

О ЧЕМ МЫ НЕ СЛЫШИМ РЕБЕНКА, ИЛИ ВОЛШЕБСТВО ОСОЗНАННОГО БЕСКОНФЛИКТНОГО ВОСПИТАНИЯ

Новикова Н. С.

*ООО «Центр материнства и детства», Иркутск, Россия
E-mail: novnatserg@mail.ru*

Одна из причин, заставляющая родителей обратиться за помощью к психологу – неуправляемое поведение ребенка в двух случаях: либо капризы усилились, либо они только проявились. При этом возраст варьируется от 12 (18) месяцев до 18 лет, а звучит запрос следующим образом: «Что с ним происходит? Что сделать, чтоб ребенок меня слушался?»

Резкое изменение поведения ребенка – это «крик протеста» (услышьте меня). И это есть сигнал о начале возрастного кризиса свидетельствующего о необходимости изменения типа межличностного взаимодействия. Этап перестройки длится от нескольких дней (недель) до нескольких месяцев. В такие периоды дети начинают проявлять отчужденность путем разрыва эмоциональной близости с родителями в силу особенностей возраста или из-за сильных негативных переживаний в тех семьях, где существуют ограничения самостоятельности для ребенка, много запретов и установлены жесткие рамки выполнения тех или иных действий.

В норме ребенок отделяется от родителей, когда начинает проявлять самостоятельность в действиях (дотянуться, манипулировать), а также в способности менять свое положение в пространстве. Обычно это начинает проявляться в упрямстве достижения желаемого (хочу это, хочу делать это так), или же в отказе что-то делать, как реакция на указание к действию (не хочу это, не хочу делать это так). Данное поведение это попытка отстоять право на самостоятельность – я сам хочу решать: что делать, как делать и когда делать, которую ребенок демонстрирует и усиливает реакции, пытаясь добиться того, чтобы его услышали, поняли и дали то, что он хочет. Другими словами – любили.

Во многих семьях существует негласное правило по отношению к ребенку: «нет слова «хочу» или «не хочу», есть слова «надо» и «должен». При этом родители уверены в своей правоте и не осознают последствия такого воспитания. То есть большинство родителей или лиц их заменяющих относятся к процессу воспитания ребенка как к неосознанному механизму взаимоотношений, в основном полагаясь на интуитивное ощущение «хорошо/плохо», но при этом ребенок **должен** поступать так, как сказал взрослый человек.

В жизни наблюдаем две крайности неосознанного воспитания, приводящего к конфликту интересов взрослого и ребенка и к формированию у ребенка одной из двух позиций: «подчинение» с дальнейшим вопросом от родителей к специалистам – «Почему он неуверенный» или «борьба» с запросом – «Он не управляемый. Сделайте что-нибудь».

Осознание того, что «Поведение моего ребенка это результат моих взаимоотношений с ним», приходит не к каждому родителю. Многие ждут, что все пройдет само собой, а некоторые из них хотят, чтобы психолог совершил чудо с ребенком и тот сразу бы изменился. Чудо есть, но его делают сами родители, начиная осознавать последствия своего отношения к ребенку и понимая механизмы этого взаимоотношения (воспитания).

Для того чтобы произошло чудо и воспитание было без конфликтов, требуется осознанность всего трех моментов: во-первых, осознанное понимание системы чувств ребенка: «Ребенок хочет, чтобы вы его любили», т. е. услышали, поняли и дали/разрешили делать то, что он хочет. Во-вторых, осознанное понимание системы действий ребенка: «Что хочет делать ребенок?», а он хочет сам решать: что делать, как делать и когда делать. Данное желание возникает, начиная с 1,5 лет (или ранее), когда он научается сам чему-то (дотыгиваться, манипулировать, менять положение в пространстве). В-третьих, ребенок хочет, чтобы родители контролировали его жизнь с помощью прочных воспитательных мер и наказаний, а не ждали от него решения относительно цели действия. Например, на вопрос: «Мы пойдем гулять?», «Ты хочешь яблочко?», ребенок чаще будет отвечать отрицательным «нет» либо, согласившись, потом поменяет решение и опять вернется к первому, т. е. будет сопротивляться, но при этом хотеть предложенное. Возникнет внутренний конфликт интересов и это вызовет бурю отрицательных чувств и эмоций у обеих сторон.

При осознанном взаимодействии воспитательные меры включают физическое или моральное давление на ребенка. Родители передают ребенку самому право выбора в принятии решения – будут положительные последствия или отрицательные. И это произойдет в зависимости от решения и действия самого ребенка. Если решение несет отрицательные последствия, то только для самого ребенка и сто процентов относится к самому проступку (действию ребенка).

Приемы осознанного воспитания.

1. Начинать осознанное бесконфликтное воспитание следует с развития психической адаптации к взаимодействию с окружающим миром с 0–1 месяца: водные процедуры; воздушные ванны;

массаж тела, рук, ног и лица; физические игры (манипулирование руками и ногами). Далее, с 1–3 месяцев, помогать вырабатывать разнообразные способы аутостимуляции для поддержания положительных эмоций при контакте со средой: ловить взгляд ребенка после пробуждения и разглядывать его глаза 10–20 секунд; предупреждать о звуках и затем их издавать (голос, предметы, животные, явления природы), предупреждать о смене места в пространстве и менять его (вверх, вправо, вниз, на кровать, на пол и т. д.) при этом постоянно одобрять улыбкой и интонацией. С 3–6 месяцев, формировать активную адаптацию к новым условиям отделения от мамы: игры в прятки с мамой (лицо, полтела, вся мама); близко подносить свое лицо к лицу ребенка и медленно отодвигать. С 6 месяцев помогать налаживать эмоциональное взаимодействие с другими людьми: взрослому человеку управлять своей мимикой и контролировать поведение ребенка с ее помощью (улыбка – одобрение, хмуриться – порицание, удивление – интерес), использовать жесты (хлопки в ладоши – одобрение, покачивание указательного пальца – порицание, кисть показывает на предмет – интерес/внимание) и т. п.

2. С 1,5 лет и до (16) 18 лет продолжаем поддерживать чувство, что любим ребенка через прием «Зеркало»: 1) Меня услышали – стопроцентно проговорить ребенку его слова, начиная с обращения к нему по имени: «Миша, ты сказал "...»»; 2) Меня поняли – проговорить желание и чувства, которые ребенок испытывает и демонстрирует в данный момент и объяснить, почему он их испытывает: «Ты сейчас ... потому, что ...»; 3) Мне разрешили это чувствовать и делать – разрешаем, но ограничиваем вариантом выбора – «Злишься – это нормально, потому, что..., но ...» (см. ниже).

3. Следующий прием направлен на действия ребенка – «Вариант выбора»: во избежание сопротивления и протеста предлагать варианты выбора, относительно всех жизненных ситуаций, но к той цели, которая нужна вам для воспитательного процесса. То есть вместо запретов и ограничений предлагать разрешающую альтернативу, направленную на разрешение по: действию (как); месту выполнения (где); времени выполнения (когда) и сроков выполнения (сколько длится).

4. И завершающий прием контроля и помощи: 1) контроль: «если – то»; 2) помощь: «тебе помочь?». При контроле необходимо устанавливать правила и требовать их выполнения, претворяя в жизнь оговоренное наказание. Предупреждать о возможном наказании трехкратно, и только если изменения отсутствуют – применить. Наказание соответствует проступку 100 % и несет отрицательные последствия только для самого ребенка. Обязательно

сделать то, что сказали. Наказание длится от нескольких минут, часов, дней, до двух недель. Если капризничает и отрицает «Не хочу» – отвечайте спокойно (даже с равнодушием) – «Я не спрашиваю – хочешь или не хочешь. Я предлагаю выбрать, что ...». Предлагайте помощь и свободу ее принятия. «Если нужна помощь – попроси», но ошибкой будет бросаться выполнять то, что ребенок попросил. Уточните – «Чем тебе помочь?» и помогите только в этом маленьком моменте, где ребенок испытывает затруднение, а затем передайте завершение ему самому – «Дальше сам».

Каждый раз дети испытывают родителей на «прочность» воспитательных мер и наказаний, а также на доверие к себе с их стороны. Они пытаются делать что-то неприятное или недозволенное или говорить ложь только для интереса или для эксперимента. Они «пробуют отношения “на вкус”» и эта игра перерастает в понимание, что манипуляции эмоциями и поведением – неотъемлемая часть жизни человека.

Использование приемов осознанного бесконфликтного воспитания может полностью, как по волшебству, изменить ситуацию в семье и минимизировать проявления возрастных кризисов в сроки от одного дня до двух недель.

Литература

1. Алексеева Е. Е. Психологические проблемы детей дошкольного возраста. Как помочь ребенку? : учеб.-метод. пособие. 2-е изд. СПб. : Речь, 2008. 283 с.
2. Валитова И. Е. Психология развития ребенка дошкольного возраста: Задачи и упражнения : учеб. пособие. Минск : Універсітэцкае, 1997. 160 с.
3. Жураковский Г. Е. Педагогические идеи А. С. Макаренко / под ред. и с ввод. ст. Ш. И. Ганелина. М. : Акад. пед. наук РСФСР, 1963. 328 с.
4. Кроха : пособие по воспитанию, обучению и развитию детей до трех лет / Г. Г. Григорьева [и др.]. 6-е изд. М. : Просвещение, 2004. 253 с.
5. Овчарова Р. В. Тренинг формирования осознанного родительства : метод. пособие. М. : Сфера, 2008. 256 с.
6. От ноля до семи / А. С. Лавров [и др.]. М. : Знание, 1966. 285 с.
7. Сигел Э., Сигел Л. Как воспитывать дошкольника : пер. с англ. М. : Росмэн, 1998. 173 с. (Серия «Советы родителям»).
8. Фонтенел Д. Проблемы переходного возраста : пер. с англ. М. : Росмэн, 1998. 188 с.
9. Хямяляйнен Ю. Воспитание родителей: Концепции, направления и перспективы : кн. для воспитателей дет. сада и родителей : пер. с финн. М. : Просвещение, 1993. 112 с.
10. Юзефович Г. Я., Соколова В. Н. Трудные дети: Беседы для родителей. Хабаровск : Кн. изд-во, 1982. 112 с.