома или даже попыткой суицида.

Конечно, далеко не всегда проявления переходного возраста настолько критичны, но повышенная конфликтность, перепады настроения, утомляемость, депрессия, ложь, немотивированная агрессия, часто сопровождающие подростковый кризис, могут стать проблемой для родителей.

Подростковый кризис состоит из трех основных стадий. Во время **предкритической стадии** ребенок пытается отказываться от старых привычек и разрушать общепринятые стереотипы - пока что несмело и осторожно. **Кульминационная стадия** подросткового кризиса протекает более бурно - ребенок подросток может "выкинуть" что угодно, причем его поведение предугадать бывает тяжело. Течение этого этапа зависит от атмосферы в семье - чем она здоровее, тем меньше будет подобных "фокусов". Во время **посткритической стадии** у ребенка формируются новые жизненные ценности и устойчивая жизненная позиция, он начинает строить новые отношения с людьми.

Что делать, если у вашего ребенка начался подростковый кризис? Как правильно вести себя, чтобы сгладить конфликты и сохранить хорошие отношения с ребенком? В первую очередь **запаситесь терпением**. Конечно, когда ваш ребенок-подросток кричит и хамит, первое желание - накричать на него в ответ. Но в таком случае конфликт покатится, как снежный ком, и его тяжело будет остановить. Замкнутый круг - агрессия приводит исключительно к ответной агрессии.

Постарайтесь "ослабить поводок", на котором вы держали своего ребенка, и предоставить ему разумную самостоятельность. **Подросток хочет, чтобы к нему относились, как к взрослому**. Попробуйте ему ее предоставить - советуйтесь с ребенком по бытовым вопросам, дайте ему возможность принимать участие в обсуждении семейных проблем.

Если подросток что-то настойчиво требует - не запрещайте ультимативно. **Обсудите с ним эти требования**, какими абсурдными и наглыми они бы вам ни казались, и попробуйте прийти к соглашению. Может быть, это получится не с первого раза, но даже не совсем удачные переговоры лучше очередного конфликта с хлопаньем дверьми.

Если подросток чем-то хочет с вами поделиться - не отмахивайтесь от него, даже если его проблемы кажутся вам смешными. **Потеряв доверие ребенка, очень сложно обрести его**

**снова** - подростки часто замыкаются в себе. Дайте подростку совет, но ни в коем случае не требуйте его беспрекословного выполнения - пусть решает сам. Он может набить пару шишек, но это даже полезно.

Во время ссор подросток может наговорить вам гадостей - вплоть до "Лучше бы ты меня не рожала". Это неприятно и обидно, но помните, что **на самом деле подросток так не думает**. Постарайтесь отнестись к таким фразам максимально спокойно, не припоминайте их ребенку после примирения и во время следующих конфликтов.

Несмотря на внешнюю "колючесть" и отчужденность, во время подросткового кризиса **вы очень нужны ребенку**. Нужна ваша поддержка, ваша любовь, ваше понимание, ваши ненавязчивые советы. В подростковом возрасте ребенок примеряет на себя новые социальные роли, пробует себя в новом качестве. Сделайте это и вы - из родителя-наседки превратитесь в родителя-советчика. Не надо рвать связь с ребенком - но изменить ее в соответствии с возрастом чада придется.

Подростковый кризис - непростое время и для ребенка, и для родителей, но его негативные проявления можно и нужно сгладить.

### **Втрата. Етапи страждання**

Страждання не є однорідним за своїм змістом упродовж тривалого часу, воно змінюється, проявляючи себе по-іншому на кожному наступному етапі чи стадії.

#### **Етапи 1 і 2:**

**Перший етап називається ШОК, за ним відразу починається етап ЗАПЕРЕЧЕННЯ або ВІДМОВИ ПОВІРИТИ.** Ці два етапи йдуть поруч, один за одним. Між ними майже не має дистанції. Коли ви щось втрачаєте, спочатку переживаєте шок, який у свою чергу відразу ж вмикає заперечення того, що ви справді щось втратили. По-іншому це називається **ПРОТЕСТ**.

Протестна поведінка пов'язана з тими ж почуттями, які належать до шоку й заперечення. На цій початковій стадії діти й дорослі намагаються перешкодити втраті або заперечують, що вона трапилася.

Уявіть собі, ніби ви загубили власний гаманець. Спочатку ви шукатимете гаманець усюди, багато разів оглядаючи кишені, сумку, стіл тощо. Ви не повірите або не захочете вірити, що дійсно його втратили.

(Коли прийомні діти переживають шок і заперечення, вони можуть часто плакати – довго та голосно. Або ж дитина, яка пережила



сексуальне насильство може блокувати ці спогади й нікому про них не говорити.)

### **Етап 3:**

**Третій етап - це ПЕРЕГОВОРИ.** Іноді ми відчуваємо, що можемо домовитись і виправити ситуацію. Ми відчуваємо, що є така дія, виконання якої може усунути загрозу. З цією стадією також часто пов'язане відчуття провини.

На прикладі втрати гаманця можлива фраза: „Боже, якщо мій гаманець знайдеться, я пожертвую частину грошей бідним”. Іншим варіантом „домовленостей” стане: „Господи, якщо ти зробиш так, що моя мама одужає, я кину палити”.

**Прийомні діти на цьому етапі запитують у себе: „Чому я тут, у цій сім'ї?”** Більшість дітей вважають, що відповідь на це запитання збігається з так званою концепцією „поганої людини”. Дитина думає: „Я погана, зі мною щось не так, саме тому мене били або забрали з моєї сім'ї”. Вона намагається відшукати причини, які призвели до того, що її сім'я погано до неї ставилася й відмовилася від неї. Наприклад, Вернон з фільму відчував, що його матері соромно через його невдачі в школі й тому вона більше не хотіла опікуватися ним. В такому разі він може почати проситися додому, пообіцявши краще вчитися в школі. Діти, зазвичай, будь-яку ситуацію розглядають як таку, що може бути причиною розлучення і втрати – вони занадто незалежні, сваряться з братами, занадто надокучають, не можуть користуватися туалетом, вони не виправдовують очікувань тощо.

**Деякі старші діти мають альтернативну модель концепції „поганої людини”.** Вони думають, що погані їхні батьки, але все ж сподіваються, що ті заберуть їх назад. Випрошування набирає такої форми: „Я прощу й забуду весь той біль, якого вони мені завдали, якщо вони візьмуть мене до себе”.

**Третя форма цієї концепції виявляється, коли дитини не вважає винною ані себе, ані своїх батьків, але звинувачує соціального працівника, вчителя, прийомних батьків, які забрали її –** „Якби мені призначили іншого соціального працівника, я був би вдома”.

### **Етап 4:**

На четвертому етапі ми можемо спостерігати прояви **ЗЛОСТІ**. Вони можуть спрямовуватись як на інших, так і на себе. **На цій стадії приходить усвідомлення того, що втрата дійсно сталася і повернути все назад неможливо.**

Хоча деякі діти так роблять, зазвичай їм важко виявити свою злість через розлучення й розміщення в прийомній сім'ї безпосередньо батькам. Рідні батьки викликають одночасно позитивні і негативні відчуття. Легше розізлити прийомних батьків, аніж спрямувати роздратовану поведінку на рідну сім'ю. Якщо почуття злості може бути

виявлене і скероване здоровим чином, це дає змогу дітям позбавитися концепції „поганої людини”.

**Але фокус злості на четвертій стадії може бути спрямований не тільки зовні, але й усередину. Зазвичай це проявляється у вигляді ДЕПРЕСІЇ.** Як ви бачите на схемі між цими двома видами поведінки є зворотний зв'язок, тому що вони базуються на однакових почуттях.

(Коли мати Натана померла, його батько почав більше пиячити й не міг піклуватися про Натана та про себе. Ця поведінка є прикладом депресії.)

**Дитяча депресія може бути менш помітною для прийомних батьків, учителів та соціальних працівників, аніж виявлення злості. Але обома цими почуттями важливо управляти.**

### **Етапи 5 і 6:**

**Ці етапи стосуються подолання емоційних наслідків втрати. Подолання починається з РОЗУМІННЯ І ПРИЙНЯТТЯ сильного страждання.** На цих етапах люди реалістичніше починають розуміти, відповідно до свого віку, здатностей, емоційного розвитку, що саме сталося й чому.

**Коли люди досягають стадії розуміння своєї втрати, вони можуть виразити, залежно від віку та здатностей, чому вони відчують сором, провину, злість, радість або сум.** Діти починають відходити від концепції „поганої людини”, подолання дає більше енергії для виконання життєвих завдань, з'являється відчуття надії на майбутнє.

(Подруга соціального працівника раптово зламала ногу, перенесла операцію, мала безліч побутових та життєвих проблем. Але поступово вона впоралася зі станом розгубленості, депресії. Одним зі свідчень цього стала її поява на дружній вечірці на милицях. Після досить важкого часу, стало відчуватись, що вона долає втрату. Це відбулося тоді, коли жінка почала виконувати роботу, проводити зустрічі в домашніх умовах.)

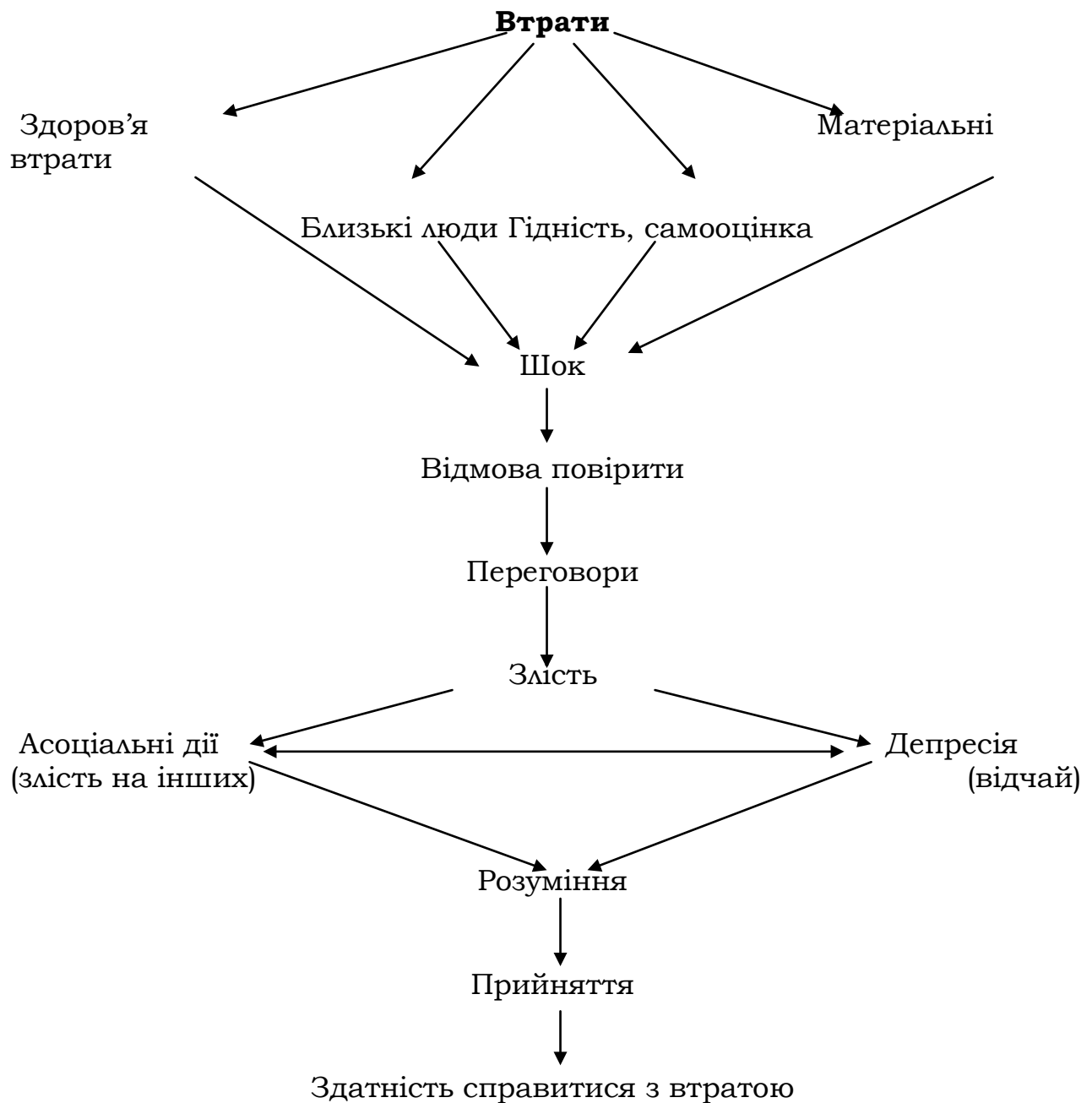
**Діти можуть почати легше висловлювати позитивні і негативні думки про своїх батьків.** Ось що сказала одна 9-річна дитина: „Моя мати була красива, але іноді смішна. Вона вживала наркотики й не могла від цього відмовитися. Мені було боляче, коли вона це робила. Іноді я її люблю, а іноді – ні. Я знаю, що вона ніколи не зможе про мене турбуватися, але я знаю, що я їй небайдужа”.

Прийомні діти зазнають впливу через свої втрати. Через обмежені розумові та емоційні здатності до розуміння й подолання страждання, діти часто на кожній новій стадії розвитку повертаються до страждання.

Саме тому прийомні діти потребують таких прийомних батьків, які могли б допомогти їм подолати страждання. Їм також треба подолати відставання в розвитку, спричинене численними втратами або „застряванням” у процесі страждання.

**Нижче представлена схема етапів страждання, яка охоплює майже всю структуру проходження через досвід втрати.** В цій структурі ми виокремлюємо 3 компоненти:

- об'єкт втрати;
- етапи страждання;
- процес подолання емоційних наслідків втрати.



## Розуміння та допомога дітям, які пережили розлучення чи втрату

Вік	Завдання розвитку	Наслідки розлучення чи втрати	Допомога в мінімізації травми
Немовля	Немовля розвиває відчуття захищеності й довіри зі щоденного досвіду в результаті задоволення її потреб у їжі, режимі, санітарних умовах. Чим більша довіра, тим тісніший зв'язок з тими, кому довіряє.	Різна реакція – крик, плач. Виникнення почуття недовіри до дорослих, тривожність, може погіршитись стан здоров'я	Дотримуйтесь розпорядку дня. Задовольняйте нагальні природні потреби дитини. Посміхайтесь їй, розмовляйте з нею, співайте колискові, притискуйте до грудей, пестіть.
Дитина, яка починає ходити	Вона вже може не триматися за маму й починає розвивати почуття самоповаги та здатності до самостійної діяльності.	Порушення почуття незалежності, самоповаги. Може регресувати в розвитку. У майбутньому ці спогади стануть для неї дуже болючими.	Розвивайте баланс між самостійністю й залежністю. Толерантно ставтесь до супротиву, оскільки дитина не довіряє дорослим. Їй потрібно переконатися у можливості довіряти
Дитина дошкільного віку	Навчання самообслуговуванню, розвиток індивідуальності, самостійності, мовних навичок, пізнавальної активності, дослідження довкілля, розвиток моторних навичок.	Звинувачує себе, боїться бути покинутою, лякається довкілля, неправильно сприймає причини переміщення. В результаті перенесеної психічної травми може виникнути затримка у розвитку.	Вислуховувати фантазії і розповіді дитини, які можуть містити важливу інформацію про проблеми дитини. Зацікавлювати різними видами діяльності, разом гратися, заохочувати активність, створювати життєрадісну атмосферу у сім'ї.
	Навчання в школі,	Замикання в собі,	Поводитися як з дорослим.

<p>Дитина молодшого шкільного віку (6–10 років)</p>	<p>фізичний, інтелектуальний, моральний, естетичний розвиток. Виховання емоційного відгуку, культури поведінки.</p>	<p>відчуття провини за те, що сталося, недовіра до дорослих. Бажання втекти з дому, сховатися. Інколи – суїцидальні настрої, бажання помститися, регресія до більш ранніх стадій розвитку.</p>	<p>Поважати почуття. Не прискіпуватися. Налагоджувати довірливе спілкування. Не засуджувати і не обговорювати рідних батьків. Пояснити причини розлучення як тимчасові. У вихованні спиратися на позитивні риси характеру і здібності дитини. Залучати до спільних добродійних справ.</p>
<p>Підлітки</p>	<p>Розвиток інтелектуальних здібностей. Моральне і соціальне виховання. Залучення до справ сім'ї і роботи на користь інших.</p>	<p>Втрата спричиняє емоційну нестабільність та імпульсивність, ускладнює самооцінку та ідентифікацію. Розлучення з сім'єю на стадії прагнення до незалежності викликає агресію, потребу у пошуку винних, бажання помститися, втекти з дому, провокує злісну непокору.</p>	<p>Потребують поваги і стимулювання позитивної самоповаги. Самоствердження скеровувати у русло творчості, розвитку здібностей, фізичного виховання. Встановлювати довірливі стосунки. Потребують сексуального виховання і роз'яснення наслідків шкідливих звичок, асоціальної поведінки та включення у всі справи сім'ї. При потребі – психокорекція.</p>

## **Негативні емоції як наслідок впливу втрат**

Хоча й вирізняють поступові етапи страждання, можна побачити, що наші почуття весь час, доки наша втрата є свіжою, переходять з одного етапу до іншого й знову повертаються до вже пережитого. Одним словом, ми знову будемо відчувати жаль та скорботу, навіть, коли розуміємо, що сталося й нам вдалося взяти себе в руки і зрештою, вже непогано справляємося зі своїми почуттями. ***Це називається еволюційним стражданням.***

***Наприклад:*** Кілька років тому ви були в когось закохані, а потім ваші стосунки перервалися. Вам цього не хотілося й упродовж тривалого часу ви відчували жаль, що більше не спілкуєтеся з об'єктом вашого кохання. Потім ви ці почуття перебороли. Одружилися з іншим і ваше життя приносить вам відчуття щастя. Але одного дня ви почули пісню по радіо, яку співали разом зі своєю колишньою коханою. І раптом ви знову відчуваєте жаль за тими стосунками й тим часом.

Повернення скорботи може бути викликане річницею, святом, днем народження, піснями, їжею. І навіть, якщо ви побачили когось схожого на втрачену вами людину, ви почнете знов відчувати жаль.

Розвиток скорботи й повернення до вже пережитих відчуттів особливо властиве дітям. Іноді здається, що діти вже забули про свій біль, але раптом вони стають роздратованими та сумними, бо щось їм нагадує про нього.

Коли ми досягаємо стадії розуміння нашої скорботи, і починаємо справлятися з нею, ми думаємо, що пережили нашу втрату. Звичайно, це не означає, що ми тепер радіємо з цього приводу. Це лише свідчення того, що ми можемо продовжувати наше життя й через те, що маємо досвід втрати, ми дізналися більше про самих себе і про інших .

***Інколи дорослі і діти вдають, ніби вони змирилися з втратою. Вони стримують свої емоції і не дозволяють собі думати про це. На жаль, ці сильні почуття нікуди не зникають і можуть завдати шкоди пізніше.***

Декому не щастить, втрати просто „сиплються на голову”. Не встигнув змиритися з однією втратою, а вже зазнав іншої. Постійні втрати, особливо, якщо нема можливості пережити відчуття скорботи, призводять до посилення емоцій.

***Діти з прийомних сімей пережили розлучення зі своєю сім'єю та оточенням. Вони страждатимуть.*** Це так, навіть, якщо вони самі втекли або попросили їх забрати. Пам'ятайте – більшість дітей не хочуть залишити свою сім'ю, попри на жорстоке поводження з ними.

***Більшість таких дітей зазнали багатьох втрат.*** Вони пережили смерть, зникнення важливих людей зі свого життя,

невиконання обіцянок. Вони втратили довіру, коли їхні батьки жорстоко з ними поводитися. Деякі з них жили в кількох різних сім'ях. Біль від втрати й розлучення є таким типом травми, що може зупинити дитину на певному рівні розвитку або, навіть, змусити регресувати до попереднього рівня.

***Працюючи з дітьми в теперішньому часі, ми повинні враховувати як важливий фактор їхнє минуле.*** Вони могли засвоїти такі моделі поведінки, які допомогли їм вижити при жорстокому поводженні, але суспільство вважає їх руйнівними та неприйнятними. Часто вони злі, пригнічені або жорстокі через втрату й біль. Ми називаємо це „приховування болю”. Іншими словами, якщо ви бачите злість, шукайте біль. Інші діти поводяться якнайкраще, здаються чарівними та безтурботними. Це їхній спосіб приховати біль, який все одно за певних обставин спливе на поверхню. ***Їм потрібні сім'ї, які тимчасово або постійно турбуватимуться про них, допомагатимуть долати біль і засвоювати прийнятні моделі поведінки, зростання та розвитку. Сім'ї, які будуть розуміти їх емоційний стан і ті страждання, що випали на їхню долю.***

## **„П’ять шляхів до серця дитини”**

(фрагмент з книги Гері Чепмена та Росса Кемпбела<sup>1</sup>)

Іноді діти розмовляють мовою, яку нам, дорослим, важко зрозуміти. Це може бути їм лише зрозумілий сленг. Але і нас – дорослих – також не завжди розуміють діти, тому що, розмовляючи з ними, ми не завжди можемо висловити свої думки. Але ще гірше, коли ми не завжди можемо виразити дитині свої почуття і любов на зрозумілій їй мові.

### **Чи вмієте ви говорити на мові любові?**

Кожній дитині властиво розуміти любов батьків по-своєму. І якщо батьки знають цю „мову”, дитина краще розуміє їх.

**Любов потрібна кожній дитині, інакше їй ніколи не стати повноцінною дорослою людиною.**

Любов – це найнадійніший фундамент спокійного дитинства. Якщо це розуміють дорослі, дитина виростає доброю і щедрою людиною.

**Основне батьківське завдання – виростити зрілу та відповідальну людину. Але які б якості ви не розвивали в дитині, головне – будувати виховання на любові.**

### **Впевненість у любові оточуючих.**

Коли дитина впевнена у любові оточуючих, вона стає більш слухняною, допитливою. З цієї впевненості малюк бере сили, щоб протистояти труднощам, з якими зустрічається. Ця впевненість для нього – як бензобак для автомобіля! Дитина зуміє реалізувати свої здібності лише за умови, якщо дорослі регулярно наповнюють цією впевненістю її серце.

Як цього досягти? Звичайно, любов’ю. Проявляти саме той спосіб прояву любові, який є найбільш зрозумілим для дитини, знайти для неї індивідуальний, особливий шлях вираження почуттів.

**Батьківська любов повинна бути безумовною, адже справжня любов умов не виставляє. Безумовна любов – це найвища форма любові. Адже ми любимо дитину просто за те, що вона є, незалежно від того, як вона поводить себе.**

Ми всі це розуміємо, але іноді не віддаємо собі звіту в тому, що нашу (батьківську) любов дітям доводиться завойовувати.

Батьки люблять дитину, але з поправкою: вона повинна добре навчатися і гарно себе поводити. І лише у цьому випадку вона отримує подарунки, привілеї та схвалення.

Звичайно, ми повинні навчати і виховувати дитину. Але спочатку необхідно наповнити серце дитини впевненістю у нашій безумовній любові! І робити це треба регулярно, щоб ця впевненість не випарувалась. Тоді у дитини не виникає страху, провини, вона буде відчувати, що потрібна.

Якщо дитина відчуває нашу безумовну любов, ми глибше

---

<sup>1</sup> Чепмен Г., Кемпбелл Р. Пять путей к сердцу ребенка. – СПб.: Христиан. о-во ”Библия для всех”, 2000.



розуміємо її душу, її вчинки, хороші та погані. Якщо діти відчують, що їх по-справжньому люблять, вони швидше прислухаються до наших настанов.

Безумовну любов ніщо не може похитнути. Ми любимо дитину, навіть якщо вона некрасива і зірок з неба не дістає. Ми любимо її, якщо вона не виправдовує наших надій. І найважче – ми любимо її, щоб вона не зробила. Це не означає, що будь-який вчинок дитини ми виправдовуємо. Це означає, що ми любимо дитину і показуємо їй це, навіть якщо її поведінка не найкраща.

**Чи не призводить це до всездозволеності? Ні, просто треба все робити послідовно: спочатку ми наповнюємо серце дитини впевненістю в тому, що вона потрібна, що ми її любимо, а лише потім будемо займатися її вихованням і навчанням.**

### **Спілкуючись з дітьми, необхідно частіше нагадувати собі:**

1. Перед нами діти.
2. Вони поводять себе, як діти.
3. Буває, що їхня поведінка діє нам на нерви.
4. Якщо ми виконуємо свої батьківські обов'язки і любимо дітей, незважаючи на їхні витівки, вони, подорослішавши, виправляються.
5. Якщо вони повинні догодити мені, щоб заслужити любов, якщо моя любов умовна, діти її не відчують. Тоді вони гублять впевненість у собі й не здатні правильно оцінювати власні вчинки, а значить, не можуть контролювати їх, поводитись більш зріло.
6. Якщо, перш ніж заслужити любов, вони повинні стати такими, якими ми хочемо їх бачити, вони стануть невпевненими у собі: „скільки не намагайся – вимоги надто високі”. А в результаті – невпевненість, тривожність, занижена самооцінка та озлобленість.
7. Якщо ми любимо їх, не дивлячись ні на що, вони завжди зможуть контролювати свою поведінку й не піддаватися тривозі.

*Найголовніше – ЛЮБИТИ!*

**Перші роки.** Для немовляти молоко і ніжність – синоніми. Воно не розрізняє такі речі, як їжа та любов. Без їжі дитина не виживе, і без любові також. Якщо дитина не знає прихильності, вона помирає емоційно, вона не здатна жити повноцінним життям. Майже усі дослідження доводять, що емоційний фундамент закладається протягом перших півтора років. Особливо вагому роль тут відіграють взаємини дитини з матір'ю. Їжа, яка забезпечує майбутнє емоційне здоров'я, це:

- дотик;
- ласкаві слова;
- ніжна опіка.

Та дитина росте. Вчиться ходити, говорити, вона все більше усвідомлює себе як особистість. Вона відокремлює себе від інших – є вона, є інші. Вона, як і раніше, залежить від матері, але тепер розуміє, що вона і мама – це не одне й теж саме.

Дитина стає старшою і тепер може любити більш активно.

*Тепер вона не просто отримує любов, вона може на неї відповісти!*

*Дитина ще не готова до самовіддачі. Вона по-дитячому егоїстична. Але протягом наступних років її здатність виражати любов зростає.*

*І якщо дитина, як і раніше, відчуває любов старших, все частіше вона буде ділитися своєю.*

**Підлітковий вік.** *Перехідний вік сам по собі не загрозовий, але дитина, яка вступає в нього без впевненості у любові оточуючих, особливо вразлива. Вона не готова зустрітися з такою кількістю проблем.*

*Діти, які не знали безумовної любові, самотужки привчаються давати любов „по бартеру” – в обмін на щось.*

*Вони дорослішають, стають підлітками, в ідеалі оволодіваючи до того часу мистецтвом маніпулювання батьками. Доки такій дитині догоджають, вона мила й привітна, любить батьків, але як тільки щось не по її норову, вона перестає любити їх. У відповідь на це батьки, які також не вміють любити безумовно, позбавляють дитину любові взагалі. Погодьтеся, – це порочне коло, у результаті якого підліток стає озлобленим і розчарованим.*

*Щоб дитина відчула вашу любов, ви повинні знайти особливий шлях до її серця і навчитися проявляти свою любов, виходячи з цього.*

*Діти по-різному відчувають любов, але кожна дитина потребує її.*

**Існує 5 способів, якими діти виражають любов:**

- 1) дотик;
- 2) слова заохочення;
- 3) час;
- 4) подарунки;
- 5) допомога.

*Якщо в сім'ї декілька дітей, то навряд мови їхньої любові співпадають. У дітей різні характери, і любов вони сприймають по-різному. З кожною дитиною необхідно говорити на її рідній мові любові. Але для того, щоб успішно впровадити даний підхід, нам необхідно ще раз підкреслити необхідність безумовної любові до дитини. І важливо пам'ятати, що до п'яти років у дитини неможливо встановити лише один шлях до його серця.*

**Дотик** – один із найважливіших проявів любові людини. У перші роки життя дитини необхідно, щоб дорослі брали її на руки, обнімали, гладили по голівці, цілували, садовили її на коліна тощо. Тактильна ласка однаково важлива як для хлопчиків, так і для дівчаток. Тому, коли ви виражаєте свою любов за допомогою ніжних дотиків, поцілунків, цим можна сказати набагато більше, ніж словами „Я тебе люблю”.

**Слова заохочення.** Коли ми хвалимо дитину, ми дякуємо їй за те, що вона зробила, чого досягла сама. Проте не треба хвалити дитину надто часто тому, що слова втраять усю силу і сенс. Пам'ятайте, що

кожна похвала має бути обґрунтованою та щирою. У спілкуванні з дитиною намагайтеся говорити спокійно і м'яко, навіть тоді, коли ви незадоволені. Слід менше вимагати від дитини і частіше просити її: „Ти не міг би...”, „Може зробиш...”, „Мені було б приємно, коли ти...”. Якщо у вас вихвалося грубе зауваження, слід вибачитися перед дитиною. Пам'ятайте, що постійна критика шкодить їй; бо вона аж ніяк не є доказом батьківської любові. Кожного дня даруйте дитині приємні слова підтримки, заохочення, схвалення, ласки, які свідчитимуть про любов до неї.

**Час** – це ваш подарунок дитині. Ви ніби говорите: „Ти потрібна мені, мені подобається бути з тобою”. Іноді діти роблять погані вчинки саме з метою, щоб батьки звернули на них увагу: бути наказаним все ж краще, ніж бути забутим. Проводити час разом – значить віддати дитині свою увагу сповна. Форми сумісного проведення часу в кожній сім'ї різні: читання казок, бесіда за сімейною вечерею, гра у футбол, ремонт машини, допомога на дачі тощо. І як би ви не були зайняті, хоча б кілька годин на тиждень подаруйте не лише хатнім справам, телевізору, іншим власним уподобанням, а в першу чергу – своїй дитині.

**Подарунок** – це символ любові тоді, коли дитина відчуває, що батьки дійсно турбуються про неї. Багато батьків використовують подарунки, щоб відкупитися від дитини. Діти, які одержують такі подарунки, починають думати, ніби любов можна замінити різними речами. Тому пам'ятайте, що справа не в кількості. Не намагайтеся вразити дитину ціною, розмірами і кількістю подарунків. Якщо ви хочете віддячити дитині за послугу – це плата, якщо намагаєтеся підкупити її – хабар. Справжній подарунок дається не в обмін на щось, а просто так. Сюрпризами можуть бути тільки різдвяні подарунки та подарунки до дня народження. Інші подарунки краще вибирати з дітьми, особливо якщо це одяг. Подарунки не обов'язково купувати. Їх можна знаходити, робити самим. Подарунком може стати все що завгодно: польові квіти, камінчики, чудернацької форми гілочки, пір'їнка, горішок тощо. Головне – придумати, як його подарувати.

**Допомога.** Материнство та батьківство багато в чому подібні до професій, і дуже нелегких. Можна сказати, що кожний з батьків несе відповідальність за виконання довгострокового (принаймні до досягнення дитиною 18 років) контракту, що передбачає ненормований робочий день. Кожного дня діти звертаються до вас із різноманітними запитаннями, проханнями. Завдання батьків – почути їх і відповісти на них. Якщо ми допомагаємо дитині й робимо це з радістю, то душа її наповнюється любов'ю. Якщо батьки буркотять і сварять дитину, така допомога їй не радує. Допомогати дітям – не означає повністю обслуговувати їх. Спочатку ми дійсно багато робимо за них. Проте потім, коли вони підروуть, ми мусимо навчити їх всьому, щоб і вони допомагали нам.

*На кожному етапі розвитку дитини ми використовуємо різні „мови” нашої любові. Тому для батьків важливо обрати саме ту „мову” (дотик, слова заохочення, час, подарунки, допомога), яка веде до серця дитини.*

**На основі аналізу вище вказаної інформації можна сформулювати, які саме дотики, слова заохочення, подарунки, допомоги і час можуть застосовувати батьки для налагодження позитивних стосунків з дітьми різного віку.**

**Для дітей від 0 до 1 року** – ласкаві слова „Мій хороший/моя хороша...”, „Я тебе люблю..”, ніжні дотики, брати дитину на руки, цілувати, обнімати, посміхатися дитині, заспокоювати, коли дитина плаче, читати казки, співати колісанки, вчасно годувати та замінювати підгузник, допомагати вчитися ходити, розмовляти.

**Для дітей від 1 до 3 років** – говорити ласкаві слова „Мій хороший/моя хороша...”, „Я тебе люблю..”, „Ти молодець”, „В тебе добре виходить...”, брати дитину на руки, цілувати, обнімати, посміхатися дитині, заспокоювати, коли дитина плаче, читати казки, співати колісанки, вчасно годувати, допомагати вчитися розмовляти, гратися з дитиною, знаходити час відповідати на чисельні запитання дитини, дарувати іграшки, ігри, книжки, допомагати дитині оволодівати першими навичками самообслуговування, розповідати, що добре, що погано, що можна робити, а що ні.

**Для дітей від 3 до 6 років** – окрім того, що вже перераховано вище, допомагати дитині вчитися читати, писати, розповідати, що таке добре, що таке погано, дозволяти дитині допомагати батькам, не перешкоджати дитині, якщо вона хоче зробити щось сама, радитися з дитиною, коли приймається будь-яке важливе рішення в сім’ї.

**Для дітей від 6 до 12 років** –говорити ласкаві слова „Ти молодець”, „Я тебе дуже люблю”, „В тебе добре виходить...”, „Мій любий/моя люба...”, цілувати, обнімати, заспокоювати, коли дитина плаче, гладити по голові, допомагати у подоланні будь-яких труднощів, цікавитися життям дитини, її стосунками з однолітками, інтересами, знаходити час, щоб обговорити з нею її проблеми, знаходити спільні справи, дарувати книжки, ігри, касети, ходити з дитиною до музеїв, парків, театрів, радитися з дитиною, коли приймається будь-яке важливе рішення в сім’ї, довіряти, доручати самостійні справи.

**Для дітей від 12 до 18 років** – говорити ласкаві слова „Ти молодець”, „Я тебе дуже люблю”, „В тебе добре виходить...”, „Мій любий/моя люба...”, цілувати, обнімати, посміхатися дитині, допомагати у розв’язанні будь-яких труднощів, конфліктів, цікавитися життям дитини, її стосунками з однолітками, інтересами, знаходити час, щоб обговорити з дитиною її труднощі, проблеми, секретничати,

знаходити спільні справи, дарувати подарунки, допомогти визначитися, куди піти вчитися, розмовляти з дитиною про її майбутнє, допомогти навчитися поводитися з грошима, радітися з нею, коли приймається будь-яке важливе рішення в сім'ї, встановлювати довірливі стосунки.

***Якщо знайти шлях до серця прийомної дитини, задовольняти її потреби, формувати почуття прив'язаності, то можна побачити і відчутти найкращий результат у вихованні – щасливу соціально адаптовану та реалізовану людину.***

### **З досвіду прийомних батьків:**

„Моя дружина і я стали прийомними батьками 10-річного хлопчика, який був енергійним, веселим та дружнім і багато розмовляв. У нього було багато чудових рис, хоча він переніс багато фізичних та емоційних трагедій за своє коротке життя. Загалом його пазл виглядав так: вік 10 років, вигляд 9 років; розумові здібності 8 років; шкільний вік, читання і письмо на рівні 1 класу; соціальний вік 3 роки; емоційний вік - 1 рік; культура, етнічність, релігія відповідають прийомним батькам; життєвий досвід - дорослий.

Одного дня, коли нашому сину вже виповнилося 19 років, я розмовляв з другом, соціальним працівником. Я сказав йому: „Сину 19 років і він щойно закінчив перший курс коледжу. Він здав іспит на водійські права з сьомої спроби, він може працювати тільки неповний день, у нього тільки один друг, у нього було лише одне побачення і йому подобається гуляти з нами. Я не думаю, що у нас є прогрес!”

Мій друг сказав: „Згадай його пазл, коли йому було 10 років: рівень першого класу, жодного друга, недовіра до дорослих”. „Я пам'ятаю”, - відповів я. А він продовжував: „Лише за 9 років він зміг вступити до коледжу, хоча у більшості дітей це займає 12 років. І лише за 9 років, ця недовірлива дитина, без упевненості в собі, змогла продовжувати складати іспит на права водія, поки не склала його, змогла утриматися на роботі протягом року і прив'язалась до своїх батьків. Зважаючи на те, що старт відбувся лише 9 років назад, ця дитина не відстає, вона просто випереджає час! „

Тому, коли я прийшов додому, я сказав синові: „Ти знаєш, я дійсно пишаюся тобою. Я люблю тебе.” І наш син відповів: „Я знаю, тато, дякую”.

**Прийомний батько**

## **„Як спілкуватись з дитиною”**

Батьки завжди прагнуть знайти шлях до серця дитини, побудувати дитячо-батьківські стосунки на взаєморозумінні, любові та турботі один про одного. Як правило, стосунки, що базуються на взаємних любові та підтримці допомагають дитині навчитися правильно взаємодіяти з оточуючими, швидше стати самостійною та успішною, а головне, зрозуміти важливість тісного емоційного контакту з сім'єю та дорожити родинними зв'язками.

Коли у сім'ю приходить прийомна дитина, батьки, зазвичай, не знають як налагодити з нею взаємозв'язок, з чого починати будувати стосунки з дитиною. Адже, як уже говорилося на наших попередніх зустрічах, прийомна дитина приходить в сім'ю зі своїм досвідом, який не завжди є позитивним. І, досить часто, пережиті втрати заважають дитині відразу прийняти любов та турботу прийомних батьків, а інколи навіть повірити у їх добрі наміри.

Як же підібрати ключик до серця дитини? Як викликати у неї довіру та сформувані прив'язаність до себе?

Нажаль, готових рецептів на будь-який випадок не існує, тому що кожна дитина - неповторна і вимагає до себе особливого підходу.

Ми можемо, лише надати ряд рекомендацій, які допоможуть прийомним батькам налагодити позитивні взаємостосунки з дитиною та уникнути прикрих помилок.

Ось окремі з них, запропоновані професором МГУ, психологом Ю.Б. Гиппенрейтер у книзі „Общатся с ребенком. Как?”:

### ***1. Безумовно приймати дитину такою, як вона є.***

Це значить любити її не за те, що вона гарна, розумна, здібна, і так далі, а просто так, просто за те, що вона є і вона ваша.

### ***2. Уважно вислуховувати її проблеми, переживання та потреби.***

Це означає, під час бесіди „повертати” дитині ту інформацію, що вона вам розповіла, але при цьому визначити почуття дитини. Ця техніка здається, на перший погляд складною, але на практиці вона показує досить хороший результат.

Дивіться при розмові на дитину. Дуже важливо, щоб ваші очі знаходилися на одному рівні з її очима.

Зробіть так, щоб ваша відповідь звучала у формі ствердження, а не запитання. Цим ви покажете дитині, що правильно розумієте її переживання.

„Віддзеркалюйте” її слова і почуття. Наприклад:

Син - Не буду більше дружити з Петькою.

Батько - Ти ображений на Петю і не хочеш більше з ним гратися.

Якщо ви неправильно зрозуміли почуття дитини, то після такої відповіді вона виправить вас, а ви зможете більш точно зрозуміти її переживання.

Витримайте паузу - після того як ви віддзеркалили почуття дитини, дайте їй можливість відреагувати на ваші слова, підтвердити, заперечити чи дати нову, більш розширену інформацію.

При такому підході до розмови з дитиною ви досягаєте наступних результатів: дитина бачить вашу зацікавленість її справами та проблемами і не відчуває себе самотньою чи вами не зрозумілою; ви точніше розумієте проблему дитини; вона починає розповідати про себе все більше і більше, сама просуваючись у вирішенні своєї проблеми; зникають підстави для конфлікту з дитиною; вона вчиться вести розмову конструктивно і починає активно вас слухати.

### ***3. Проводити багато часу (читати, гратися, займатися) з дитиною разом.***

Діти, зазвичай, дорожать тим, що вони можуть робити щось спільно з дорослим. Так, вони відчувають себе потрібними, вчаться допомагати іншим та приймати допомогу. Але, пропонуючи дитині спільну діяльність, переконайтесь, що вона цього бажає. Як ми уже говорили, дитина приходить в прийомну сім'ю зі своїм досвідом. Трапляються випадки, коли дитина у малолітньому віці пережила сексуальне насильство чи наругу над собою. І звичайна пропозиція почитати разом казку, може викликати у неї ряд негативних спогадів та емоцій. Оскільки до того, як дитина потрапила у прийомну сім'ю, кожна спроба сексуального насильства над нею з боку дорослого починалася ключовою фразою: „Давай почитаємо разом казку”. Щоб уникнути таких ситуацій, бажано знати історію життя та втрат дитини.

### ***4. Не втручатися у справи чи заняття дитини, з якими вона сама справляється, або у при їх вирішенні не просить вашої допомоги.***

Це дає дитині можливість підвищити свою самооцінку, відчути себе самостійною. Якщо ви бачите, що дитині важко осилити поставлене перед собою завдання, підтримайте її порадою, але не виконуйте роботу за неї.

### ***5. Завжди допомагати дитині, коли вона вас про це просить.***

Це викликає у дитини впевненість, що вона не самотня і вона вам потрібна.

## **6. Підтримувати всі, навіть незначні успіхи дитини.**

Однак не забувайте, що хвалити потрібно не дитину, а її вчинок. Наприклад: „Мені так подобається, як ти поприбирала у своїй кімнаті”. „Ти так гарно написав твір, молодець”. Інколи, батьки намагаються підкріпити похвалу дитини подарунком. Робити так завжди не бажано, тому що дитина може звикнути: за будь-який навіть незначний гарний вчинок має бути обов'язково подарунок. Це формуватиме у дитини залежність, а не прив'язаність.

## **7. Робити дитині зауваження у формі безособистісних „Я-повідомлень”.**

Наприклад: Мене дратує, коли зі мною говорять таким тоном.

Це не викликає у дитини комплексу вини і точно відображає ваше відношення до того, що відбувається.

## **8. Конструктивно вирішувати конфлікти.**

В конфліктній ситуації не повинно бути переможців і переможених. Якщо дитина весь час програє, то вона відчуває себе „поганою”, „безпорадною”, „непотрібною”. Вирішення конфліктної ситуації має декілька етапів:

- Вияснення конфліктної ситуації.  
*Батьки вислуховують дитину і говорять про проблему в формі „Я-повідомлення”.*
- Збір пропозицій.  
*Необхідно дати можливість дитині першій запропонувати вихід з ситуації, що склалася (бажано декілька варіантів). Та запропонувати свій варіант.*
- Оцінка запропонованих варіантів та вибір прийняттого для всіх рішення.
- Деталізація прийнятого рішення.  
*Якщо прийняте рішення вимагає додаткової підготовки, то в цей час дитина вчиться навичкам, якими вона ще не володіє в повній мірі - наприклад, користуватися будильником, щоб уникнути поганого настрою з ранку від підйому.*
- Виконання рішення та перевірка.  
*Жодне рішення не досягне своєї мети, якщо воно не буде виконуватися з боку обох сторін. Однак не варто зауважувати дитині на кожній невдачі, а, навпаки, створювати ситуацію успіху.*

Цей спосіб вирішення конфліктів нікого не залишить у програші, навпаки він передбачає співробітництво і довіру.



**9. Використовувати у повсякденному спілкуванні привітливі фрази – „Як добре, що ти у нас є”. „Мені було дуже приємно поговорити з тобою тощо”.**

Коли привітливе ставлення в сім'ї є нормою, це допомагає дитині вчитися ефективно налагоджувати взаємостосунки з оточуючими, коректно та з повагою ставитися до інших.

**10. Не забувати обіймати, цілувати, пригортати дитину.**

Зважайте на те, що дитині може бути незвичним таке відношення, оскільки з нею так раніше не поводитися. Це навіть може викликати у неї певні підозри. Якщо ви помічаєте негативну реакцію дитини на такий прояв вашої любові, не нав'язуйте їй його, або дозуйте, поки дитина не звикне вам повністю довіряти.

Також, щоб сформувати у дитини прив'язаність, прийомним батькам бажано навчитися поважати вибір та думку дитини, не гарячкувати при непокорі з її боку, не докоряти її за свої безпорадність, або відчай у складних життєвих ситуаціях, не боятися попросити вибачення, якщо сталася помилка. А, головне набратися терпіння, адже, переживши втрату, а інколи і цілу низку втрат, дитині, по-перше - не так легко звикнути до вашого піклування та турботи, по-друге – в силу індивідуальних особливостей, дитина може не сприймати ваш стиль спілкування з нею, те що подобатиметься одній дитині, може не сподобатись іншій, по-третє – дитина може випробувувати вашу нервову систему на міцність і потрібний час, щоб вона повірила вам та прийняла ваші вимоги. Тому, пропонуємо прийомним батькам виважено підходити до своїх рішень та дій і пам'ятати, що будь-якої складної ситуації можна знайти вихід, якщо мати бажання та не „опускати передчасно руки”.

*За матеріалами:*

*Гиппенрейтер Ю.Б. Общайся с ребенком. Как? - М.: Mass Media, 1999.*

## **Роль батьків у формуванні прив'язаності у дитини**

***Прихильність до батьків - це форма емоційної комунікації, взаємодії, спілкування з батьками, насамперед з матір'ю, як з найбільш близьким оточенням.***

Про прояв прихильності можна говорити вже до середини першого року життя, коли виникає занепокоєння при тимчасовій відсутності матері (чітко це виражається в 7 місяців) і появи сторонніх (у 8 місяців). На другому році життя занепокоєння в присутності сторонніх зникає, частково виражаючись зняковілістю і сором'язливістю. Занепокоєння ж при розлуці з матір'ю зберігається в дівчинок до 2,5 років, у хлопчиків до 3,5 років. У 3 роки ще нерідко можна почути сакраментальне питання: „Де моя мама?” і „Хочу до мами”, незважаючи на збільшений інтерес до спілкування з батьком і однолітками. Та й мати краще, ніж хтось, здатна заспокоїти і приголубити.

***Деякі тривожні і владні за характером матері мимоволі прив'язують до себе дітей до такого ступеня, що створюють у них штучну чи болісно загострену залежність від себе і свого настрою.*** Ці матері, як правило, відчувають страх самотності, перемагаючи його надмірною турботою про дитину. Нерідко їй навіюється, що почувати себе в безпеці вона буде тільки в присутності матері, а це блокує потребу спілкування з іншими дорослими й однолітками, яка розвивається у цей час. Подібна невротична прихильність створює ознаки інфантильності, несамостійності, невпевненості у своїх силах і можливостях, особливо в нових ситуаціях спілкування, які вимагають прийняття швидких і пов'язаних з ризиком рішень.

***До невротичної прихильності призводить і зайва строгість батька, який не виховує, а дресує, вимагаючи беззаперечного підпорядкування своїм непомірно високим вимогам і караючи фізично при найменшій неслухняності.*** Ці батьки відносяться до дітей, як до дорослих, забуваючи про їхню підвищену потребу в ніжності та піклуванні. Майже завжди в таких родинах існує конфлікт із приводу виховання. Матері, у протигагу батькам, прагнуть заповнити недолік емоційного тепла, у всьому поступаючись дитині й оточуючи її надлишковою турботою. Подібні крайнощі батьківського ставлення не проходять безслідно. У цих випадках діти невротично прив'язані до матері, а також відрізняються примхливістю, нестійкістю настрою і підвищеною збудженістю. Нерідко такі батьки згодні скоріше давати дітям різні заспокійливі ліки, ніж перебудувувати своє ставлення один до одного.

***Інші крайнощі, коли ставлення батьків до дітей характеризується недостатністю емоційної турботи.*** Таких дітей рано віддають у ясла, чи передоручають піклування за ними бабусям, дідусям чи іншим родичам. ***Який вік можна вважати***

## **раннім для ясел?**

Спостереження фахівців показують, що якщо вік дитини не перевищує 6 місяців, то адаптація до ясел проходить безболісно, оскільки ще немає вираженої прихильності до матері. Але в майбутньому в ясельної дитини виникає відставання у розвитку, тому що тільки в родині можливе необхідне піклування, словесний, фізичний і емоційний контакт. Ясельні діти нерідко виявляють емоційну загальмованість і повну відсутність страхів надалі, що, утім, не є позитивним моментом і вказує на зниження емоційної чутливості, а також чуйності і співпереживання. Починаючи з 7 місяців прихід маляти в ясла діє на нього як психічно травмуючий фактор, оскільки дитина починає переживати відторгнення від матері, до якої вона прив'язана. Найбільш сильна погроза невротизації дитини буде при відділенні її від матері у віці від 7 місяців до 1,5 - 2 років, коли виявляється не тільки занепокоєння при розриві сформованого стереотипу емоційного контакту з матір'ю, але і страх при сторонніх, незнайомих дорослих. Таким чином, принаймні до 2 років порушення емоційного контакту з матір'ю наносить травму почуттю прихильності і є невротизуючим фактором у психічному розвитку дітей. Якщо ж прихильність збіднена емоційно, якщо дитина байдужа до відсутності матері, то це не ознака „міцності” її нервової системи, а знак (симптом) емоційного нездоров'я чи недорозвиненості емоційної чутливості в цілому. Як правило, це вказує на неправильне ставлення матері до дитини.

Після 2 років прихильність до матері вже не носить такий залежний характер, зменшується занепокоєння, коли вона відсутня, а контакти з дорослими не супроводжуються колишньою сторожкістю. Усе це полегшує прихід дитини в дитячий сад. Однак, якщо мати має можливість приділяти дітям досить уваги і, головне, прагне до цього, якщо вони не викликають у неї роздратування і з ними немає боротьби через так звану їхню упертість, то доцільно ще на півроку (у дівчинок), а те і на рік (у хлопчиків - через їхню більшу прихильність до матері) відкласти відвідування дитячого саду. **Домашнє виховання при достатньому спілкуванні з однолітками поки ще більш сприятливе для психічного розвитку дітей.** Не слід поспішати до 3-х років з дитячим садом при підвищеній емоційній чутливості і вразливості дитини, її нервового ослаблення і частих соматичних (простудних) захворюваннях.

**Серйозною перешкодою для емоційного контакту і прихильності між матір'ю і її дитиною є недостатня емоційна чуйність матері.** Найчастіше це виявляється відносно другої дитини. Емоційно „перегоряючи” на первістку, другому вона приділяє менше уваги. Як правило, мати уже фізично вимотана і завантажена роботою. Емоційно загальмована через невротичний стан, недостатньо товариська і надмірно принципова за характером, вона виховує, навіть первістка, за абстрактними схемами, без врахування його реальних потреб. Характерні нескінченні моралі, моралізування, відсутність живого, безпосереднього контакту з дітьми, ласки і ніжності. Це

створює для дитини емоційний бар'єр у спілкуванні з матір'ю, який випробовує почуття любові, але нічого не робить для розвитку двосторонніх емоційних відносин.

Не здатні бути байдужими, чуттєві діти заповнюють недолік емоційності і безпосередності тим, що часто приходять у збуджений стан, кричать, плачуть і клячуть, немов побоюючись, що про них забудуть, що їх не вислухають, не зрозуміють, не приголублять. Проте, подібне поводження розцінюється як капризи, істерики, упертість. Замість зміни поводження батьки тільки „закручують гайки”, продовжуючи не звертати уваги на емоційний стан дитини, що погіршується. Прихильність останніх у цих випадках носить болісно загострений характер, заснований на пошуку, нерідко будь-якими шляхами, уваги, ніжності і любові. Небезпека даної ситуації, якщо вона тривала, - у компенсаторному розвитку самолюбства дітей, коли вони односторонньо починають любити себе в противагу почуттю любові до інших і не здатні поділитися з ким-небудь своїми радостями і сумами.

**Усе, що ускладнює розвиток емоційного контакту дітей з батьками, у тому числі прихильності, відноситься і до такої вищої людської емоції, як любов. Її передумовою є емоційна відповідь дитини на прояви ніжності і любові матері.** І тут багато чого залежить від того, якою щиросердечною щедрістю і чуйністю володіє сама мати, як вона здатна безумовно любити, не зв'язуючи це з якимись принципами й умовами, почуттям обов'язку. Якщо на початку 3-го року життя при високій прихильності до матері ще можливі фрази типу: „Я сам люблю себе”, тобто любов носить звернений на себе характер, то вже в 2,5 роки виникає визнання матері: „Я люблю тебе” і в 3 роки: „Ти миліше усіх на світі”. Яскраво виявляється усвідомлена потреба в ніжності і ласці: „Зроби ласкаве обличчя, не сердься, пожалій мене, поцілуй”. Дитина відчуває будь-які зміни в емоційному ставленні матері: „От диво, тільки ти мене любила, а тепер не любиш”. Поступово любов до матері переходить і на батька, що особливо помітно в дівчинок. Є навіть прислів'я: „Дочка в батька - щаслива буде”. Щаслива вона буде в тому випадку, якщо любов дочки і батька взаємна. Це почуття створить надалі більш прийнятну модель емоційних відносин із представниками іншої статі, включаючи відносини в шлюбі. Подібну роль грає любов сина і матері, якщо вона не затьмарена погрозами її позбавлення.

**Якщо дитина не вдоволена почуттям любові, причину потрібно шукати, насамперед, у батьках. Найчастіше це дитина небажана (її появи не чекали (друга з дітей), чи вона була передчасною у молодих батьків).**

**Нестачу в любові будуть відчувати і ті діти, стать яких не відповідає очікуванням.** Хлопчика тоді люблять, коли він виправдовує очікування: тихий і непомітний у поведженні (бо хотіли дівчинку). Коли ж він свавільний і впертий, то зустрічає в батьків підкреслене почуття неприйняття, роздратування і невдоволення. У цьому випадку значно більше і фізичних покарань. При появі замість хлопчика дівчинки невдоволення батьків часто викликається м'якістю

характеру дівчинки, її підвищеною емоційною чутливістю, ніжністю.

**Іноді дитину можна було б любити, але вона викликає роздратування своєю подібністю на одного з батьків, до кого є нехай і приховане, але негативне ставлення.** Матір може дратувати неслухняний характер сина, що нагадує незговірливий, з її точки зору, характер батька, якому вона не може підкоритися. Батько з таким же успіхом може відкидати надмірну чутливість дочки, тому що мати така ж.

Як бачимо, почуття й установки батьків, сімейні відносини і почуття дітей можуть бути дуже тісно пов'язані. Неважко здогадатися, що в найнесприятливішій, драматичній ситуації опиняється дитина. У більшості випадків батьки не так категорично ставляться до дітей надалі, але час для їхнього повноцінного емоційного розвитку вже був втрачений.

**Також несприятливою є ситуація, коли дитина бажана, але викликає розчарування тим, що не виправдує надій: не так швидко розвивається, не така, як усі.** Це створює умовний характер любові - дитину люблять тільки тоді, коли вона виправдує завищені очікування і вимоги, інакше вона неварта любові і її необхідно „переробити” якомога швидше, не звертаючи уваги на індивідуальний темп розвитку і своєрідність особистості, що формується.

**Перешкоджає вираженню любові до дитини і невротичний стан матері.** Зосередженість на своїх відчуттях, щиросердечний надлам, внутрішній конфлікт, загальмованість і знижений тонус не дають їй можливості приділяти їй досить уваги, виражати ніжність і любов. У більшості випадків це тимчасове явище, але є небезпека, що в маляти розв'яжуться відповідні емоційні розлади.

**Блокування емоційних потреб дітей, у тому числі почуття любові, може бути обумовлена і характерологічними особливостями матері.** Такі жінки надмірно принципові, у них гіпертрофоване почуття обов'язку, відповідальності, відсутні компроміси. Ці матері надмірно серйозні і раціональні, ніколи не сміються, якщо не вважати іронічних посмішок, не переносять дитячого шуму і сміху. Піти зайвий раз назустріч дитині, купити на її прохання іграшку вважається помилкою, а балування - прямим шляхом до правопорушень надалі. Ці матері надмірно стримані, рідко тримають дітей на руках, на пестять, не хвалять, зате читають багато моралей, при тому не терплять заперечення. При невиконанні дітьми чисельних вимог може прорватися внутрішнє напруження, у якому мати перебуває постійно. Тоді на малят обрушується потік звинувачень, образ і погроз, нерідко фізичних покарань. Але навіть і це негативне, але безпосереднє і емоційне ставлення сприймається дитиною іноді менш травматично, ніж постійно стриманий, у чомусь байдужий і недоступний почуттям дитини стан матері.

Усе це ускладнює відносини батьків з дитиною. Не відчуваючи до неї ніжних почуттів і будучи незадоволеними перешкодами на шляху особистого самоствердження, такі матері прагнуть передоручити

виховання нянькам, родичам і знайомим, помістити дітей у спеціалізовані школи, нерідко інтернатного типу. Безумовно, не ці люди роблять погоду у відносинах з дітьми, але така ситуація шкодить емоційному психічному розвитку дитини.

**Але повернемося до нормальних особливостей розвитку дітей, що, як ми бачили, багато в чому залежать від „нормальності” відносин батьків, відсутності в них хворобливого, невротичного стану і характерологічних відхилень.**

**На тлі вираженої прихильності і любові до матері одночасно відбувається і процес ототожнення себе з батьками тієї ж статі, у хлопчиків - з батьком, у дівчинок - з матір'ю, що виражається фразою „Я буду папою (мамою)”.** Оскільки батьки взаємодіють один з одним у ролевих відносинах чоловіка і дружини, то розуміння цього створює в дитини потребу в наслідуванні: „Ти моя дружина”, „Я твій чоловік” - у хлопчиків до матері; „Коли виросту, вийду заміж за папу” - у дівчинок. Це свого роду гра „у родину”, коли хлопчики представляють себе в ролі батька, а дівчинки - матері, відчуючи одночасно усе більш наростаюче почуття любові до батька іншої статі. Батько для хлопчиків у даній психологічній ситуації може на час навіть виявитися „конкурентом” у своїй чоловічій стосовно матері ролі, що може викликати минуше почуття ревності. Адже хлопчик „як батько” хоче бути з улюбленою матір'ю, спати поруч з нею, користатися її увагою, ніжністю і турботою. Те ж саме може бути й у дівчинок відносно наслідування матері, її сімейної ролі. Однак в обох ситуаціях мати - переважний об'єкт любові. Для хлопчиків це природно, оскільки мати і раніш була у фокусі їхньої емоційної уваги. У дівчинок любов до матері повинна доповнитися любов'ю до батька, і тут важливо, щоб мати не сприйняла цю подію як ослаблення любові до неї і зневагу її увагою. Ускладнення виникають, якщо батько тієї ж статі безроздільно домінує в родині і сам з відомою часткою ревності відноситься до почуттів дітей до батька іншої статі, особливо якщо з ним у нього немає теплих і поважних відносин.

**Непростою є і ситуація, коли батьки так люблять один одного, що не зважають на любов дітей.** Останні ж відчувають складні, суперечливі почуття наслідування, любові, ревності і навіть заздрості, що аж ніяк не сприяє їх нормальному самопочуттю, створює певні проблеми у відносинах з однолітками.

**Усі розглянуті ситуації потрібно вчасно зрозуміти, щоб, з одного боку, не створювати зайвих бар'єрів на шляху емоційного розвитку дітей, які відпрацьовують на батьках моделі спілкування з однолітками; а з іншого боку - усіляко розвивати навички й уміння любити і почувати себе щасливим.**

Таким чином, дошкільний вік представляє особливу, унікальну фазу в емоційному розвитку і формуванні структури сімейних відносин. Трапляється і так, що батьки часто сваряться і відчувають неприязні почуття один до одного. Кому ж тоді з них, за інших рівних умов, буде віддана перевага, тобто на чийй стороні виявиться дитина? У

хлопчиків це скоріше буде мати, у дівчинок – батько. Навіть розрив сімейних відносин у цьому віці і відхід батька з родини більш емоційно болюче сприймається дівчинками через розвинене у них почуття любові до батька.

**Любов до батьків, нажаль, не завжди супроводжується тільки позитивними емоціями.** Можливі випадки, коли дитина намагається вилити на них своє роздратування і незадоволення. Найчастіше таким об'єктом служить мати як найбільш емоційно близьке, доступне обличчя. Дитина може її вдарити, вщипнути, укусити, загрожувати іграшковим пістолетом. Образа ж може виразитися плачем і репліками у сторону матері: „Не люблю, ти погана”. Усі ці афекти швидко проходять, не залишаючи негативного враження чи відношення, якщо тільки батьки самі не загострюють на них своєї уваги. Безумовно, виявляти певне ставлення, якщо батьків намагаються „бити”, потрібно. Але не треба занадто серйозно це сприймати, драматизувати, тим більше відповідати тим же чи без кінця лаяти, забороняти прояв всіх негативних емоцій. Адже вони є одним з показників нормального, різнобічного емоційного розвитку, як і формою ствердження „Я”, його вольових сторін.

**Для цього віку типові „агресивні фантазії”,** коли дитина представляє себе на місці негативних персонажів чи героєм, що відрубує ворогу голову. Він може заявити матері: „Ти мене скривдила, ти погана, я тебе уб'ю”. Спокійні пояснення в цих випадках - єдине можливе рішення, таким чином прояви негативних емоцій пройнуть самі по собі, будучи позитивно перероблені свідомістю дитини, яка розвивається. Поступово вона буде краще керувати своїми почуттями, стане більш терплячою і терпимою, доброзичливою, жалісливою, усталиться віра в себе і близьких людей. Дитина навчиться довіряти їм свої почуття і переживання, навіть провини, знаючи, що її вислухають, зрозуміють, допоможуть, але не покарають і не принизять.

**Якщо батьки нетерпимі до безпосередності дитини, афекту і спонтанного вираження негативних емоцій, карають її за найменший їхній прояв, оточують моралями і погрозами - картина розвитку дитини буде іншою.** Подібне блокування негативних емоцій створить стан хронічного психічного напруження, виникне приховане почуття роздратування, образи і незадоволення. Звичайно тиха вдома і ввічлива на людях, дитина буде намагатися розрядити почуття напруження на однолітках, виявляючи агресивність чи недружелюбність, залишаючись поза підозрами для дорослих. Таким чином, істина лежить десь посередині, і варто уникати як репресій, так і вседозволеності.

**Отже, підведемо деякі підсумки. До кінця дошкільного віку, у 6-7 років, почуття і переживання дітей ускладнюються, диференціюються.** При збереженні емоційності і вразливості немає вже колишньої наївності і довірливості. Підвищуються самоконтроль, самокритичність, відповідальність, з'являється почуття провини („я розумію; я просто так”), справедливості, красивого (піднесеного) і некрасивого (брудного, ганебного), схильність до глибоких переживань -

усе те, що стане категорією совісті в молодшому шкільному віці. Діти цього віку самолюбиві, чуттєві до слів і їхніх відтінків, відношення навколишніх. У них розвинуте почуття власної гідності, вони не переносять несправедливого, упередженого ставлення, образ, глузувань: „Мені так погано, коли ти на мене кричиш”, „Я переживаю”, „Я плачу не від болю, а від образи”. Виявляються дотепність, іронія, гумор, розуміння умовностей, прихованого змісту прислів'їв, підґрунтя подій, що відбуваються. Як і раніше виражена потреба у визнанні, схваленні, розумінні, підтримці і любові. Причому усе в більшому ступені ці почуття починають звертатися до однолітків, утворювати складну канву групових відносин, включаючи захопленість однолітком іншої статі, почуття любові до нього. Розвивається емоційна пам'ять - пригадуються епізоди, які відбулися кілька років тому. Розвивається уміння ставити себе на місце іншої людини, у певній мірі уявляти і відчувати її почуття і переживання. Це наповнює більш глибоким змістом почуття жалю, співпереживання, що є разом із совістю мірилом людської чуйності. Уміння передбачати, прогнозувати і почувати себе на місці інших людей створює основу для прийняття і програвання міжособистісних ролей. Спілкування з однолітками, до якого так прагнуть у цьому віці, стає більш гнучким, ситуативним і стійким. Хлопчики при цьому, в першу чергу, орієнтуються на батька, а дівчинки - на матір, що є надійним джерелом авторитету і відповідного статевого поведження. Разом з тим йде, постійне порівняння поведження батьків і однолітків, відповідності між ними.

***До 6 років завершується період дошкільного дитинства. Будемо сподіватися, що одна з основних задач батьків вами виконана – закладено, крім необхідних знань і умінь, гуманна, людська основа в особистості дитини, яка формується. Це означає, що діти 6 років:***

- 1) природно (безболісно) проходять фази свого розвитку і вирішують закономірні вікові проблеми;
- 2) відчувають почуття прихильності, ніжності і любові у відповідь на аналогічні почуття батьків;
- 3) реалізують свою потребу в авторитеті і повазі, розумінні з боку близьких і значущих для них людей;
- 4) володіють стійким почуттям „Я”, впевненістю й активністю, адекватною самооцінкою, у тому числі рівнем домагань і можливостей;
- 5) здатні до співпереживання;
- 6) не виявляють виражених почуттів ревності і заздрості при наявності провідного почуття доброзичливості до людей;
- 7) контактні і товариські, прагнуть до взаємодії з однолітками на рівних.

***Усі ці надбання особистості, як ми бачили, - результат нашого розумного виховання і любові до дітей.***

*(Популярная психология для родителей: 2-е., испр./Под ред. А.С. Спиваковской. – СПб.: СОЮЗ, 1997.)*



# Моделювання взаємин на гуманній основі

Т.Ф. Алексеєнко

## ЯК НЕ ЗАШКОДИТИ ДІТЯМ І СОБІ

У чому полягає сутність **гуманних відносин**? Найперше, це різновид моральних стосунків, що виявляються у доброзичливості, довірі, повазі, турботі, допомозі, справедливості, непримиримості до зла, жорстокості, насилля. Гуманіст є способом міжособистісних стосунків, за яких кожний ставиться до іншого як до самого себе. В цьому головний принцип гуманності.

**У філософському розумінні гуманізм** тлумачиться як визнання цінності людини як особистості, її права на вільний розвиток і вияв своїх здібностей, на достойне життя. **В психологічному плані сутність гуманності** полягає в обумовленій моральними цінностями установці на інших, здатності до переживання за них, співчуття, співучасті й співпраці. Термін гуманний у перекладі з латинської мови означає „людяний”. Людяність як риса характеру найповніше виявляється у любові й повазі людей і передбачає високий рівень вимогливості.

Як свідчать спостереження, в багатьох сім'ях найчастіше не рахуються з думкою дитини, нав'язують їй свою волю, порушують режим життя, показаний її віковими психофізіологічними і особливостями, карають за будь-яку провину, навіть якщо це було скоєне не навмисно, б'ють (інколи дуже жорстоко), в результаті чого нерідко виникає каліцтво, яке важко довести судовим органам, адже такі діти, як правило, залякані й побоюючись ще більшого побиття, нікому і нічого не розказують. У сім'ях п'яниць, часто діти недоїдають, не мають найнеобхіднішого, а головне - позбавлені гарного життєвого прикладу. Вони рано починають бродяжничати, жебракувати, красти, займатись проституцією, палити, вживати спиртні напої тощо. Все це призводить до погіршення стану їхнього (ще не зміцнілого) здоров'я, затримки в розумовому і психічному розвитку, і взагалі, до виникнення загрозливої кримінальної ситуації в країні.

**Джерелом впевненості людини у собі є любов до неї близьких і рідних.** Дитина для свого нормального розвитку потребує постійного підтвердження любові до себе. Саме це почуття формує в неї відчуття захищеності, безпеки і впевненості у собі. Та любов батьків до дитини буває різною. Переважна більшість із них люблять своїх дітей і завжди готові захищати їх ціною власного життя. Однак інколи така любов буває надто палкою і все в дитині викликає захоплення батьків. Малюк поволі звикає до цього і з часом починає вимагати постійного захоплення і надмірної уваги до своєї особи. Коли ж він цього не відчуває, то поступово починає відділятися від батьків і стає більш прихильною до тих, хто ним захоплюється. Якщо ж дитина не відчуває захоплення в оточуючих, то почувається ображеною, дратується і

відмовляється від спілкування.

**Проблема полягає в тому, що захоплення дитиною провокує** в неї появу надмірного почуття власної значущості, що ускладнює її спілкування з іншими людьми, зокрема з ровесниками, порозуміння з батьками, які підсвідомо так чи інакше передавали оточуючим свою переконаність у тому, що їхня дитина не лише краща за них самих, а й краща за інших. За такої любові дитина поступово може перетворитися на маленького тирана.

**Разом із надмірною любов'ю не менш проблематичною її недостатність.** Коли дорослі намагаються не показувати дітям своєї любові, ті можуть думати, що нікому не потрібні, або навпаки, своєю поведінкою намагатимуться привернути до себе увагу й робити все, що завгодно, аби тільки батьки не залишалися до них байдужими. Характерним у поведінці дітей з таких сімей є або демонстрування болю і сильний плач, особливо у молодшому віці (наприклад, якщо вони падають, забилися тощо), демонстративне мовчання, ігнорування оточуючих (у старшому віці), або навпаки - заперечення болю навіть, якщо дуже боляче, намагання робити все по-своєму.

**Особливість гуманних стосунків полягає в тому, що кожному людину сприймають такою, як вона є.** Це повною мірою стосується взаємин між батьком і матір'ю, в основу яких покладене не тільки глибоке почуття одне до одного, повага до думки та інтересів членів родини, тих справ, якими вони займаються, шанобливе поводження, а й велика відповідальність перед суспільством за майбутнє своїх дітей. Отже, приклад гуманних взаємин подають дітям батьки через свої сімейні стосунки, ставлення до своїх батьків, а також до своїх дітей. Якщо дитину вчасно нагодували, переодягнули, їй лагідно посміхаються, розмовляють і граються з нею - вона почувається у безпеці й поводить себе значно спокійніше, ніж дітки, позбавлені цього. Тим самим зберігається час і нерви батьків, здоров'я дитини. Коли дитина дорослішає, мудрі батьки наполегливо і послідовно (але без рукоприкладства і зайвого крику) встановлюють для неї межі допустимого в її поведінці, норми моралі тощо. В такий спосіб в неї виховується звичка рахуватися з інтересами інших людей, в першу чергу - батьків.

**Отже, виховання значною мірою забезпечується опорою на здорові принципи, необхідні для формування почуття психологічної безпеки. До них належать: повага до дитини, прийняття її такою, як вона є, віра в неї, схвалення її вчинків, визнання здібностей, постійне підтвердження того, що її люблять і вона всім дуже потрібна.**

Досвід сімейного виховання показує, що більшість батьків намагається виховувати дітей, так як виховували їх у дитинстві. Досить часто батьки намагаються компенсувати те, чого були позбавлені в свої дитячі роки. І лише об'єктивний аналіз батьками власного дитинства дозволить їм зрозуміти, якою мірою отриманий досвід впливає на виконання ними батьківських обов'язків. Чи не переважає в ньому бажання комусь і щось довести? Чи не страждають

при цьому інтереси їхніх дітей? Як свідчать спостереження, неадекватна поведінка батьків, як правило, зумовлюється низькою самооцінкою, невпевненістю у своїх можливостях або, навпаки, завищеною оцінкою власного „Я”.

Нерідко спроби батьків, інших дорослих змінити на краще своє життя, стосунки з оточуючими не мають успіху, оскільки вони не в змозі змінити насамперед себе. Досить часто у батьків не вистачає часу на те, аби приділити достатньо уваги своїм дітям, почути перше слово, вимовлене дитиною; в потрібний момент дати їй поштовх до роздумів над тим, що каже, робить, бачить, чує, що її оточує; поцікавитись дитячими проблемами і переживаннями; допомогти в чомусь (без зверхності і критики) розібратися, справитися; помітити та об'єктивно оцінити її намагання і перші успіхи. Між тим, саме в такий спосіб закладаються довірливі стосунки, які здатні попередити чимало життєвих негараздів.

Досвід переконує: діти не вірять лише красивим словам. Вони, як правило, вірять власним очам. Якщо діти бачать, що батьки кажуть одне, а роблять інше, в них виробляється подвійна ціннісна система і здатність до маніпулювання як обставинами, так і людьми.

У сучасних умовах діти раніше дорослішають, швидше навчаються тому, як переборювати труднощі, долати стреси, характерні для нашого часу (зокрема розлучення батьків та їх наслідки, конфліктні сімейні ситуації, проблеми достойного виживання тощо). Однак, як і раніше, орієнтуватися в життєвих цінностях допомагає дитині її найближче оточення - сім'я, батьки. Від них вони засвоюють і перші приклади поведінки в різних життєвих ситуаціях. Свої корективи у виховання підростаючого покоління вносить також вулиця, знайомі та незнайомі люди, коло ровесників, засоби масові інформації, різні соціальні інститути. Чий вплив буде сильнішим - залежить від сім'ї, міцності тих норм і переконань, які вона закладає в малюка.

Щоб досягти успіху у вихованні дитини, коли стрімко змінюються умови самого процесу виховання, батькам уже замало засвоювати кращі надбання родинної педагогіки й оволодівати новими методами і прийомами. **В сучасних умовах необхідна система виховання на основі любові та логіки.** Її сутність базується на тому, що ефективність виховання досягається завдяки любові, яка не означає вседозволеність, але в той же час є настільки сильною, що дозволяє дітям робити помилки і навчатися на них. Логіка ж зосереджується на наслідках, які є результатом цих помилок. Ці наслідки, у поєднанні з батьківським розумінням і співпереживанням разом із дитиною її проблем, несуть у собі великий виховний потенціал, завдяки чому формується правильна самооцінка дитини, її вміння розв'язувати проблеми, гідно поводити себе і виявляти емоції адекватно виниклим ситуаціям, грамотно вирішувати проблеми вибору, ретельно обдумувати свої вчинки, а, отже, нести за них відповідальність. **Саме від уміння батьків будувати стосунки з дитиною на основі любові та логіки залежить успіх в сімейному вихованні, щастя в родині.**

Варто завжди пам'ятати: можна заплатити за те, щоб за дітьми доглядали, щоб їх навчали, але неможливо за гроші доручити комусь замість нас любити наших дітей! Любов має виходити з серця, її не можуть замінити на великі гроші, ні дорогі подарунки, ні заняття в престижних закладах.

Якщо сімейне виховання розглядати з позиції інтересів дитини, **то їй більш за все дитині потрібне відчуття фізичної та психологічної безпеки.** А тому найперший обов'язок батьків полягає в тому, щоб саме це їй забезпечити дитині.

**Аби досягти необхідного ступеня психологічного захисту треба:**

- Встановити відповідні межі діяльності дитини - не тісні, але контрольовані;
- Навчати і заохочувати її до адекватного вияву емоцій;
- Встановити певні принципи і норми поведінки відносно своєї дитини:
  - o приймати її такою, як вона є, без критики та осуду; поважати дитину як особистість;
  - o визнавати той факт, що потреби дитини є законними;
  - o вміти втішати і підтримувати дитину, коли вона відчуває біль, невпевненість, переживає стрес, не судити про дитину лише за окремими рисами характеру;
  - o виконувати по відношенню до дитини функції захисника її інтересів і співучасника в її справах.
  - o постійно аналізувати власну виховну діяльність та її результати, а також завжди пам'ятати, що кожна дитина має право бути любимою;
  - o рости її у безпечному фізичному і психологічному середовищі;
  - o забезпечувати її необхідним для вчасного фізичного, інтелектуального, морального, емоційного, естетичного і соціального розвитку;
  - o слухати і чути дитину;
  - o поважати її почуття; серйозно, уважно і шанобливо ставитися до неї як до особистості;
  - o сприяти самовираженню.

**Ці права дитини реалізуються згідно з чинним законодавством, через створення відповідних умов і гуманного оточення, дотримання моральних норм у взаємостосунках у сім'ї та в суспільстві.**

Разом із тим, батьки також потребують психологічної підтримки і мають свої права в умовах сім'ї, хоч і не всі з них регламентовані відповідними законами. До таких відносяться, насамперед, ті, що стосуються права батьків на повагу і розуміння з боку їхніх дітей, права на відпочинок, задоволення духовних потреб та інтересів, права на особисте життя тощо. Реалізуються ці батьківські права головним чином лише тоді, коли діти це розуміють, сприймають як життєву необхідність і дають можливість батькам їх здійснити. У такий спосіб закладаються основи добрих стосунків між батьками і дітьми,

гуманного ставлення до інших членів суспільства. Вони формуються завдяки взаєморозумінню, через визнання і повагу до кожного як до особистості, створення для кожного умов для самореалізації та самовдосконалення. Розуміння необхідності такої взаємоповаги досягається завдяки **діяльнісній любові**. Її сутність виявляється не тільки в глибокому і ніжному почутті, а й у потребі та вмінні турбуватись одне про одного, допомагати і приносити радість.

Отже, правильно виховувати дитину в сім'ї - це завжди шукати і знаходити баланс між любов'ю і вимогливістю, між милосердям і справедливістю. Тоді ніколи не буде соромно за себе і за своїх дітей, можна бути впевненим у їхньому майбутньому.

### **ПАМ'ЯТКА ДЛЯ БАТЬКІВ**

- З раннього віку привчайте дитину до ustalених норм поведінки. У своїх вимогах будьте послідовними і спокійними.
- Висувайте до дитини вимоги, посильні їй за віком і рівнем розвитку. Переконайтеся в тому, що вона правильно вас зрозуміла.
- Запам'ятайте: чим тихіше ви будете говорити, тим уважніше вас будуть слухати! Тому не підвищуйте голос на дитину.
- Розмовляйте одне з одним лагідно. Не вживайте брутальних, лайливих слів. Не „сюсюкайте” з дитиною, а спілкуйтеся літературною мовою.
- Обов'язково дотримуйтесь етикету в стосунках і поведінці самі й навчайте цьому свою дитину. Не забувайте вітатися, ввічливо звертатися, дякувати, робити компліменти; намагайтеся бути акуратними в побуті, дотримуватись санітарно-гігієнічних норм, правильно поводитись за столом тощо.
- Намагайтеся аргументувати своє рішення, якщо не можете дитині чогось дозволити. Дохідливо поясніть їй можливі наслідки і підведіть до згоди з таким рішенням.
- Обов'язково грайте зі своєю дитиною, для дошкільного віку це має бути провідним видом вашої спільної діяльності. Під час гри дитина не тільки задовольняє свої потреби в рухливості, а й засвоює нові знання, соціальні вимоги і норми. У старшому віці спільна гра зближує, поліпшує загальний мікроклімат сім'ї, розвиває творчість і рівень життєвої компетентності.
- Майструйте разом із дитиною: з меншими займайтеся ліпленням, аплікацією, конструюванням, вишиванням або шитвом тощо. Зі старшими ремонтуйте меблі, виготовляйте предмети домашнього вжитку, годівниці, готуйте щоденні та оригінальні страви тощо. Не стримуйте дитячу фантазію, підігруйте їй, пробуджуйте в ній творчість.
- Проводьте разом всі сімейні свята, придумуйте сценарії, всім визначаєте ролі, створюйте відповідні костюми, прикрашайте кімнати.
- Заохочуйте дітей готувати для батьків концерти на свята або вечори відпочинку. Самі беріть активну участь у таких концертах.

- Завжди знаходьте час і терпіння, аби відповідати на дитячі запитання. Відповідайте правильно, але просто і дохідливо. Не соромтеся визнати, що ви чогось не знаєте. Пообіцяйте розібратися з питанням і обов'язково це зробіть.
- Намагайтеся, щоб ваші слова про добродійність не розходилися з конкретними справами. Допмагайте тим, хто цього потребує. Виявляйте милосердя до знедолених. Пояснюйте дитині, чому так потрібно робити.
- Організуйте сімейне життя таким чином, щоб не тільки ви мали обов'язки перед дитиною, а й вона перед вами. Надавайте їй можливість зрозуміти, що ви також потребуєте її посильної допомоги.
- Навчайте дитину адекватному вияву почуттів, її емоції мають відповідати настрою та конкретній ситуації.
- Поважате свою дитину, її почуття, інтереси, потреби. Не принижуйте її, намагайтеся підтримувати довірливі стосунки, за яких у неї не буде від вас секретів.
- Намагайтеся зрозуміти і підтримати дитину.
- Розвивайте в собі та в своїх дітях почуття гумору. Воно сприятиме створенню загального позитивного фону в сімейних стосунках полегшить спілкування, допоможе сформуватися оптимістичному ставленню до життя та його проблем.
- Пам'ятайте, що для дитини ваше ставлення до рідних батьків є найкращим прикладом того, як треба ставитися до вас!
- Обладнайте в дитячій кімнаті кугочок або стіну вдячності. Розмістіть там фотокартки дідусів, бабусь, батьків, виховательки дошкільного закладу, улюбленого вчителя (обов'язково з підписами), коротенькі розповіді про них і звернені до них слова подяки. З роками поповнюйте її.
- Виховуйте і розвивайте ціннісне ставлення до життя, до кожної конкретної особистості.
- Спостерігайте за розвитком своєї дитини. Бажано від її народження вести „Щоденник спостережень”. Записуйте в нього все те, що вас радує, засмучує, тривожить, свої роздуми з приводу цього. Можливо саме такі записи допоможуть вам у майбутньому зрозуміти свою дитину і причини її тих чи інших вчинків. Такий щоденник можна подарувати дитині на її повноліття.

## **Основні підходи до розуміння поведінки дитини**

Предметом особливої розмови може бути поведінка дитини, її дисципліни. У проведеному нами дослідженні 18% опитаних молодих батьків скаржилися на надмірну впертість своїх діток, 14% - на надмірну знервованість, 8% - на те, що діти підкорюються тільки силі, 10% - на егоїзм. Майже 72% респондентів відмітили проблеми у налагоджуванні стосунків з дітьми, у взаєморозумінні, у формуванні їх поведінки і дисципліни взагалі.

***Стосовно дитини проблема дисципліни може бути представлена двома категоріями - зовнішньою і внутрішньою. Техніка зовнішньої дисципліни базується на тому, що від дітей домагаються максимальної слухняності. Техніка внутрішньої дисципліни спрямована на виховання в дитини самодисципліни, тобто прищеплення таких цінностей, які потім стануть для неї головними принципами в поведінці, нормами співжиття в суспільстві.***

Перша категорія обов'язково передбачає нагороду і покарання. В арсеналі батьківських покарань знаходяться вербальні форми, образливі порівняння, ізоляція (дитину ставлять в куток або відправляють в іншу кімнату, не розмовляють з нею), позбавлення якихось привілеїв і фізичні покарання. Такі методи виховання та їх результати можна порівняти з замкнутим колом. Судіть самі: будь-яке покарання викликає у дитини стан тривоги і нервовості; може викликати нелюбов або навіть ненависть до тих, хто її карає, і до того, хто не протидіє цьому у момент покарання, породжує агресію і провокує на нові негативні вчинки, а, отже, викликає нове невдоволення нею і нове покарання. Такий вчинок підтверджують наведені вище дані. Як, бачите коло замкнулося. Його не можна розірвати, щоразу підсилюючи жорстокість виховних мір, оскільки механізм протидії залишається майже незмінним. Крім того, покарання породжує почуття невпевненості неадекватності. Покарана дитина відчуває себе самотньою, полишеною батьківською любов'ю і нікому не потрібною. Їй здається, що вона погана, найгірша від усіх. З часом це стає переконанням і вона поводить себе відповідно до цих уявлень. Таким чином, батьки у своїй діяльності мають ефект, протилежний бажаному. Покарання не тільки не попереджує і не спиняє антисоціальну поведінку, а й підсилює причину такого поведіння. Ось приклад з життя:

...щодня молоді мами збираються біля під'їзду поспілкуватись. Їх дітки також знаходять собі якісь справи: хтось грає в ляльки, хтось – в машинки, а Сашко весь час крутиться біля дорослих. Йому цікаво слухати їх розмови. Мати не дуже звертає на нього увагу. Але коли він сам починає щось коментувати і поспішає сусідам розповісти якісь подробиці сімейного життя, про які мама бажала б промовчати, вона здіймає на нього руку і лементує: „от паскудна дитина, іди з моїх очей” – і гонить його від себе. Сашко дметься і не охоче відбігає вбік, кілька

разів дражнить матір тим, що повертається до їхнього гурту. Вона робить вигляд, що не помічає його, а за кілька хвилин чути плач дівчаток: Сашко забрав у них ляльку і зруйнував „хатку”, яку вони для неї обладнали.

Сльози, крик... Всі сваряться на Сашка, а мама, піймавши, добре прикладає руку до спини дитини, тепер уже плаче і Сашко, він виривається, викрикує образи на адресу матері, відскакує вбік і кидає в неї камінці. Закінчується все тим, що молода мама хапає за комір сина і тягне його до квартири, звідти довго чути їх істеричні крики...

Такі сцени в різних варіантах відбувалися майже щодня. Сашка завжди ще здаля можна було впізнати по замурзаному обличчю і одягу (хоч переодягали його декілька разів на день). Він чіплявся з різними запитаннями до перехожих. А до тих, хто відповідав йому, намагався підійти ближче, торкнутися і зазирнути в очі, здавалося, дитина шукає тепла...

Мені стало відомо, що коли прийшов час іти Сашкові до школи, виникли великі проблеми. До цього хлопчик не відвідував дитячий садочок, не мав ніяких уявлень про норми співжиття в колективі. Дома, як виявилось, дитиною ніхто не займався - отже вона зовсім не вміла читати, писати і лічити. Його поведінка також викликала нарікання вчителів. Через деякий час хлопчика оформили в інтернат. Він закінчив 2-ий клас, але не став більш слухняним і культурним – навпаки, в поведінці ще більш відчувався виклик і бажання все трошити на своєму шляху. Відчувається, що проблема поведінки у Сашка має більш глибокі корені, ніж просто неслухняність. Її причиною може бути стан нервової системи, який спровокований загальним мікрокліматом сім'ї та методами виховання батьків, головним з яких були різні форми покарання. На жаль, батьки відкидають поради проконсультуватися у лікаря – невропатолога або психіатра, звернутись до практичного психолога, аби отримати допомогу з налагодження стосунків у сім'ї. А тим часом Сашко зламав поручні в парадному, вибив металеві планки з дверей, підпалив поштові скриньки, систематично користується східцями, як туалетом.

**Як же зробити так, щоб не „розхитувати” ні фізичне, ні психічне здоров'я дитини та й самих батьків? Яку вибрати тактику?** Головне, звичайно, залежить від позиції батьків: дитина, яку люблять, достатньо приділяють їй уваги і навчають, як себе поводити, не може стати дисциплінарною проблемою.

Підхід до розуміння поведінки дитини, її дисципліни з позиції почуттів, а не контролю і пригнічення, не може бути зведений до переліку простих правил, порушення яких веде до покарання. Дитину не можна запрограмувати. У вихованні дисципліни необхідно виходити з пріоритету почуттів дитини. Якщо емоційний клімат родини сприятливий – дитина буде відчувати себе у безпеці навіть тоді, коли батьки стосовно неї будуть діяти достатньо твердо і звужувати її діяльність розумними рамками. Такий підхід до дисципліни потребує відокремлення людини від її дій або вчинків. У ситуаціях, коли дитина зробила якусь шкоду, батькам слід робити оцінку не самої дитини, а її



вчинків. Самі ж почуття до дитини як особистості змінюватись не повинні. Краще сказати: "Мені зовсім не подобається, як ти себе поводиш, але я люблю тебе і сподіваюсь, що цього більше не буде".

Дисциплінувати дитину потрібно або в термінах почуттів, або в термінах дій. У таких випадках ми будемо мати справу з актуалізуючою дисципліною. Давайте розглянемо декілька прикладів.

### **1. Тільки ставлення.**

„Я як дам йому наступного разу!” - з такою реплікою повертається дитина з прогулянки. Вона скаржиться на друзів, оскільки знаходиться під враженням ситуації, що відбувалася, і їй просто треба виговоритися, тобто висловити своє відношення: „Мене так дратує Микола. Він зовсім не вміє грати у футбол, тільки робить всім підніжки. Ось подивись на мої ноги – одні синці”.

Батькам дуже важливо зрозуміти, що це тільки емоції і не більше. Дитині треба дати можливість виговоритись, і ні в якому разі не підігрівати агресію фразами типу: „Я це чую від тебе щодня. Невже не можеш за себе постояти? Скільки можна приходити з синцями?”

Така батьківська помилка може спричинити до того що почуття (тобто емоції) можуть бути переведені в сферу дій.

### **2. Дія.**

Дитина може сказати і так: „Мене так дратує Микола, що я збираюсь його побити”. Тоді вірною буде така реакція батьків: „Ми тебе розуміємо. Але уяви собі, чим це може закінчитися. І що від цього зміниться?” (ідеальний варіант, якщо батько пропонує пограти у футбол разом з дітьми, а заодно і пояснити Миколці правила гри).

### **3. Дія вже відбулася.**

Діти посварились. Один обізвав (або штовхнув) іншого і намагається пояснити батькам, чому він так зробив, тобто намагається довести свою правоту. Правильною тактикою з боку батьків буде відійти від конкретного випадку і узагальнити те, що відбулося (саме це в подібних ситуаціях треба ставити собі за мету).

- Я вважаю, що вчинив правильно. Так йому і треба! – каже Сергійко.
- Тобто по-твоєму це найкращий спосіб довести свою правоту? – уточнюють батьки.
- Так.
- І ти міг би так сказати (зробити) своїй мамі, якби вона була неправа?

Такий діалог сприятиме переоцінці дитиною власного вчинку.

### **4. Покарання обов'язкове.**

Якщо виникають ситуації, коли без покарання обійтись не можна, то батькам у своїй реакції необхідно відмовитись від особистого осуду. Тобто треба ніби розділити себе і покарання. Батьки можуть і повинні бути в своїх діях виразниками загальноприйнятих норм, але не суддями власних дітей. Отже, покарання на фоні широковживаних фраз типу: „Буде так, як я сказав”, „Я тобі як казав робити?”, „Я тобі дам за такі слова!”, „Ось ти зараз в мене отримаєш!” - не можуть мати необхідного педагогічного ефекту.

„Давай поміркуємо над тим, що відбулося, - пропонує батько. – Ти розбив шибку, і я вже нічого не можу вдіяти, але поясни мені, що відбулося?”

(дитина розповідає, як граючи з м'ячем (у футбол), випадково влучила ним у шибку). Батько уважно слухає, а потім говорить: „Я розумію, що ти зробив це випадково. І розумію, що у вас була гра, але ж у кожній гри, як і в житті, існують певні правила. За їх порушення треба відповідати. Суддя в футболі теж керується цими правилами. Скажи мені, яке покарання ти вважаєш правильним зараз?”

Подібна тактика добре розвиває самостійність і відповідальність за свої вчинки. У цій ситуації можна дійти висновку, що покарання – покаранням, а стосунки між батьком і сином залишаються довірливими. Хоча в повсякденному житті необхідно намагатись обходитись від покарань. Нажаль, є багато інших прикладів. Про деякі з них інколи можна прочитати в періодичній пресі, почути чи побачити по телевізору.

Інколи батьки пред'являють дитині вимоги підкорятися і поважати їх головним чином тому, що не завжди бувають упевнені в собі. На неслухняність дітей батьки реагують здебільшого хворобливо. Хто не чув від них таких слів: „Ми стільки для тебе робимо, а ти такий невдячний!”. Для дитини дошкільного віку такі репліки звучать абстрактно і не можуть бути зрозумілими. **Тим, хто хоче мати виховану дитину ми пропонуємо сім принципів виховання дитини:**

1. Відокремлюйте свої почуття від дій. Не осуджуйте дитину. Вона повинна відчувати, що її люблять, але дії її неприйнятні і повинні бути покареними. Пам'ятайте, щоб змінити вчинки дитини, треба зрозуміти її вчинки і навчитись їх долати!
2. Уважно вивчайте дитину – ви повинні знати стан її здоров'я, нервової системи. Дії дитини в стані нервового розладу повинні сприйматись як симптом більш глибоких емоційних ускладнень, викликаних критикою, звинуваченням чи покаранням.
3. Відповідайте на почуття дитини. Створіть такі умови, щоб дитина могла виговоритись, а її негативні емоції знайшли вихід у словах, а не в діях.
4. Якщо без покарання обійтись не можна, хай дитина вибере його сама. Практика свідчить, що діти, як правило, вибирають більш суворе покарання, ніж би хотіли батьки. Але в таких випадках вони вже не вважають його жорстоким, несправедливим і не ображаються на батьків.
5. Караючи дитину впевніться, що вона розуміє ЗА ЩО, що звинувачує в цьому себе, а не того, хто карає. Допоможіть їй зрозуміти правила поведінки і засвоїти їх.
6. Дайте зрозуміти дитині, що дисциплінарні проблеми дітей стосуються не лише дорослих, а є їх спільними. Це дозволяє уникнути перетворення дисциплінарної ситуації на міжособистісний конфлікт.

7. Накладіть обмеження на не безпечні та руйнівні дії. Допоможіть дитині спрямувати її дії на інше, дозволене русло. У цьому полягає основна формула динамічного підходу до проблеми дисципліни дитини.

**Порушення чи не дотримання цих принципів, відсутність або недостатність культури у батьків призводить до їх жорстокого поводження з дітьми.**

**Сімейне виховання це своєрідна керована система взаємовідносин батьків з дітьми, а тому його ефективність певною мірою залежить й від прагнення батьків самовдосконалюватися, бути у всьому позитивним прикладом своїм дітям. Ще китайський філософ Конфуцій говорить: „Якщо не можеш удосконалювати себе, то як же зможеш удосконалювати інших людей?” Відповідно, кожній матері та батькові потрібно вчитися бути гідними вихователями своїх дітей, вчитися керувати взаєностосунками з дітьми. Недарма видатний український педагог В.О.Сухомлинський наставляв батьків: „Виховуючи свою дитину, ти виховуєш себе, стверджуєш свою людську гідність”.**

## **Негативні наслідки фізичного та психологічного насильства**

Ф. Достоевський за те, щоб не пролилася сльоза безневинної дитини, готовий був заплатити досконалістю світу. Однак нинішня реальність така, що багато дітей розплачуються стражданнями й навіть життями за цінності непомірно менші: за самоствердження батьків, за влаштування татового або маминого особистого життя й т.д. Діти стають заручниками п'яних батьків і постійно роздратованих матерів, їх гвалтують рідні батьки, вітчимами, вихователі дитячих будинків.

Проблемою насильства і жорстокості в дитячо-батьківських відносинах у даний час стурбовані в усьому світі.

Великий вплив на взаємини в сім'ї робить культ жорстокості, що існує в сучасному суспільстві. Соціально-економічні умови, у яких знаходиться наша країна, зміна суспільно-політичного ладу, становлення ринкових відносин, переоцінка цінностей привели до піку жорстокості, що за прогнозом соціологів повинен був збільшитися на 1994-1996 р., що і відбулося реально. Однак і надалі ріст проявів жорстокості, по нашим даним, не призупинився. Відповідно до досліджень, батьківська жорстокість має місце приблизно в 45 – 49 % сімей. А якщо враховувати всі потиличники, погрози, залякування, ляпаси й т.д., то практично кожна дитина хоч один раз зіштовхувалася з проявом жорстокості, тиску чи насильства з боку своїх батьків.

***У сучасній вітчизняній літературі до останніх років виділяли 4 основні форми жорстокого поводження з дітьми: фізичне насильство, сексуальне насильство або розбещення, психічне (емоційне) насильство і зневага потребами дитини, що позначається деякими авторами як моральне насильство.***

***Фізичне насильство*** - навмисне нанесення фізичних ушкоджень дитині батьками або особами, що їх замінюють, або відповідальними за виховання. Ці ушкодження можуть призвести до смерті, викликати серйозні порушення фізичного або психічного здоров'я або відставання у віковому розвитку. Серед причин застосування фізичного насильства перше місце посідає алкоголізм батьків і бажання зняти роздратування. Нерідко діти розглядаються як перешкода в рішенні соціально-побутових, особистих проблем, звідси - побиття дітей, їхнє усунення („не треба годувати, удягати”, „можна більш вдало знову вийти заміж” і т.д.).

***Сексуальне насильство або розбещення*** - усвідомлене або неусвідомлене в силу вікової незрілості або інших причин залучення дитини, з її згоди або без, у сексуальні відносини з дорослими з метою одержання останніми вигоди, задоволення або для досягнення корисливих цілей.

Батько регулярно примушував п'ятнадцятирічну дочку до співжиття. Сказати про цьому матері дівчинка боялася - батько обіцяв її за це убити. Усе сплигло, коли явними стали ознаки вагітності. Судово-медична експертиза визнала батька цілком дієздатним...

**Під сексуальним насильством** маються на увазі випадки сексуальних дій, якщо вони відбувалися з застосуванням погрози або фізичної сили, а також якщо різниця у віці гвалтівника і жертви складає не менш 3-4 років.

Згода дитини на сексуальний контакт не дає основ вважати його ненасильницьким, оскільки дитина не має волі, знаходячись у залежності від дорослого, і не може повною мірою передбачати всі негативні для себе наслідки сексуальних дій.

Дослідження показують, що вітчими (небіологічні батьки) частіше залучені в сексуальне насильство стосовно дітей дружини. Однак останнім часом збільшилося число зґвалтувань малолітніх дітей батьками і дідами. Так, у травні 1999 р. газети повідомляли про те, що 70-літній дід намагався зґвалтувати свою п'ятирічну внучку...

Фіксується усе більше фактів материнського інцесту. Так, газета „Абсолютно секретно” ( 1999 р. - №9. - Вересень ) проводить разом з батьком п'ятирічної дитини розслідування сексуальних домагань рідної матері до дитини...

За даними вчених США, повідомляє газета, від 20 до 30% неповнолітніх дівчинок і до 10% хлопчиків піддаються сексуальному насильству в родині.

За статистикою МВС, наприклад, у Росії реєструється сім-вісім тисяч випадків сексуального насильства над дітьми в рік, однак реальне число потерпілих щонайменше в десять разів більше. За даними „Незалежної газети” (1997, 19 червня) щорічно в Росії більш 300 тис. дівчат у віці до 19 років роблять аборти.

**Психічне (емоційне) насильство** - періодичний, тривалий або постійний психічний вплив батьків, опікунів або інших дорослих, відповідальних за виховання дитини, що приводить до виникнення в нього патологічних рис характеру або ж гальмує розвиток його особистості. **До цієї форми насильства відносяться:**

- відкрите неприйняття і постійна критика дитини;
- погрози на адресу дитини, що виявляються в словесній формі без фізичного насильства;
- образи і приниження гідності дитини;
- навмисна фізична або соціальна ізоляція дитини;
- пред'явлення до дитини вимог, що не відповідають вікові і можливостям;
- неправда і невиконання дорослими обіцянок;
- одноразовий грубий психічний вплив, що викликав у дитини психічну травму.

Тобто відбувається насильство над потребами, намірами, почуттями, установками дитини, приниження або примус її до дій, що суперечать її прагненням. Цей вид жорстокого відношення до дітей найбільш розповсюджений і найменш досліджений практичною психологією. Нажаль, в останні роки зростає кількість дітей, що зштовхнулися саме з таким видом насильства.

**Зневага потребами дитини (моральна жорстокість)** - відсутність з боку батьків, опікунів або інших дорослих, відповідальних за виховання дитини, елементарної турботи про неї, у результаті чого

порушується її емоційний стан і з'являється погроза її здоров'ю або розвитку.

**Форми моральної жорстокості можуть бути різними:**

- відсутність харчування, одягу, житла, освіти, медичної допомоги, включаючи відмову від її лікування;
- відсутність належної уваги і турботи, у результаті чого дитина може стати жертвою нещасного випадку;
- залучення до вживання алкоголю, наркотиків, а також у здійсненні злочину.

Інтерес викликають результати деяких емпіричних досліджень, присвячених впливові на дитину різних факторів середовища. Дослідники (Г. Ковальов, Д. Думитрашку) встановили, що місце розташування, розмір і просторове аранжування житла, як і кількість проживаючих у ньому людей, опосередковано позначається на міжособистісних відносинах, що складаються між членами родини, а отже, і на визначених стилях і тактиках виховних впливів на дітей.

Істотний виховний вплив може зробити кількість і розташування кімнат у будинку, а також наявність у дитини особистої і „контрольованої” тільки їм території. Виявляється, що якщо людина протягом тривалого часу знаходиться в умовах повної відсутності особистої території і позбавлена можливості персонально відповідати за неї (тобто знаходилася в умовах територіальної депривації), то вона стає безпорадною й у всіх інших ситуаціях, демонструючи невпевненість, страх і безініціативність при необхідності приймати самостійні рішення і відповідати за них. Відмітимо, що сьогодення об'єктивна ситуація в нашій країні свідчить про загальну тенденцію до скорочення простору життєвого середовища для дитини з усіма наслідками, що звідси випливають.

Недолік турботи з боку батьків може бути і ненавмисним: він може бути наслідком хвороби, бідності, недосвідченості або неучтвта батьків, наслідком стихійних лих і соціальних потрясінь.

**Останнім часом виділяється ще одна, найбільш нелюдська, на наш погляд, форма жорстокості в дитячо-батьківських стосунках— торгівля дітьми.** Аналіз преси за 1999 р. дозволив зафіксувати більш 15 таких випадків. Так, в одному з номерів газети „Московський комсомолец” описувалися дії оперативної служби по затримці молодих батьків, які хотіли продати свого 11-місячного сина за 25 тис. доларів...

Постійні знущання - моральні та фізичні - стають причиною втеч дітей з сім'ї.

М., який славився зразковим працівником, жадав від сина рабського підкорення, за найменшу провину бив. Один раз за те, що тринадцятирічний хлопець пішов без дозволу гуляти із собакою, він роздягнув його догола, побив білизняною мотузкою, а потім, зв'язавши, замкнув на балконі без одягу, хоча був уже листопад. Після цього хлопчисько втік з будинку і 8 днів ховався на горищах.

Статистика останніх років відзначає неухильний ріст самогубств серед школярів. Аналіз причин суїцидів, судово-психіатрична експертиза дозволяють зробити висновок, що **доведення до самогубства можна розглядати як одну з форм психічного та морального насильства.**

Дванадцятирічний К. приїхав у місто Н. із Середньої Азії, через переїзди і різницю в програмах відставав у новій школі по всіх предметах. Батьки синові в навчанні не допомагали, але вимагали гарних оцінок. Після кожних батьківських зборів хлопчика карали, влаштовували екзекуцію. У той фатальний день мати, одержавши виклик у школу, відправила сина у ванну привести себе в порядок. Зайшовши туди через кілька хвилин, вона знайшла сина повішеним із зашморгом на шиї. Хлопчик залишив записку: „Я не хочу йти на збори, мене знову будуть лаяти”.

Ми навели типовий випадок, - дитина настільки боїться покарання або настільки утомилася від тиску дорослих, лементів і тих же покарань, що приймає рішення піти з життя і сповіщає про це в прощальному листі. Однак, з погляду психології, загальних підходів до інтерпретації й аналізу будь-якого вчинку бути не може, і дане роз'яснення ми використовуємо лише як приклад одного з можливих пояснень.

Коли хлопчикові було 2 місяці, п'яний батько вдарив його чоботом по голові. Подорослішав, І. став часто скаржитися на головні болі, погано вчився. Мати і вчителі постійно лаяли хлопчика, не роблячи спроб допомогти. Вітчим відкрито ненавидів його, часто бив. У день, коли І. покінчив із собою, мати погрожувала покарати його за те, що він зіпсував коробку сірників.

За даними опитування, проведеного інститутом Геллапа серед молоді 16-24 років, останнім часом до самогубства приводить усе більш зростаюча прірва, між багатими й бідними, зростаюче число неповних сімей, популярність вогнепальної зброї, жорстоке поводження з дітьми і загальна „невіра у завтрашній день”.

Так, одна дівчина написала, чому вона хоче вмерти:

„Я завжди усього боюся, боюся батьків, учителів. Боюся ядерної і простої війни, екологічних катастроф, боюся теракту. Я не вдалася зовні і боюся, що ніколи не вийду заміж, у мене не буде дітей. Краще мені не жити....” (Ліза, 15 років).

## **Насильство породжує монстрів**

Фізичні і психологічні травми, одержані в дитинстві, можуть стати ланками лиховісного ланцюжка, що тягнеться з покоління в покоління.

От приклад однієї з пацієнок англійського психолога Зайди Хол. Молода жінка розповіла, як у дитинстві батько карав її за найменші помилки. Він бив її, уголос рахуючи удари. Якщо при цьому був присутній її шкільний друг, то вона могла сподіватися на менше число ударів. Наприкінці екзекуції, коли вона втрачала контроль над собою і починала плакати, батько намагався обійняти її, і вона переживала почуття провини, тому що відсторонялася і, тим самим, його кривдила. Навіть коли вона виросла, вона була переконана, що заслуговувала покарання, і звинувачувала себе в тому, що недостатньо сильно любила батька.

Коли батьки б'ють своїх дітей, вони убивають їх душі. Професіонали знають безліч подібних випадків „убивства душі”. Два англійських психологи Л. Шенгольд і А. Міллер проаналізували ряд історій з їхньої власної практики, а також з літератури. Шенгольд описав біографію Каспара Хаузера, що був ув'язнений до одиночної камери в'язниці, утримувався в темряві, на земляній підлозі, часто його заспокоювали опіумом. Наслідки цього були жахливі. Коли він подорослішав, він поводився так, начебто йому було три роки. Він не вмів говорити, не впізнавав себе в дзеркалі, не розрізняв живі та неживі об'єкти. У нього не було почуття гумору, він не виражав ніяких емоцій, ні страху, ні гніву, ні задоволення.

На щастя, у повсякденному житті подібні випадки нетипові; проте ми часто зіштовхуємося із ситуаціями, що можуть привести до досить важких психологічних наслідків: це образи, яким піддається дитина з боку дорослих у школі або вдома. Над нею, наприклад, зло насміхаються перед усім класом, або - усе, що не робить дитина в родині, піддається нищівному глузуванню: „У тебе руки не з того місця ростуть - краще нічого не чіпай!”

Аліса Міллер у книзі „Для твого власного добробуту” (1980 р.) на прикладах з життя Адольфа Гітлера показує, як психологічне насильство породжує подібних монстрів. Вона спробувала уявити, що це значило - виховуватися в такій родині, у який зростав Гітлер.

Усі біографи згодні, що Клара Гітлер дуже любила свого сина і балувала його. Однак його наступні відносини з жінками показують, що він не був навчений любити, любов його матері була пронизана скоріше тривогою і страхами, ніж безумовним прийняттям.

До народження Адольфа в Клари були троє дітей. Усі вони померли від дифтерії протягом одного місяця. Перші двоє, ймовірно, були уже хворі, коли народилася третя дитина, яка померла, коли їй було тільки три дні. Через 13 місяців народився Адольф. Після смерті дітей Клара перенесла усі свої почуття на нього. Природно, вона відчувала страх за здоров'я Адольфа. Страхи були сильні, але стосувалися тільки його тіла. Уваги душі не приділялося зовсім. Вона ідеалізувала померлих дітей, а живі діти постійно відчували неможливість власної відповідності ідеалові.



Клара була цілком підлегла чоловікові - він „завжди прав”. Алоїз Гітлер був незаконнонародженим сином служниці Марії Шикльгрубер. Хто був його батьком (тобто дідусем Адольфа) - невідомо, хоча є трохи претендентів на цю роль. Напевно про батька Адольфа відомо лише, що він був бідний, незаконно народжений, у віці п'яти років його відлучили від матері, і в ньому текла єврейська кров.

За характером він був запальний, вимагав повного підпорядкування в родині, бив дружину і дітей. Особливу лють викликав у нього Адольф. Щодня він одержував свою порцію ляпасів. Алоїз почав бити сина, коли тому було тільки 4 роки. Не викликає сумніву, що Гітлер у родині систематично піддавався психологічному і фізичному насильству. Коли ж батько вмер, було вже пізно. Психологія насильства стала частиною його власного Я. Він як би перейняв роль батька, став таким же невпевненим у собі, амбіційним, жорстоким, знущався зі слабкого.

Незважаючи на те, що він був безсумнівно обдарованим, він погано учився. „Хто знає,- пише Аліса Міллер,- цей здатний хлопчик міг би, ймовірно, знайти інший, більш гуманний шлях виявити себе”. Але навіть орієнтація на інтелектуальні цінності була неможлива для нього через ранні конфліктні відносини з батьком, що було перенесено на вчителів, школу, а потім і на увесь світ.

Свою ідеологію він побудував на підставі фантазій із приводу того, що відбувалося в його родині. Наприклад, Аліса Міллер переконана, що геноцид проти євреїв виник як реванш за батька, якого підозрювали в тому, що він наполовину єврей, а бажання звільнити Німеччину - як звільнення матері від гніта батька. Не виключено, що саме проживання в родині тітки, хворою шизофренією, викликало до життя декларацію про те, що душевнохворі повинні бути знищені, тому що вони марні, шкідливі для суспільства.

Звичайно, це крайні ситуації. Але навіть і не в настільки очевидних випадках батьки застосовують так названу „отруйну педагогіку” - комплекс виховних впливів, що ведуть до розвитку травмованої особистості. Аліса Міллер узагальнила деякі „правила отруйної педагогіки”. Батьки і вчителі повинні знати їх і відслідковувати в собі той момент, коли вони починають здійснювати „убивство душі” дитини.

Звичайно, мені можуть заперечити: „нас так і виховували, і начебто нічого, вирости гарними людьми”. Це звучить приблизно так: „Я відчуваю вдячність до свого батька за те, що він з мене зробив людину, хоча він і застосовував фізичні покарання. Він це робив для моєї ж користі. Тепер я його розумію. Тому я маю намір теж бити свого сина. Виросте - зрозуміє...” Перед нами ланцюжок: людина, що піддавалася насильству, сама стає насильником до свого сина, який, зрозуміло, теж виросте гвалтівником.

**Отже, „правила” Аліси Міллер - як виховати дитину з „убитою душею”:**

1. Батьки - хазяї (не слуги!) залежної від них дитини.
2. Вони визначають, що добре і що погано.

3. Дитина несе відповідальність за їх гнів. Якщо вони сердяться – винувата вона.
4. Батьки завжди повинні бути захищені.
5. Дитяче самоствердження створює погрозу батькам.
6. Дитина повинна бути зломлена - чим раніше, тим краще.
7. Усе це повинно відбутися, поки дитина ще зовсім маленька, щоб дитина „не помітила” цього і не стала здатною викрити батьків.

**Методи, якими добиваються слухняності в таких випадках, можуть бути наступними:** психологічні пастки, обман, нещирість, - відмовки, маніпуляції, тактика залякування, відсутність любові, ізоляція, недовіра, приниження, ганьба дитини, глузування та примус, аж до катування.

**Грунтуючись на цих правилах, „отруйна педагогіка” висуває наступні установки для дітей:**

1. Любов - це обов'язок.
2. Ненависть може зникнути, якщо попросила вибачення.
3. Батьки заслуговують поваги просто тому, що вони батьки.
4. Діти не заслуговують поваги просто тому, що вони діти.
5. Образа робить дитину сильніше.
6. Висока самооцінка шкідлива.
7. Низька самооцінка робить людей альтруїстами.
8. Ніжність (сильна любов) шкідлива.
9. Задовольняти дитячі бажання - неправильно.
10. Суворість, брутальність і холодність - гарна підготовка до життя.
11. Вдати з себе вдячного краще, ніж чесно виявити свою невдячність.
12. Те, як ви поведетеся, важливіше того, якими ви насправді є.
13. Ні батьки, ні Бог не переживуть, якщо їх скривдити.
14. Тіло - це щось брудне й огидне.
15. Сильні почуття шкідливі.
16. Батьки не можуть говорити дурниці або бути винними.
17. Батьки завжди праві.

Якщо сумлінно дотримуватися правил „отруйної педагогіки”, результат гарантований. Ви одержите дитину з „вбитою душею”, яка, виростаючи, сама стає „душогубом”.

Що ж робити? Аліса Міллер не була б гарним психологом, якби не розуміла, що причини такого „виховання” не в тому, що батьки цілеспрямовано хочуть виховати лиходіїв. Виходить, у них самих є причини робити те, а не інше. Вони зовсім щиро переконані, що роблять усе для блага дитини. „Для твого ж добра”, - говорить і думає такий батько, калічачи свою дитини.

**Серед батьківських мотивів можуть бути:**

1. Несвідома потреба перенести на іншого приниження, якому піддавалися колись самі.
2. Потреба знайти вихід пригніченим почуттям.
3. Потреба володіти і мати у своєму власному розпорядженні живий об'єкт для маніпулювання.

4. Самозахист, у тому числі потреба ідеалізувати власне дитинство і власних батьків за допомогою догматичного перекладання батьківських „педагогічних” принципів на свою власну дитину.
5. Страх до свободи.
6. Страх появи того, що було пригнічено, того, на що наштотвхуються у своїх власних дітях, того, що повинно бути знищене в самому зародку.
7. Реванш за біль, що він колись пережив.
8. Очевидно, що якщо хоч один пункт із усіх перерахованих є в наявності, шанс перетворити „отруєну” педагогіку в „гарну” дуже проблематичний.

Усе це значить, що діти повинні виховуватися без всяких обмежень. **При нормальному вихованні ключовими моментами повинні бути повага з боку дорослих, терпимість до дитячих почуттів, природність педагогічних впливів - незалежно від педагогічних принципів.** Що тут мається на увазі? З одного боку, педагогічні принципи виникають при узагальненні або педагогічному досвіді і, як відправна точка засвоєння чужого досвіду, цілком годиться; однак тут є два дуже важливих аспекти. По-перше, у кожного з нас є ідеальне знання того, як виховувати дітей. Це знання містить ті правила і принципи, за якими виховувалися ми самі і які, ймовірно, всього, ми будемо реалізовувати їх на своїх дітях. Якщо ж немає впевненості в їхній правильності або ж є бажання їх кардинально змінити, то чужі принципи можуть гармонійно бути реалізованими тільки за умови, якщо в самому педагогові-вихователі-батькові відбудуться істотні відповідні зміни. По-друге, будь-яка реальність завжди багатша, ніж будь-який принцип. **Тому на принципи іноді можна спиратися, але не варто підкоряти їм живе різноманіття людських проявів і, тим більше, ставити принципи в понад усе при вихованні.** Принципи створюються для опису, структурування дійсності, але вони починають функціонувати деструктивно, якщо дійсність приноситься їм у жертву. По-третє, якщо немає почуття реальності, будь-який принцип може бути доведений до абсурду. **Незалежність від педагогічних принципів створює особливо багато труднощів для батьків і педагогів. Тому є кілька причин:**

1. Якщо батьки рано навчилися ігнорувати свої почуття, не приймати їх серйозно, висміювати їх, вони відчують дефіцит чутливості, необхідної для успішного виховання дитини. Вони намагаються застосовувати готові педагогічні принципи як підпору (милицю). Тому при певних обставинах вони не виявляють ніжності через страх розпестити дитини, в інших випадках вони приховують образи.

2. Батьки, які, будучи дітьми, навчилися ніколи не усвідомлювати своїх власних почуттів або не мати своїх власних інтересів, тому що це право ніколи не давалося їм, будуть почувати себе невпевнено і залежно від сформованих педагогічних правил.

Ця невпевненість веде до підриву безпеки дитини, незважаючи ні на які правила.

Людина, яка у вихованні сина намагається керуватися принципом „строгості заради його ж блага”, не зважає на його бажання й образи. Природно, що вибір цього принципу пов'язаний з його особистою сімейною історією. Сам переживши у дитинстві постійні й жорстокі образи, батько застосовує суворі, навіть насильницькі заходи, кривдячи та принижуючи свою дитину лише для того, щоб вперше в житті задовольнити свою власну потребу в повазі. Але таке поводження не виключає періоди мазохістичного поводження, коли той же самий батько буде миритися з будь-якою поведінкою сина, тому що він ніколи не вчився визначити кордони своєї терпимості (не вміє сказати „ні”). Це почуття провини, що передує несправедливому покаранню, вело до незвичайного потурання, що приводило до різкого зростання тривоги в сина, який не міг винести невизначеності того, яка ж особа батька сьогодні. Агресивність дитини, що підсилюється, приводить часом до того, що вона бере на себе садистську роль стосовно бабусі і дідуся. Така ситуація, коли дитина „занадто далеко заходить”, показує педагогам, що дисципліна і застосування покарань - необхідні.

3. З тих пір, коли дитина починає використовувати в якості „дубліката” власного батька, він або вона можуть стати об'єктом нескінченного числа суперечливих батьківських бажань і очікувань, яким дитина не в змозі цілком відповідати. У крайньому випадку для неї єдиним виходом можуть стати наркотики, алкоголь, суїцид. Але найчастіше дитяче почуття безпорадності веде до посилення агресивної поведінки, що змушує батьків і педагогів застосовувати контрзаходи.

4. Подібна ситуація виникає, коли діти виховуються так, як це було в антиавторитарних педагогічних системах 60-х років. Тут здійснювалося навчання визначеним способам поведінки, якої бажали батьки і яку один раз було їм дозволено як універсально кращу, типу Вальдорфської школи.

У процесі такого виховання реальні потреби дитини можуть зовсім ігноруватися. В одному з відомих випадків, наприклад, дитину, занурену в стан суму, спонукали розбити склянку, тоді як вона більше всього бажала залізти на коліна до матері. Якщо дитина відчуває нерозуміння та маніпулювання, вона відчуває цілком зрозумілу і виправдану агресію.

***На противагу принципам „отруйної педагогіки”, набагато складніше визначити риси педагогіки позитивної. Проте, можна сформулювати таку декларацію, на якій повинна базуватися будь-яка позитивна педагогіка.***

1. Повага до дитини.
2. Повага до її прав.
3. Терпимість до її почуттів.
4. Бажання дізнаватися з його поведінки:
  - а) про природну індивідуальність дитини;
  - б) про батьківські риси;
  - в) про емоційне життя дитини.

Відомо дуже багато випадків, коли прагнення дотримуватися даних правил уможливило реалізацію їх навіть стосовно до тих людей, які у дитинстві були жертвами „отруйної педагогіки”.

***Перш ніж виховувати дитину:***

***- Візьміть себе в руки і не гарячкуйте, присядьте там, де Вам зручно, розслабтеся і задумайтеся: навіщо?***

1. Яка мета чергового Вашого впливу: він як інтервенція, або ж як звільнення дитини.
2. Вам хочеться нав'язливо з нею поділитися досвідом, або у Вас бажання скоріше простягнути дитині руку.
3. Вам хочеться ще раз підкреслити залежність дитини, або вселити в неї впевненість й захищеність.
4. Вам хочеться улаштувати маляті чергову військову нараду — „убити” віру в себе.
5. А може бути, Вам хочеться розповісти їй про заборони, які вона буде порушувати, даючи привід Вам, щоб Ви могли на ній увесь час розряджатися.
6. А може бути, Вам хочеться, зрештою, зробити дитину для себе зручною і „просапати” риси її характеру, а всі ті, які вам не подобаються, миттєво вирвати, як бур'ян.
7. А може бути, Ви зібралися сьогодні підрахувати чергові витівки дитини.
8. А може бути, Ви просто чомусь розсерджені, розлючені, у Вас потреба критикувати, обурюватися і засуджувати.
9. А може, Ви задумали влаштувати маляті чергове биття.
10. А може бути, Вам просто треба сховати самих себе за ширмою і завісою виховання.

***- Мабуть, перш ніж Вам сховати самих себе, побудьте „у шкірі” своєї дитини. Вона неслухняна, тому що неслухняним її зробили дорослі. Тому карати необхідно їх. Вона і карає Вас своєю неслухняністю і створює лише ті конфлікти, свідком яких була.***

***- Зрозумійте, що заважає Вашій дитині, що обтяжує її і чим вона заклопотана.***

***- Відкрийте двері у своє дитинство. Згадаєте, якими були Ви. Звичайно, жили в очікуванні чудес. І самою головною потребою у Вас була потреба у схваленні, любові, яка Вам затьмарювала усе. Тому не треба Вам розчаровувати дитину. Не змушуйте її домагатися любові у Вас, а дайте їй її самі, не користуючись емоційним шантажем.***

***- Ще раз проаналізуйте: навіщо? Навіщо і чому Ви знову вирішили раптом маніпулювати дитиною? Чи готові йти на компроміс? Що Вас не задовольняє у власному сценарії, який Ви колись склали для неї?***

- **Задумайтеся, а чи можна сьогодні утриматися від виховних впливів.** Які наслідки їх у Вашої дитини попереду? Що Ви випробуєте в процесі виховання дитини? Вас змушує це робити почуття переваги або співчуття до неї? А може, Ви відчуєте навіть задоволення, виховуючи дитину? Або ви почали черговий виток своїх впливів через те, що вона Вас дратує?

- **Які б Ви не відчували почуття, не треба щось Вам починати, коли Ви в стані афекту. Сім разів відміряйте, один раз відріжте— тоді лише чекайте бажаного ефекту.**

- **Але щоб кінцевий результат усіх Ваших виховних впливів був дійсно бажаним, Вам треба образно уявити, чим „наповнена” Ваша дитина. Її прагнення й прохання, вчинки, почуття та мрії.**

- **Зрозумійте свою дитину.** Їй дається все дуже важко. Адже навіть прохання дитини, що нагадують атрибути дитинства, — своєрідне визнання неповноцінності дитини.

- **Ще раз заспокойтеся і розслабтеся.** Ви — не суддя, Ви не здійснюєте вирок. Не захоплюйтеся так завзято процесом „керування” дитиною і не вступайте з нею у марні дебати. Будь ласка, не „дресируйте” дитину, а вибирайте найвдаліші моменти для виховних бесід наодинці. І дайте собі самі усі відповіді на питання, хто Ви в очах дитини — викривач, диктатор або ж доброзичливець, який дуже їй потрібний.

## Факторы, указывающие на сексуальное насилие

Значение: 1 (красный) - высокая вероятность сексуального насилия 2 (зеленый) - возможно произошло сексуальное насилие 3 (синий) - одна из многих гипотез		
До 5 лет	От 5 до 12 лет	От 12 до 16 лет
<b>1</b> <b>Красный:</b> Рассказ о насилии Травмы гениталий Венерические болезни Яркие детали сексуальных действий (проникновение, оральная секс, эякуляция) Навязчивая мастурбация (не являющаяся нормальной) Сексуальные рисунки Сексуализированные игры, с откровенными действиями	<b>1</b> <b>Красный:</b> Беременность/аборт Рассказ о насилии Травмы гениталий Венерические болезни Откровенные сексуальные истории/стихи Показ своей наготы Мастурбация, не соответствующая контексту Беспорядочные отношения Попытки самоубийства Побег из дома Употребление алкоголя и (или) наркотиков Проблемы с половой идентичностью	<b>1</b> <b>Красный:</b> Рассказ о насилии Травмы гениталий Мастурбация груди/гениталий Беременность (до 14 лет) Венерические болезни (до 14 лет) Проституция Совершение сексуального насилия Проблемы с половой идентичностью
<b>2</b> <b>Зеленый</b> Боязнь отдельных людей Кошмары Хронические генитальные инфекции и инфекции мочевых путей Чувствительность (раздражительность) гениталий/ягодиц Страхи конкретных ситуаций Боязнь купания Боязнь переодевания Боязнь отхода ко сну	<b>2</b> <b>Зеленый</b> Поджоги Хронические генитальные инфекции и инфекции мочевых путей Чувствительность (раздражительность) гениталий/ягодиц Навязчивое желание помыться Депрессия Энурез Энкопрез(недержание кала)	<b>2</b> <b>Зеленый</b> Сексуальное хвастовство/истории/шутки Венерические болезни (до 14 лет) Беременность (до 14 лет) Бунт против мужчин (конкретного пола) Попытки самоубийства Членовредительство Прогулы Побег из дома Истериические симптомы Навязчивое желание

<p>3  <b>Синий</b>  Регрессия в развитии  Враждебное/агрессивное поведение  Психосоматические симптомы  ВИЧ</p>	<p>Анорексия  Нюхание клея  Кошмары  Прогулы  Необъяснимые большие суммы денег/подарки</p> <p>3  <b>Синий</b>  Боли в брюшной полости  Регрессия в развитии  Проблемы со сверстниками  Проблемы в школе  Психосоматические симптомы ВИЧ</p>	<p>помыться  Психические приступы  ВИЧ (хотя это не передается только половым путем)</p> <p>3  <b>Синий</b>  Депрессия  Анорексия  Отказ посещать школу  Проблемы со сверстниками  Проблемы с властью  Делинквентность (противоправные, антисоциальные действия)  Психосоматические симптомы</p>
---	---	--



Цю публікацію здійснено за підтримки благодійної програми “Сирітству - Ні!” Фонду Ріната Ахметова “Розвиток України”. Висловлені тут думки не є офіційною позицією фонду, а виражають бачення авторів тренінгу



Дніпропетровська обласна благодійна організація



2013 рік