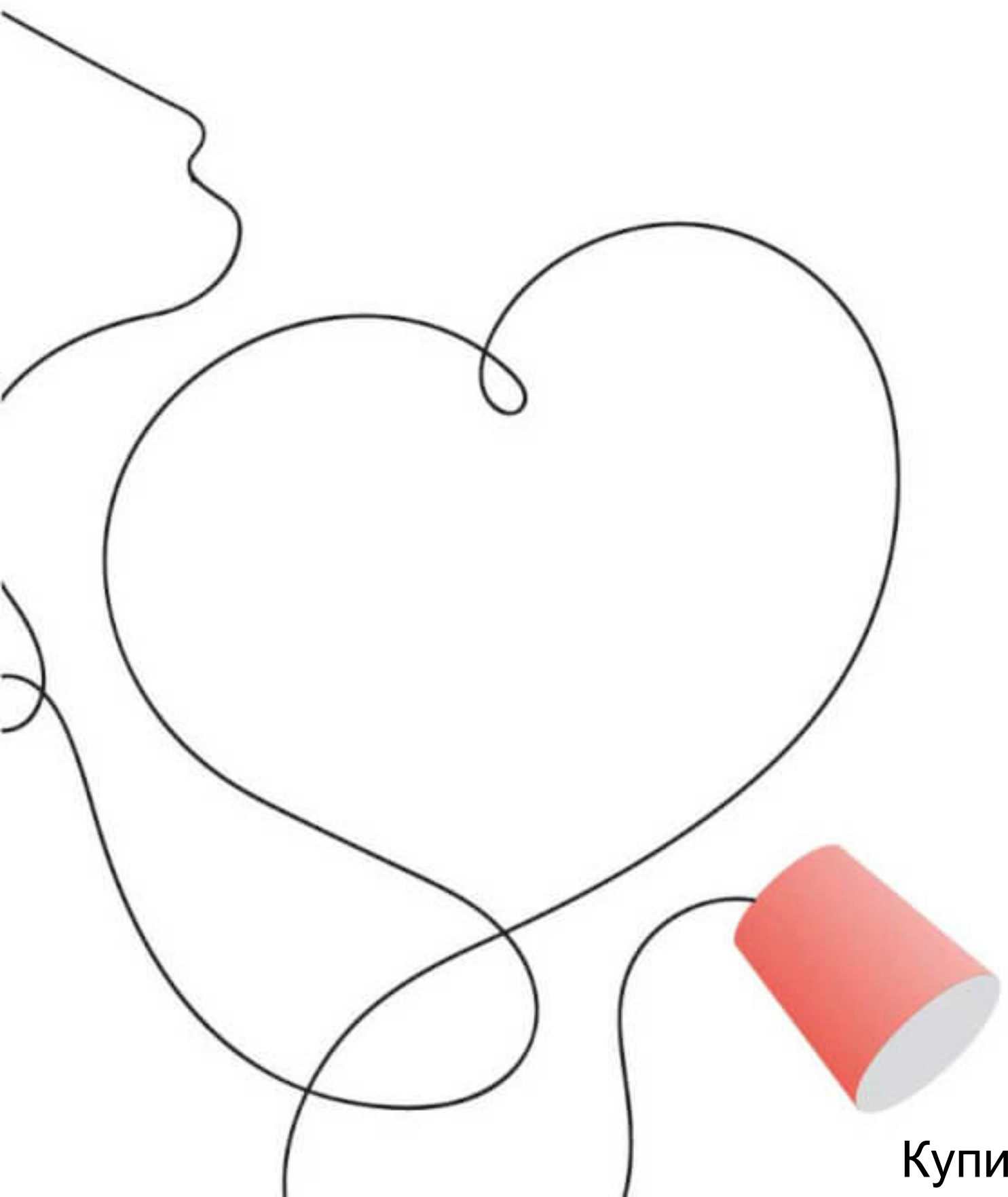


Людмила Петрановская

Тайная опора

Привязанность в жизни ребенка



Этапы большого пути

Среди всех существ, живущих на планете, у человека самое долгое детство. Понимание роли последнего помогает не создавать отравляющие жизнь ребенка и родителей проблемы и решать существующие. По мнению психолога Людмилы Петрановской, самый глубокий, точный и эффективный научный подход в этом направлении — теория привязанности.

Первым, кто обнаружил привязанность, был английский психоаналитик Джон Боулби (1907–1990), работавший с детьми сиротских приютов во время Второй мировой войны. Он отстаивал мысль, что младенцу нужна обеспечивающая защиту мама целиком, а не только ее грудь как источник пищи. Только в 1950-х годах после доклада Боулби, обобщающего его исследования и переведенного на десятки языков, право ребенка быть со своим взрослым стало осознаваться наравне с правом на безопасность: родителей стали пускать в детские больницы, сирот устраивать в приемные семьи, круглосуточные ясли и сады перестали считаться нормой, а отпуска по уходу за ребенком во многих странах удлинились. Позже привязанность стали изучать Мэри Эйнсворт, режиссеры документальных фильмов «Джон» и «Лора» Джеймс и Джойс Робертсон, Зденек Матейчек, автор книги «Не упускайте своих детей» Гордон Ньюфелд и др.

Людмила Петрановская через призму теории привязанности рассказывает о потребностях ребенка, из-за несвоевременного удовлетворения которых возникают риски. Этап за этапом она описывает «дорожную карту» взросления. Автор приводит результаты исследований, примеры из жизни, литературы и кино. Она дает практические советы родителям и тем, кто имеет дело с детьми, уточняя при этом, что если в ваших отношениях с ребенком что-то происходит иначе, доверяйте своей интуиции, движимой заботой и любовью. Ведь в книге невозможно описать все возможные варианты и ситуации — реальная жизнь сложнее даже самой проработанной теории.

От рождения до года

Вопрос жизни и смерти

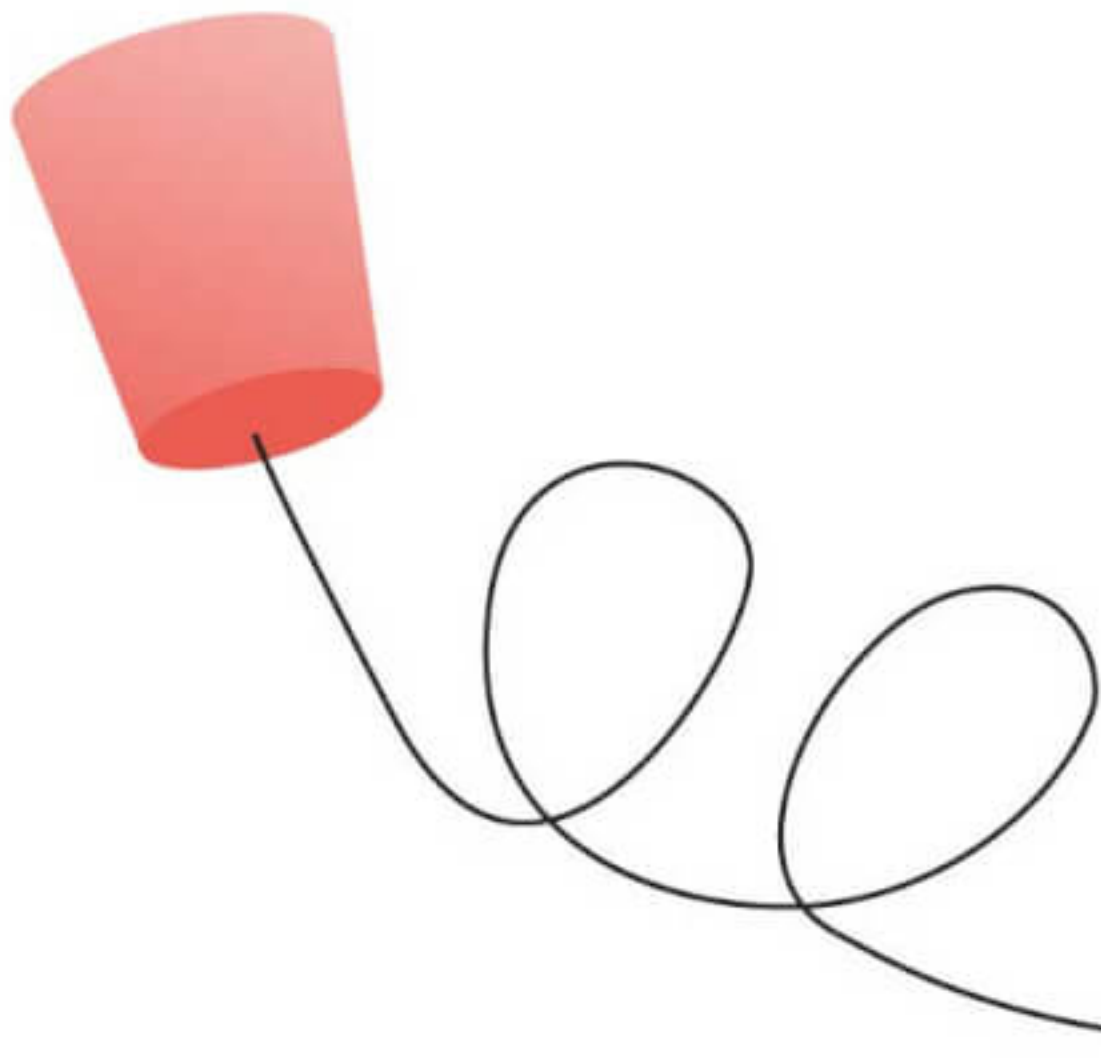
Каждый появившийся на свет младенец на инстинктивном уровне знает правила выживания, их два:

1. Сам по себе, без взрослого, который будет о тебе заботиться (кормить, согревать, защищать), ты не жилец: стань чьим-то или умри.

Джеральд Ньюмарк

Как воспитать эмоционально здоровых детей

How to Raise Emotionally Healthy Children
by Gerald Newmark



5

Купити книгу на сайті kniga.biz.ua >>>

Пять основных эмоциональных потребностей

Родительскому мастерству нельзя научиться раз и навсегда. С возрастом дети меняются, и родителям следует оперативно реагировать на эти изменения. Тем не менее у детей всех возрастов (как, впрочем, и у взрослых) есть пять основных эмоциональных потребностей: потребность в уважении, потребность чувствовать собственную значимость, потребность в принятии, потребность чувствовать связь с другими людьми и потребность в безопасности. Для родителей эти потребности — эталон, по которому можно и нужно корректировать свои действия, оценивать педагогические успехи, развивать сильные стороны и корректировать недостатки ребенка.

1. Потребность в уважении

Ребенку необходимо, чтобы его уважали как независимого человека, обладающего собственной волей и желаниями. В противном случае его самооценка будет низкой, а сам он будет груб и нетерпим к окружающим.

Удивительно, но многие родители обращаются со своими детьми так же, как их собственные родители обращались с ними, несмотря на то, что в детстве подобное обращение приводило их в ярость.

Фразу «Извини, солнышко, сейчас у меня нет ни одной свободной минутки» сказать так же легко, как «Прекрати меня дергать. Не видишь, я занят», но подействуют они на ребенка по-разному.

Отсутствие уважения может иметь разные формы.

Грубость и невежливое отношение. Взрослые нередко ведут себя с детьми как с людьми второго сорта.

Однажды автор наблюдал, как его друг общается с восьмилетним сыном. Мальчик что-то рассказывал отцу, когда зазвонил телефон. Отец, не сказав ребенку ни слова, снял трубку и завел долгий разговор. Когда ребенок попытался продолжить рассказ, отец прикрикнул на него: «Веди себя вежливо! Я разговариваю по телефону». На самом деле, невежливо вел себя отец, которому бы следовало сказать сыну: «Извини, Бобби, я только узнаю, кто звонит, и вернусь», — и если речь не идет о вопросе жизни и смерти,

Юлия Гиппенрейтер

Общаться с ребенком. Как?

Безусловное принятие ребенка

В основе гармоничных отношений с ребенком лежит принцип безусловного принятия. Безусловно принимать ребенка — значит любить его не за то, что он красивый, умный, успешный, послушный, а просто за то, что он есть. Многие проблемы между родителями и детьми начинаются с неосторожных высказываний вроде: «Если ты будешь хорошим мальчиком, я буду тебя любить» или «Пока ты не перестанешь драться (получать двойки, лениться), я не хочу с тобой общаться». Услышав эти фразы, ребенок решает, что любовь родителей к нему условна и возможна «только, если...».

Потребность в любви

Потребность в любви, в принадлежности, то есть нужности другому, — одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение — необходимое условие нормального развития ребенка. Ласковые взгляды, прикосновения и слова сообщают ребенку, как он вам дорог, важен, что он хороший. Психотерапевт Вирджиния Сатир утверждала, что четыре объятия в день необходимы человеку просто для выживания, а для хорошего самочувствия их нужно не менее восьми. Если ребенок не получает вербальные и невербальные знаки любви, у него появляются эмоциональные и поведенческие проблемы, которые могут перерасти в нервно-психические заболевания.

Вот несколько причин, которые мешают родителям проявлять любовь к детям:

- настрой на воспитание (я его испорчу, если буду обнимать, когда он плохо себя ведет);
- незапланированное появление ребенка на свет;
- ребенка делают ответственным за неудавшуюся семейную жизнь или карьеру.

Таким образом, ребенок становится заложником родительских комплексов, амбиций и неверных представлений о воспитании. Нередко именно родителям необходимо оказать психологическую помощь, чтобы они могли строить нормальные отношения с детьми.

У пятилетней девочки появились симптомы невроза, и ее мать обратилась за помощью к психологу. В разговоре женщина упомянула, что однажды дочь спросила ее: «Мама, а какая самая большая

