

«

-

-

»

**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ПОРТФЕЛЬ
ДЛЯ ЗАМЕЩАЮЩИХ РОДИТЕЛЕЙ**

- 2017

ББК 60.561.51

УДК 301.151

347.633

Рецензенты:

Ральникова И.А., д.пс.н., заведующая кафедрой социальной психологии АГУ

Соколова Е.В., к.пед.н., заместитель директора по НМР БГОУ РА «Горно-Алтайский педагогический колледж»

Психолого-педагогический портфель для замещающих родителей. / Автор-составитель Колпакова Н.В. – Барнаул: Изд-во ООО «Арбат» 2017. – 96 с.

Методическое пособие «Психолого-педагогический портфель для замещающих родителей» (далее - Портфель) предназначен для самостоятельной подготовки граждан, выразивших желание стать опекунами или попечителями несовершеннолетних граждан либо принять детей, оставшихся без попечения родителей, в семью на воспитание в иных установленных семейным законодательством Российской Федерации формах, кандидатов в замещающие родители. Кроме того, содержание Портфеля раскрывает темы, способствующие повышению психолого-педагогической грамотности и компетентности родителей, принявших на воспитание ребенка, лишенного родительской ласки и заботы. Содержание предлагаемого материала систематизировано по темам: «Особенности психического развития детей», «Что такое депривация и как она влияет на развитие ребенка?», «Как помочь приемному ребенку адаптироваться в замещающей семье?», «Ответственное материнство и отцовство», «Организация конструктивного взаимодействия родителей и детей», что способствует установлению благоприятного психологического микроклимата, позитивных взросло-детских взаимоотношений и взаимопонимания, формированию психологической культуры семьи.

Лучший способ сделать ребенка хорошим – это сделать его счастливым.
(Оскар Уайльд)

*Дети начинают с любви к родителям.
Взрослея, они начинают их судить. Иногда они их прощают.*
(Оскар Уайльд)

Дети – это цветы жизни, которые рождаются головками вниз.
(Сент Экзюпери)

*Когда у Сент Экзюпери спросили: «Стоит ли баловать детей?»,
он ответил: «Неприменно балуйте, неизвестно, какие испытания
им приготовила жизнь».*

Детям больше нужен пример для подражания, чем критика.
(Ж. Жубер)

Дети никогда не слушались взрослых, но зато исправно им подражали.
(Д. Болдуин)

*Каждое дитя до некоторой степени гений
и каждый гений до некоторой степени дитя.*
(А. Шопенгауэр)

*Родители не понимают, как много вреда они причиняют своим детям,
когда, пользуясь своей родительской властью,
хотят навязать им свои убеждения и взгляды на жизнь.*
(Ф.Э. Дзержинский)

*От пятилетнего ребенка до меня только шаг.
От новорожденного до меня страшное расстояние.*
(Л.Н. Толстой)

*Мы, взрослые, не понимаем детей, так как мы не понимаем уже больше
своего собственного детства.*
(Фрейд Зигмунд)

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
Введение	- 5
Тема «Особенности психического развития детей»	- 6
Тема «Что такое депривация и как она влияет на развитие ребенка?»	- 30
Тема «Как помочь приемному ребенку адаптироваться в замещающей семье?»	- 38
Тема «Ответственное материнство и отцовство»	- 45
Тема «Организация конструктивного взаимодействия родителей и детей»	- 56
Тема «Основы саморегуляции»	- 75
Приложение 1	- 79
Приложение 2	- 80
Приложение 3	- 84
Словарь понятий	- 87
Литература	- 90
Интернет-ресурсы	- 91
Задания для самостоятельной работы	- 92

ВВЕДЕНИЕ

В последнее десятилетие обеспечение благополучного и защищенного детства стало одним из основных национальных приоритетов России. В посланиях Президента Российской Федерации Федеральному Собранию Российской Федерации поставлены задачи по разработке современной и эффективной государственной политики в области детства. Решение проблем защиты детства отражено в Концепции долгосрочного социально-экономического развития Российской Федерации на период до 2020 года, Концепции демографической политики Российской Федерации на период до 2025 года.

Государство призвано обеспечивать социальную защиту ребенка, лишенного родительского попечения, предлагая несовершеннолетним различные формы семейного жизнеустройства.

Одним из реальных путей оказания социальной и психолого-педагогической поддержки детям, лишенным возможности воспитываться в кровных семьях, является развитие института замещающей семьи.

В Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы отражены меры, направленные на защиту прав и интересов детей-сирот, детей, оставшихся без попечения родителей, а именно: улучшение качества подготовки потенциальных замещающих родителей в целях исключения возврата детей из замещающих семей в учреждения интернатного типа и применение обязательного психологического тестирования для кандидатов в опекуны, попечители, усыновители.

Замещающие родители должны обладать определенными компетенциями: способностью защитить права и интересы приемных детей, умением создать благоприятные условия жизнедеятельности, которые обеспечат процесс успешной психологической адаптации и социализации приемного ребенка.

Уважаемые родители, Вы принимаете ответственное решение – воспитывать ребенка, лишенного родительского тепла и ласки. Предлагаемый для изучения Портфель позволит Вам понимать внутренний мир приемного ребенка, удовлетворять его потребности и выстраивать эмоционально благоприятные отношения в семье. Желаем Вам успехов!

Тема «ОСОБЕННОСТИ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ»

Психическое развитие ребенка – показатель детской адаптивности и соответствия своему возрасту в физическом, социальном, умственном и эмоциональном плане. Взрослым важно при выборе педагогических воздействий учитывать приобретенные психологические новообразования, социальную ситуацию развития и потребности, которые доминируют у ребенка. Рассмотрим более подробно детское развитие, начиная с жизни до рождения.

Жизнь до рождения

Психическая жизнь ребенка начинается задолго до рождения. Она отличается от жизни взрослого. У эмбриона постепенно формируются структуры мозга, которые также постепенно достигают зрелости и учатся анализировать поток сигналов, который непрерывно воздействует изнутри и снаружи.

Уже на 3-4 месяце внутриутробного развития всем своим телом (а не ушами, как это делает взрослый), эмбрион ощущает биение сердца матери. Он равномерно покачивается при каждом шаге матери (потому-то дети так любят укачивания после рождения). Внутренняя жизнь организма матери составляет для него тот неотъемлемый фон, который в дальнейшем будет ассоциироваться со спокойствием и расслаблением. Именно поэтому после рождения ребенок с таким удовольствием лежит на животе матери и легко успокаивается каждый раз, когда его берут на руки и прижимают к груди. Привычный комплекс ощущений рефлексивно вводит его в состояние спокойствия (Е.И. Николаева, 2003).

К 9 неделям эмбрион может шевелиться. Он делает более 50 движений в час, то есть фактически каждую минуту можно отметить то или иное движение. Ребенок изгибается, вытягивает тельце, поворачивает голову, сокращает и выпрямляет ручки, ножки, даже меняет мимику лица. Движения все более и более усложняются по мере роста. У одной и той же матери каждый последующий ребенок имеет больше места для движения, что позволяет последнему быть более активным по сравнению с первым.

К концу третьего месяца внутриутробного развития плод зевает, сосет и глотает, чувствует запах и прикосновения. (В.Г. Каменская, 2005).

Осязание развивается раньше других чувств потому, что плод может касаться всем телом стенок амниотической полости, сосать палец руки и даже ноги, дотрагиваться до своего тельца. Рано формируется и его вкус. Ежедневно плод проглатывает до половины стакана амниотической жидкости, в которой есть множество веществ, стимулирующих рецепторы полости рта.

Внутреннее ухо формируется в 8 недель, наружное ухо и слуховой анализатор развиваются только к 5 месяцам. Но слышать звуки вне тела матери плод начинает после 7 месяцев. Звук, проходя через оболочки и амниотическую жидкость, меняется. Тем не менее, уже в конце пребывания в утробе матери ребенок становится полноценным участником всех коллизий, которые происходят в семье его родителей. Кроме звука на него при этом будет действовать изменение состава крови матери, зависящее от переживаемых ею эмоций. Все это будет воспринято ребенком как необходимые условия жизни, которые в дальнейшем могут рассматриваться как эталонные.

Итак, сначала ребенок узнает мать «изнутри», реагируя вместе с ней на все приятные и неприятные моменты ее жизни, участвуя в ее тревогах и переживаниях. Это не значит, что он может понимать или сочувствовать этим состояниям: он лишь их участник, поскольку частота его сердцебиений и полноценность существования напрямую определяются составом крови матери, который меняется, когда ей спокойно, хорошо или плохо. Именно состояние матери оказывает максимальное воздействие на ребенка. Ритм ее сна и бодрство-

вания предопределяет многие его ритмы, пережитые ею стрессовые ситуации, вызывают повышенную чувствительность ребенка к стимуляции после рождения.

Сразу же после рождения малыш наделен многими важными способностями, которые позволяют ему адаптироваться в новом мире. Одним из таких генетически обусловленных механизмов считается способность запечатлевать образ своего родителя. Он назван импринтингом (от англ. *imprint* – *оставлять след, запечатлевать, отмечать*).

Согласно исследованиям ученых период формирования образа родителя у ребенка составляет первые несколько часов (большая часть исследователей склоняется к тому, что не более 5 часов). Это означает, что совместное пребывание ребенка с матерью и отцом в этот момент является прочной основой формирования будущих отношений (Е.И. Николаева, 2003).

Жизнь после рождения. Кризисы и стабильные периоды жизни.

Новорожденный ребенок вызывает массу внимания со стороны родителей, хочется постоянно наблюдать за его изменениями и многие начинают вести «дневник развития ребенка». При этом родителям важно знать, что ребенок развивается неравномерно. Есть периоды относительно спокойные или стабильные, во время которых ребенок накапливает количественные изменения, а есть, так называемые, критические, когда накапливаются качественные изменения, Рассмотрим эти периоды более подробно.

К началу каждого периода складывается неповторимое отношение ребенка с окружающей действительностью – «социальная ситуация развития». Она закономерно определяет его образ жизни, что ведет к возникновению новообразований. Новообразования влекут за собой новую структуру сознания ребенка, изменение отношений с окружающим миром, другими людьми и самим собой.

Кризис – это необходимый и закономерный период в жизни ребенка, когда накапливаются изменения в поведении и развитии и происходит пере-

ход на качественно новый этап. Каждый кризис, чаще всего, сопровождается негативными проявлениями: приступами упрямства, непослушания, капризами.

Для критических периодов характерны следующие особенности:

- границы, отделяющие начало и завершение кризиса от смежных периодов, очень условны, очень трудно определить момент наступления и окончания кризиса;
- часто наблюдается строптивость, возрастание количества конфликтов с окружающими, у детей школьного возраста - снижение успеваемости и работоспособности, внутренняя жизнь ребенка в это время связана с мучительными переживаниями;
- отмечается, что во время кризисов, совершается скорее разрушительная, нежели созидательная работа, ребенок не столько приобретает, сколько утрачивает из приобретенного прежде.

Взаимодействие ребенка с социальной средой является не фактором, а источником развития. Все, чему научится ребенок, должны дать ему окружающие люди. Важно при этом, чтобы обучение (в самом широком смысле) шло с «опережением». У ребенка есть некий уровень актуального развития (например, он может решить задачу самостоятельно, без помощи взрослого) и уровень потенциального развития, то есть в сотрудничестве с взрослым.

Рассмотрим каждый из периодов более подробно.

Кризис новорожденности (0-2 месяца).

Ребенок после рождения максимально социальное существо. *Социальная ситуация* новорожденного специфична и неповторима и определяется двумя моментами. С одной стороны, это полная биологическая беспомощность ребенка; он не в состоянии удовлетворить ни одной жизненной потребности без взрослого.

С другой стороны, при максимальной зависимости от взрослых, ребенок лишен еще пока основных средств общения в виде человеческой речи.

Что же входит в образ родителя для новорожденного? Известно, что он плохо видит. Точнее, глаза его могут различать внешний сигнал, но мозг еще не готов этот сигнал обрабатывать. Мышцы хрусталика еще ни разу не сокращались, чтобы изменить его кривизну и сфокусировать изображение на сетчатке, а потому изображение, формируемое мозгом, по большей части размытое. Показано, что лучше всего ребенок видит объект, расположенный примерно на расстоянии 19 сантиметров, то есть на таком расстоянии, на котором ребенок видит лицо матери, когда она держит его на руках (Е.И. Николаева, 2003). Поэтому любой новорожденный из всех объектов мира выбирает лицо любого человека.

Мозг не научился переворачивать изображение, полученное на сетчатке, поэтому образ не только размыт, но и перевернут. Однако у ребенка функционируют участки мозга, отвечающие за обработку других сенсорных сигналов: тех, которые мозг уже принимал и обрабатывал в утробе матери. Все ощущения, относящиеся к этой сфере, исходящие от взрослого, и составляют образ родителя. Теперь именно этот комплекс станет значимым, а ребенок будет активно искать (в меру его возможностей) в окружающем все похожее на него.

Основное новообразование – возникновение индивидуальной психической жизни ребенка. Новое в этом периоде то, что, во-первых, жизнь становится индивидуальным существованием, отдельно от материнского организма. Вторым моментом является то, что она становится психической жизнью.

Проявляется новообразование в форме *комплекса оживления*, который включает в себя следующие реакции:

- общее моторное возбуждение при появлении взрослого;
- использование крика, плача для привлечения внимания к себе, возникновение инициативы общения;
- обильные вокализации (звуки, с помощью которых дети стараются удержать мать возле себя);
- реакция улыбки.

Отсутствие комплекса оживления – диагностический признак задержки психического развития ребенка.

Младенческий возраст (2 месяца – 1 год)

Социальная ситуация психического развития ребенка в младенчестве – единство комфорта ребенка и взрослого, социальная ситуация «МЫ». *Потребность возраста* – потребность в безопасности, защищенности, которые обеспечивает взрослый. Если ребёнок чувствует себя в безопасности, то он открыт окружающему миру, доверяет ему и осваивает его смелее. Если нет, – ограничивает взаимодействие с миром замкнутой ситуацией. Таким образом, у ребенка формируется чувство доверия или недоверия к окружающему миру (людям, вещам, явлениям). При дефиците внимания, любви, ласки, при жестоким обращении у детей возникает чувство отчужденности.

К году ребёнок произносит первые слова, в это время закладываются основы речевых навыков, проявляющиеся в гулении, ворковании, лепете, жестах, а затем и в первых словах. К концу первого года ребенок начинает ходить и это имеет для него важное значение, наступает период «ходячего детства». Сначала ребенок нуждается в поддержке взрослых, но со временем он становится более автономным.

Кризис 1 года.

Кризис одного года характеризуется освоением речевого действия. *Новообразованием кризиса является появление автономной речи.*

К концу первого года жизни ребенок начинает понимать и разделять: я – ребенок, ты – взрослый, и мы разные. К году уже сформирована некоторая степень самостоятельности: ребенок свободно передвигается и взаимодействует с предметами, находит много интересных вещей и узнает, что некоторыми из них ему нельзя пользоваться. При столкновении с запретами со стороны родителей, ребенок начинает бунтовать, капризничать, упрямиться, все эти проявления и есть симптомы кризиса 1 года жизни.

В этот период происходит столкновение воли ребенка и воли родителя, малыш стремится к самостоятельному изучению окружающего мира, но постоянно ограничен нормами и правилами. Чем больше родители запрещают малышу, чем больше возражают его желаниям, тем более глубоким становится кризис.

Если взрослые проявляют спокойствие, терпение, гибкость по отношению к желаниям малыша, то первый переходный этап проходит легче и быстрее завершается. Главное - научиться понимать ребенка, и это облегчит протекание кризиса не только для него, но и для родителей.

Раннее детство (1 – 3 года)

Основная потребность раннего возраста – познание окружающего мира через действия с предметами. В раннем возрасте у ребёнка складывается новая ситуация развития «ребенок – предмет – взрослый». Ребенок нуждается во взрослом как носителе опыта действий с предметами, ему интересно все трогать и при этом взаимодействовать со взрослым. Взрослый выступает для ребенка соучастником предметной деятельности и игры.

Кроме того, у детей раннего возраста актуализируется потребность в любви. Дети в возрасте от 1 до 3 лет все еще зависят от родителей, они постоянно хотят чувствовать физическую близость отца и матери. Ведущая роль в удовлетворении базовой потребности отдается родителю противоположного пола. (Р.П. Ефимкина, 1995).

Выделяют следующие характеристики общения ребенка раннего возраста со взрослыми:

- инициативность по отношению к старшему, привлечение его внимания к своим действиям;
- направленность на сотрудничество со взрослым по поводу предметного мира;
- открытое и доверчивое отношение со взрослым, проявление любви и отклик на нее;

- эмоциональное реагирование на оценку и критику взрослых;
- активное использование речи во взаимодействии с окружающими.

В раннем возрасте возникают первые представления о себе, о частях своего тела, но обобщить их ребенок пока не может. К полутора годам он начинает узнавать себя в зеркале, осваивает идентичность отражения своей внешности. К 3 годам с помощью зеркала ребёнок получает возможность формировать своё представление о себе настоящем. Трёхлетний малыш начинает использовать местоимение «я», усваивает своё имя, пол – мальчик он или девочка. Подобные знания дети получают из наблюдений за поведением родителей, старших братьев и сестёр. Это позволяет ребёнку понять, какие формы поведения в соответствии с его половой принадлежностью ожидаемы в обществе. У детей от 1 до 3 лет наблюдается большой диапазон страхов: перед животными или движущимися машинами, многие боятся спать в отдельной комнате.

Кризис трех лет.

Кризис трех лет – кризис строптивости. Относится к числу острых, связан с самосознанием ребенка и протекает как кризис социальных отношений.

Наиболее очевидным симптомом наступления кризиса является возникновение негативизма в поведении ребенка, и это не имеет отношения к обычному непослушанию. Негативизм вынуждает ребенка поступать вопреки своему желанию, его поведение идет не так, как предлагают взрослые. Это реакция не на содержание действия, а на само предложение со стороны взрослых. Ребенок отказывается делать что-либо только потому, что его об этом просят. Негативизм всегда социально окрашен, т.к. он обращен к взрослому. Кроме того, ребенок всегда поступает наперекор своему собственному желанию.

Следующим характерным симптомом кризиса является упрямство в поведении. Если негативизм следует отличать от непослушания, то упрямство не стоит путать с настойчивостью. Упрямство - это такая реакция, когда ребенок настаивает не потому, что этого очень хочет, а потому, что он это по-

требовал. Мотивом упрямства является то, что ребенок связал себя первоначальным решением: «Я так сказал!».

Третий симптом кризиса - строптивость. Иногда этот возраст так и называют - возраст строптивости, которая направлена против норм воспитания, установленных для ребенка, против его сложившегося ранее образа жизни. Строптивость, в отличие от негативизма, это общий протест против привычного образа жизни, норм воспитания. Ребенок недоволен всем, что ему предлагают.

Четвертый симптом – своеволие и своеобразие в поведении ребенка. Оно заключается в стремлении к самостоятельности, это постоянное «Я сам!» Он действительно хочет все сделать сам. И подавить в нем это - значит обречь его на вечную зависимость: сначала от папы с мамой, затем от сверстников и других окружающих. Подавить эту тенденцию - значит породить у ребенка сомнение в собственных силах и возможностях.

Пятый симптом кризиса – бунт это протест. Ребенок все больше и чаще проявляет в поведении протестующий характер. Он воюет с окружающими, находится в постоянном конфликте с ними. Наблюдаются частые ссоры с родителями.

Шестой симптом – обесценивание, что часто проявляется в обзывании, ненормативной лексике. Ребенок употребляет ругательные слова на мать и отца. Ребенок старается обесценить буквально все - от игрушек, с которыми он играл до родителей, которые его воспитывают.

Седьмой симптом кризиса - стремление к деспотизму. У ребенка появляется желание проявлять деспотическую власть по отношению к окружающим. «Мама всегда должна сидеть дома!» - одно из возможных высказываний подобного рода. Ребенок изыскивает тысячи способов, чтобы проявить свою власть над другими, он все время стремится вернуться к тому состоянию, когда каждое его желание исполнялось. В семье с несколькими детьми этот симптом может быть замещен ревностью по отношению к младшим или старшим.

Все симптомы кризиса вращаются вокруг центральной оси «Я». Ребенок более не желает ходить за руку с взрослыми, он хочет ходить самостоятельно.

Наиболее остро переживают кризис те дети, которых опекают или слишком ограничивают строгими мерами наказания.

Как же могут родители помочь ребенку пережить кризис трех лет?

Родителям необходимо придерживаться общей линии воспитания, предоставлять самостоятельность в соответствии с его возможностями, но при этом и учить жить по правилам, устанавливать четкие ограничения и запреты (нельзя выходить из дома, открывать входную дверь и окна, выбегать на проезжую часть улицы, трогать включенный утюг и т.д.). Запретов не должно быть слишком много.

В этом возрасте происходит разделение линий психического развития мальчиков и девочек, у них разные типы ведущей деятельности. У мальчиков на основе предметной деятельности формируется предметно-орудийная. У девочек на основе речевой деятельности – коммуникативная (Р.П. Ефимкина, 1995).

Предметно-орудийная деятельность мальчиков включает зачатки конструирования, в результате чего у них лучше развито отвлеченное, абстрактное мышление.

Коммуникативная деятельность девочек предполагает освоение логики межличностных отношений, что указывает на преобладание у них социального мышления, сфера проявления которого – общение людей. У девочек тоньше интуиция, такт, они более склонны к эмпатии.

При выборе воспитательных воздействий следует избегать авторитарности, общения в форме приказов, что приводит к негативизму ребенка и конфликтным ситуациям. Ребенок очень нуждается в подчеркивании успешности, что помогает ему воспринимать собственные достижения. Специалисты утверждают, что если на этапе кризиса 3 лет родители предоставляют

ребенку возможность действовать самостоятельно, из него вырастает целеустремленный, самостоятельный человек с адекватной самооценкой.

Дошкольное детство (3 – 7 лет)

В дошкольном возрасте основным видом деятельности является игра, которая возникает к 3 годам, когда ребёнок начинает мыслить целостными образами – символами реальных предметов, явлений и действий. На первом этапе игра представляет собой копирование действий и поведения взрослых. Игрушки в это время являются моделями предметов, с которыми «играют» взрослые. Затем появляется сюжетная игра. Ребёнок в процессе её воспроизводит сюжеты действий. В центре внимания не роль, к примеру, врача, а действия, имитирующие действия врача. Игрушки в это время являются моделями предметов, с которыми «играют» взрослые. Это так называемая **сюжетная игра**.

В среднем дошкольном возрасте – **ролевая игра**, она преобладает вплоть до 6-7 лет. Самое главное для ребенка – ролевая идентификация, сюжет отходит на задний план. Смысл игры заключается в распределении ролей. В игре он имеет возможность прожить то, что для него является закрытым в мире взрослых.

В старшем дошкольном возрасте появляется **игра с правилами**. Теперь ребенок не только берет роли, но и удерживает правила, начинает регулировать своё поведение правилами.

Новообразованием дошкольного возраста являются **комплексы готовности к школьному обучению**:

- коммуникативная готовность;
- когнитивная готовность;
- уровень эмоционального развития;
- технологическая оснащенность;
- личностная готовность.

Кризис 7 лет.

Это кризис саморегуляции, напоминающий кризис 1 года.

Кризис 7 лет во многом имеет социальное происхождение и связан с началом школьного обучения.

Новообразования кризиса 7 лет:

Потеря непосредственности, ребёнок обретает свободу от происходящей ситуации. **Эту свободу** ребенку предоставляют *произвольность и опосредованность* своей психической жизни. Именно в этом возрасте у детей появляется способность вести себя произвольно в разных сферах жизнедеятельности. Ребенок начинает понимать и осознавать собственные переживания. Л.С. Выготский подчеркивал существенную разницу между переживанием тех или иных чувств (радости, обиды, огорчения и пр.) и *знанием, что «я их переживаю»* («я радуюсь», «я огорчён», «я сердит»). В семь лет возникает осмысленная ориентировка в собственных переживаниях, *их обобщение*: ребёнок открывает «логику чувств». Требовательность к себе, самолюбие, самооценка, уровень запросов к своему успеху возникают именно в этом возрасте и являются следствием осознания и обобщения своих переживаний. Эти образования начинают опосредовать действия и поступки ребёнка.

Кроме того, ребенок стремится к тому, чтобы воспринимать модель поведения, образцы мысли и действия от значимого взрослого, т.е. от учителя. В целом, кризис 7 лет способствует освоению новых социальных ролей. Ребенок включается в вертикальные отношения «учитель – ученик» и горизонтальные отношения – умение подчинять себе младших. Ребенок осваивает социальные нормы в школе и переносит их в отношения с братьями и сестрами дома.

У ребенка в кризисе 7 лет наблюдается полярное поведение, как и в кризисе 3 лет: то ведет себя как взрослый и независимый, то - как малыш, который хочет на ручки. И эта полярность – признак взросления.

Выбирая методы воспитания, очень важно не терять спокойствия, видя, как ребенок провоцирует, настойчиво говорить «нет», проговаривать ребенку

последствия его самостоятельности. Вместе с тем, ребенка необходимо научить быть самостоятельным, не выполняя за него задания, особенно учебные. Учебная самостоятельность достаточно сложный навык, состоящий из нескольких блоков: планирования, формулирования задачи, выполнения, блок проверки. Именно этому необходимо научить ребенка за период начальной школы на материале разных предметов.

Младший школьный возраст (7-11 лет)

В младшем школьном возрасте ведущей деятельностью становится учебная.

Родители на этапе планирования могут оказывать помощь в зоне ближайшего развития школьника, например, предложив ему следующую формулировку: «Давай придумаем время, и ты заложишь в свой телефон, когда тебе пора делать уроки». Далее можно изменить формат планирования, определив четкий режим дня, распределив время на разные виды жизнедеятельности.

Этап формулирования задач вызывает сложность, если ребенок затрудняется в прочтении письменных заданий или того, что сказал учитель. Здесь, в зоне ближайшего развития, можно предложить ребенку объяснить, что надо сделать в задании. Полезно ставить ребенка в отношении уроков в экспертную позицию: он – эксперт, а мама или папа – помощники, при необходимости. При выполнении следует помочь ребенку оценить, можно ли это задание выполнить за более короткое время. Если задание большое, то разбить его на части, с которыми ребенок справится легко. Такая организующая помощь обеспечивает ребенку возможность направлять усилия в нужном направлении. Если видите, что примеров очень много, предложите ребенку: «Давай сначала сделаешь столько-то, а после небольшого отдыха продолжишь».

Ребенок младшего школьного возраста готов самостоятельно осуществлять проверку и самоконтроль. Дети любят искать и находить ошибки, и можно в игровой форме предложить ему такую «учительскую» роль - прове-

рять. У ребенка самооценка еще может оставаться завышенной, но, тем не менее, по окончании кризиса 7 лет, она становится адекватной. Ребенок начинает регулировать свое поведение правилами. Будучи раньше покладистым, он вдруг начинает предъявлять претензии на внимание к себе, поведение становится демонстративным. В младшем школьном возрасте распадается единство аффекта и интеллекта, и этот период характеризуется утрированными формами поведения. Ребенок не владеет своими чувствами (не может сдерживать, но и не умеет управлять ими). Утратив одни формы поведения, он еще не приобрел другие.

У детей появляются суждения о собственной социальной значимости. Дети всё больше времени проводят со сверстниками, причём почти всегда одного с ними пола. Ребёнок начинает думать об основаниях того, почему он думает так, а не иначе. Следовательно, ребёнок становится способным подчинить свое намерение интеллектуальной цели, способен удержать его в течение длительного времени. Младший школьный возраст – период конкретных мыслительных операций. Время от времени у детей появляется нежелание идти в школу, что может быть вызвано страхом перед неудачей, боязнью критики со стороны учителей, боязнью быть отвергнутым родителями или сверстниками.

Взрослым, окружающим ребенка, необходимо определить единую систему требований к нему, проявлять спокойствие, доброжелательность в отношениях. И, в то же время, важно быть требовательными и настойчивыми в выполнении предъявляемых требований, чаще вместе проводить время, общаться, объяснять ребенку то, что ему не понятно, не скрывая своих чувств. Родителям нужно всегда находить время для разговоров с детьми на разные темы, по поводу настроения, общения со сверстниками, выбора решения в сложной ситуации и вариантов получения помощи.

Подростковый возраст (11-14 лет)

У подростков на первом месте стоит общение со сверстниками, что влечет за собой социальное обособление подростка от своей семьи и взрослых. Ребенок требует независимости, уважения к своей личности и своим тайнам.

Главная потребность возраста – понимание. Характерные черты: чувствительность, частая резкая смена настроения, боязнь насмешек, снижение самооценки.

В подростковом возрасте среди детей начинают выделяться группы. Сначала они состоят из представителей одного пола, с течением времени группы становятся смешанными. Впоследствии возникает тенденция к объединению подобных групп в более крупные компании. Ещё позже происходит разделение на пары, так, что компания состоит только из связанных между собою пар. Ценности и мнения группы подросток склонен признавать своими собственными. Ценности детского общества не согласованы с ценностями взрослых. Разногласия происходят в основном по поводу стиля одежды, причёски, свободного времени, школьных и материальных проблем.

Подросток становится равнодушным к отметкам. Часто наблюдается расхождение между интеллектуальными возможностями и успехами в школе: возможности высокие, а успехи низкие. При этом у ребенка всегда находятся достижения вне предметных областей. Это могут быть достижения в музыке, спорте, проявлениях качеств личности (надежность, активность, ответственность и т.п.), что необходимо уважать и подчеркивать.

Подростковый кризис.

Подростковый кризис, как правило, раньше появляется у девочек, и протекает быстрее, чем у мальчиков. Это кризис социального развития. Относится к числу острых, напоминая кризис 3 лет («Я сам»), только теперь это «Я сам» в социальном смысле (Р.П. Ефимкина, 1995). Часто этот кризис рассматривают как «возраст второй перерезки пуповины», «негативная фаза по-

лового созревания». Поведение детей этого возраста характеризуется снижением успеваемости и работоспособности, дисгармоничностью во внутреннем строении личности.

Проявления кризиса:

- Снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен. Регресс проявляется, когда задается творческое задание (например, сочинение).
- В этом возрасте происходит переход на новую, высшую ступень интеллектуального развития. Это не количественная характеристика интеллекта, а качественная, которая влечет за собой новый способ поведения, новый механизм мышления. Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на других людей. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность. В этом возрасте многие подростки ведут дневники.
- Проявление 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 лет.
- Бурное протекание и смена эмоций. Смех подростка легко переходит в слезы, состояние абсолютного счастья, резко обрываясь по незначительной причине, сменяется унынием и грустью. Даже незначительное раздражение способно перерасти в гнев и вызвать приступ агрессии.

Существует два возможных пути протекания кризиса подросткового возраста:

1. «Кризис независимости».

Основные проявления:

- негативизм;
- упрямство;
- грубость;

- бунтарство;
- стремление во всем поступать по-своему;
- противостояние авторитетам и иконоборчество;
- ревностное отношение к личному пространству.

2. «Кризис зависимости».

Основные проявления:

- чрезмерное послушание;
- возврат к детским интересам и формам поведения;
- зависимость от взрослых;
- несамостоятельность;
- инфантильность в суждениях и поступках;
- подчинение мнению большинства;
- стремление быть «как все».

Поэтому, как бы взрослым не хотелось, но путь «кризиса независимости» является наиболее продуктивным, т.к. дает возможность развивающейся личности подростка принимать и адаптироваться к новообразованиям, которые несет в себе подростковый возраст.

У подростков наблюдается появление интереса к своему внутреннему миру. До 11-13 лет для ребенка первостепенную роль играл внешний мир, который он познавал и с огромным интересом изучал, на который он проецировал свою фантазию, переживания и эмоции. А в процессе подросткового кризиса ребенок начинает заглядывать внутрь себя, обретая интерес к собственным переживаниям, своему положению в окружающем его мире людей и явлений, осознавать свою уникальность.

Кроме этого, в подростничестве происходит бурное развитие критического мышления. Рассудочная, т.е. формальная, жесткая логика владеет умом подростка, он требует на любой вопрос однозначного ответа и оценки: истина или ложь, «да» или «нет». Максимализм, который в сочетании с бушующими эмоциями, побуждает подростка «навсегда» ссориться с друзьями и родителями, впадать в глубочайшее уныние (в связи с «отсутствием смысла жизни»), по-

сколькo человеческие отношения и жизнь вообще настолько противоречивы и многообразны, что не укладываются в рамки формальной логики.

Родителям нужно стараться поддерживать ребенка и помогать ему на пути взросления, осознавая суть кризиса. Важно бережно относиться к той информации, которую ребенок доверяет, избегать оценочных суждений и реплик повелительного наклонения «принеси быстро», «сделай немедленно», «прекрати болтать» и т.п. Подростки нуждаются в понимании со стороны взрослых, претендуют на уважительное отношение к себе.

Таким образом, кризис подросткового возраста – самый сложный из всех возрастных кризисов для ребенка, т.к. именно в этот период он впервые по-настоящему глубоко заглядывает внутрь себя и оказывается способным осознавать многое из того, что с ним происходит, но далеко не всегда может понять причины происходящего.

Юношеский возраст (15-18 лет)

Главным моментом юности является то, что юноша/девушка стоит на пороге вступления в самостоятельную жизнь. В юношеском возрасте процессы физического, физиологического, психического и социального созревания протекают неравномерно.

Ведущая деятельность в юности – учебно-профессиональная.

Основное новообразование юности это готовность к личностному и жизненному (профессиональному) самоопределению. Центральным новообразованием юношеского возраста является идентичность как тождественность человека самому себе и целостность. Кроме того, важным психологическим новообразованием юношеского возраста является становление устойчивого самосознания и стабильного образа «Я» - целостного представления о самом себе, эмоционального отношения к самому себе, самооценки своей внешности, умственных, моральных, волевых качеств, осознания своих достоинств и недостатков.

В юности присутствуют реальные черты взрослой жизни. Психологически это освобождает юношу/девушку от неопределённости, с одной стороны, ослабляет напряжённость личностного выбора, а с другой – сохраняет эту напряжённость, переводя её из плана переживания и воображения в план реальных действий, реализацию планов, осуществление выбора.

В этот период молодые люди продолжают рефлексировать по поводу своих отношений с семьей в поисках своего места среди близких людей. Они проходят через олицетворение и даже отчуждение от всех тех, кого любили, кто был ответственен за них в детстве и подростковом возрасте.

Кризис юношеского возраста.

Кризис юношеского возраста напоминает кризисы 1 года (речевая регуляция поведения) и 7 лет (нормативная регуляция). В 17 лет происходит ценностно-смысловая саморегуляция поведения. Если человек научится объяснять, а, следовательно, регулировать свои действия, то потребность объяснить свое поведение волей-неволей приводит к подчинению этих действий новым законодательным схемам.

В кризис юности наблюдается стремление сформировать внутреннюю позицию по отношению к себе («Кто Я?», «Каким Я должен быть?»), в отношении других людей, а также моральных ценностей. Именно в юности молодой человек сознательно выбирает свое место среди категорий: добра и зла, чести, достоинства, прав, обязанностей и других, характеризующих личность. Именно в этот период обостряются способности к чувствованию состояний других, способности переживать эмоционально эти состояния как свои собственные.

Таким образом, зная особенности развития ребенка в разные возрастные периоды, родители имеют возможность выбирать методы педагогического воздействия и компетентно осуществлять процесс воспитания, формировать основы психологической культуры детей и взрослых.

Кроме знания возрастных особенностей ребенка родителям необходимо понимать особенности развития личности, определяющиеся тем, что общество ожидает от человека, какие ценности и идеалы ему предлагает, какие задачи ставит перед ним на разных возрастных этапах. Последовательность стадий развития ребенка зависит от биологического начала. Ребенок, созревая, проходит ряд следующих друг за другом стадий. На каждой стадии он приобретает определенное качество (личностное новообразование), которое фиксируется в структуре личности и сохраняется в последующие периоды жизни.

При этом родителям следует учитывать, что до 17—20 лет происходит медленное, постепенное становление идентичности личности, которая развивается благодаря включению в различные социальные общности (нацию, социальный класс, профессиональную группу и т.д.) и переживанию своей неразрывной связи с ними. Идентичность выступает как условие психического здоровья: если она не сложится, человек не находит себя, своего места в обществе, оказывается «потерянным». Идентичность (психосоциальная тождественность) позволяет личности принимать себя во всем богатстве своих отношений с окружающим миром и определяет ее систему ценностей, идеалы, жизненные планы, потребности, социальные роли с соответствующими формами поведения. Идентичность формируется в юношеском возрасте, это характеристика достаточно зрелой личности, но до этого времени ребенок должен пройти через ряд идентификаций — отождествления себя с родителями, мальчиками или девочками (половая идентификация) и т.д. Этот процесс определяется воспитанием ребенка, поскольку с самого его рождения родители, а затем и более широкое социальное окружение приобщают его к своей социальной общности, группе, передают ребенку свойственное ей мировосприятие.

Эрик Эриксон выделяет несколько стадий развития личности, отражая последовательность появления полярных личностных новообразований.

На первой стадии развития (орально-сенсорной), соответствующей младенческому возрасту, возникает доверие или недоверие к миру. При прогрессивном развитии личности ребенок «выбирает» доверительное отношение. Оно проявляется в легком кормлении, глубоком сне, ненапряженности внутренних органов, нормальной работе кишечника. Ребенок, с доверием относящийся к миру, который его окружает, без особой тревоги и гнева переносит исчезновение из его поля зрения матери: он уверен, что она вернется, что все его потребности будут удовлетворены. Младенец получает от матери не только молоко и необходимый ему уход, с ней связано и «питание» миром форм, красок, звуков, улыбок, поглаживаний. Материнская любовь и нежность определяет «количество» веры и надежды, вынесенной из первого жизненного опыта ребенка. В это время ребенок как бы «вбирает» в себя образ матери (возникает механизм интроекции). Это первая ступень формирования идентичности развивающейся личности.

Вторая стадия (мышечно-анальная) соответствует раннему возрасту. Резко возрастают возможности ребенка, он начинает ходить и отстаивать свою независимость в освоении пространства. При этом возрастающее чувство самостоятельности не должно уничтожить сложившееся ранее доверие к миру. Родители помогают его сохранить, ограничивая появляющиеся у ребенка желания требовать, присваивать, разрушать, когда он проверяет свои силы. Требования и ограничения родителей могут спровоцировать появление негативного чувства стыда и сомнений. Ребенок чувствует «глаза мира», следящие за ним с осуждением, стремится заставить мир не смотреть на него или хочет сам стать невидимым. У ребенка появляются «внутренние глаза мира» — стыд за свои ошибки, неловкость, испачканные руки, одежду и т.д. Если взрослые предъявляют слишком сложные требования, часто порицают и наказывают ребенка, у него возникают постоянная настороженность, скованность, необщительность. Если же стремление ребенка к независимости не подавляется, то устанавливается соотношение между способностью сотру-

ничать с другими людьми и настаивать на своем, между свободой самовыражения и ее разумным ограничением.

На третьей стадии (локомоторно-генитальной), совпадающей с дошкольным возрастом, ребенок активно познает окружающий мир, моделирует в игре отношения взрослых, сложившиеся на производстве и в других сферах жизни, быстро и жадно учится всему, приобретая новые дела и обязанности. К его возрастной самостоятельности добавляется инициатива. Когда поведение ребенка становится агрессивным, инициатива ограничивается, появляются чувства вины и тревожности; таким образом закладываются новые внутренние инстанции — совесть и моральная ответственность за свои действия, мысли и желания. Взрослым не стоит перегружать совесть ребенка. Чрезмерное неодобрение, наказания за незначительные проступки и ошибки вызывают постоянное ощущение своей вины, страх перед наказанием за тайные мысли, мстительность. Тормозится инициатива, развивается пассивность. На этом возрастном этапе происходит половая идентификация и ребенок осваивает определенную форму поведения, мужскую или женскую.

Младший школьный возраст — предпубертатный, т.е. предшествующий половому созреванию ребенка. В это время разворачивается четвертая стадия (латентная), связанная с воспитанием у детей трудолюбия, необходимостью овладения новыми знаниями и умениями. Школа становится для них «культурой в себе», со своими особыми целями, достижениями и разочарованиями. Постигание основ трудового и социального опыта дает возможность ребенку получить признание окружающих и приобрести чувство компетентности. Если же достижения невелики, он остро переживает свою неумелость, неспособность, невыгодное положение среди сверстников и чувствует себя обреченным быть посредственностью. Вместо чувства компетентности может образоваться чувство неполноценности.

Подростковый возраст и юность составляют пятую стадию развития личности, период самого глубокого кризиса. Детство подходит к концу, и этот большой этап жизненного пути, завершаясь, приводит к формированию

идентичности. В ней объединяются и преобразуются все предыдущие идентификации ребенка; к ним добавляются новые, поскольку повзрослевший, изменившийся внешне ребенок включается в новые социальные группы и приобретает другие представления о себе. Целостная идентичность личности, доверие к миру, самостоятельность, инициативность и компетентность позволяют юношам и девушкам решать главную задачу, которую ставит перед ними общество, — задачу самоопределения, выбора жизненного пути. Если же не удастся осознать себя и свое место в мире, наблюдается диффузность идентичности. Она связана с инфантильным желанием как можно дольше не вступать во взрослую жизнь, со смутным, устойчивым состоянием тревоги, чувством изоляции и опустошенности. При таком варианте у молодых людей может проявляться враждебное неприятие социальных ролей, желательных для семьи и ближайшего окружения (мужской или женской, национальной, профессиональной, классовой и т.д.), презрение ко всему отечественному и переоценке иностранного, стремление «стать ничем» (если это единственный оставшийся способ самоутверждения).

В ранней зрелости, на шестой стадии, перед взрослым человеком встает проблема близости (интимности). Именно в это время проявляется, истинная сексуальность, при этом человек готов к близости с другим не только в сексуальном, но и в социальном плане. После периода поисков и утверждения собственной идентичности он готов соединить ее с идентичностью того, кого любит. Близкие отношения с другом или любимой женщиной требуют верности, самопожертвования и нравственной силы.

Третье десятилетие жизни — время создания семьи. Оно приносит любовь, понимаемую Э. Эриксонем в эротическом, романтическом и нравственном смысле. В браке любовь проявляется в заботе, уважении и ответственности за спутника жизни. Неспособность любить, устанавливать близкие доверительные отношения с другими людьми, предпочтение поверхностных контактов приводит к изоляции, чувству одиночества.

Зрелость, или средний возраст, - седьмая стадия развития личности, необычайно длительная. Решающим здесь становится «отношение человека к продуктам своего труда и к своему потомству», забота о будущем человечества. Человек стремится к продуктивности и творчеству, к реализации своих возможностей передать что-то следующему поколению - собственный опыт, идеи, созданные произведения искусства и т.д. Желание внести свой вклад в жизнь будущих поколений является естественным, в этом возрасте оно реализуется, прежде всего, в отношениях с детьми, наблюдается зависимость старшего поколения в семье от младшего. Зрелый человек нуждается в том, чтобы быть нужным. Если продуктивность не достигается, если нет потребности в заботе о других людях, делах или идеях, появляется безразличие, сосредоточенность на себе. Тот, кто балует себя как ребенка, приходит к застою, обеднению личной жизни.

Последняя стадия, поздняя зрелость, становится интегративной: в это время «созревают плоды семи предшествовавших стадий». Человек принимает пройденный им жизненный путь как должный и обретает целостность личности. Только сейчас появляется мудрость. Взгляд в прошлое дает возможность сказать: «Я доволен». Дети и творческие достижения воспринимаются как продолжение себя, и страх смерти исчезает. Не ощущают целостность своего «Я» люди, недовольные прожитой жизнью, считающие ее цепью ошибок и нереализованных возможностей. Невозможность что-то изменить в прошлом, начать жить заново раздражает, собственные недостатки и неудачи кажутся следствием неблагоприятных обстоятельств, а приближение к последней границе жизни вызывает отчаяние.

Понимание особенностей развития личности на каждой стадии позволит родителям осознанно относиться к собственным потребностям и потребностям своих детей, видеть их сильные стороны и поддерживать в продвижении от одного этапа к другому.

Тема «ЧТО ТАКОЕ ДЕПРИВАЦИЯ И КАК ОНА ВЛИЯЕТ НА РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА? »

В общении с ребенком, пережившим опыт эмоциональных травм в кровной семье, важно учитывать последствия тех лишений, которые имели место в его жизни.

Депривация (deprivatio – лишение) – психическое состояние, возникающее в результате длительного ограничения возможностей человека для удовлетворения в достаточной мере его основных психических потребностей.

Депривация наступает в результате отделения человека от необходимых источников удовлетворения потребностей, что обычно выражается в повышенной тревожности, страхе, чувстве глубокой неудовлетворенности собой, своим окружением, своей жизнью, в потере жизненной активности.

Различают парциальную депривацию – когда не удовлетворена какая-либо одна потребность, и полную (тотальную) – когда одновременно не удовлетворены многие потребности или одна, но настолько важная, что ее неудовлетворение вызывает тотальные нарушения. Примером последней является лишение ребенка материнской любви – материнская депривация.

В настоящее время изучаются разные виды депривации. Материнская депривация оказывается наиболее важной. Ещё в середине XX века стало научно доказанным и общепризнанным, что важнейшим условием развития маленького ребенка является наличие тесных и стойких эмоциональных связей с матерью (или другим взрослым, заменяющим мать). Сегодня все больше научных данных и наблюдений свидетельствуют о том, что от материнской депривации страдают не только дети, оставшиеся без родителей, или находящиеся длительное время в больницах, но и многие из тех, кто живет в семье.

Близким по значению понятию «материнская депривация» в психологии является понятие «госпитализм» (больница) или «больничный синдром». Многие исследователи отмечают, что специфика термина «госпитализм» со-

стоит в акцентировании, с одной стороны, места возникновения данного синдрома – больница, приют, а с другой стороны, возраста ребенка – как правило, до полутора лет.

Социальная депривация - ограничение или полное отсутствие контактов человека с обществом. Социальная депривация возникает вследствие того, что дети не имеют возможности узнать, понять практический смысл и попробовать в игре различные социальные роли: отца, матери, бабушки, дедушки, воспитателя в детском саду, продавца в магазине, других взрослых. Нарушение взаимоотношений в семье, пережитое насилие (физическое, сексуальное или психологическое) так же является причиной социальной депривации. У ребенка нет опыта других отношений или негативный опыт отношений разрушающего характера.

Существует множество выразительных примеров того, к чему может привести социальная изоляция ребенка. Это и, так называемые, «волчьи дети», и, к сожалению, не единичные случаи из жизни современных детей, которых взрослые по каким-то причинам годами держали взаперти в чуланах, подвалах, закрытых комнатах, не давая им возможности что-либо видеть и с кем-либо общаться. Все эти дети не умели говорить, плохо ходили, непрерывно плакали, всего боялись. Самое страшное, что, когда эта пытка одиночеством кончалась, и они оказывались в нормальном мире, при интенсивной помощи профессионалов – врачей, психологов, педагогов, – то даже при самом самоотверженном, терпеливом и умелом уходе и воспитании такие дети за редким исключением на всю жизнь оставались ущербными.

Сенсорная депривация может возникать, когда по тем или иным причинам человек испытывает так называемый сенсорный голод, не получает достаточного количества стимулов – зрительных, слуховых, осязательных и прочих. Для описания подобных жизненных условий психологи также пользуются понятием «обедненная информационная среда». В обедненную среду часто попадает ребенок, оказавшись в детском доме, больнице, интернате или другом учреждении закрытого типа. Такая среда, вызывая сенсорный го-

лод, вредна для человека в любом возрасте. Однако для ребенка она особенно губительна.

О двигательной депривации говорят, когда возникает резкое ограничение движения, например, в результате травм или болезней. Особенно тяжелы последствия двигательной депривации для детей. Сегодня широко признано, что тугое пеленание грудных младенцев (свивальник), традиционное для некоторых культур, имеет отрицательные последствия не только медицинского или физиологического характера, но и сугубо психологические. Существуют данные, что дети, двигательная активность которых в силу медицинских причин в течение длительного времени была сильно ограничена, нередко испытывают состояние депрессии, которое может «прорываться» взрывами ярости и агрессивности.

Эмоциональная депривация - недостаточная возможность для установления интимного эмоционального отношения к какому-либо лицу или разрыв подобной эмоциональной связи, если таковая уже была создана. Эмоциональная депривация возникает вследствие недостаточной эмоциональности взрослых, общающихся с ребенком. Ребенок не получает опыта эмоционального отклика на свое поведение – радость при встрече, недовольство, если он делает что-то не так. Взрослые не очень заинтересованно следят за достижениями ребенка, не слишком радуются или огорчаются его действиям, не торопятся поддержать его инициативу. Эта депривация не позволяет ребенку понимать эмоции и переживания других людей и свои собственные. Именно этот вид депривации значительно затрудняет адаптацию ребенка, взятого в семью.

Когнитивная депривация - явление, возникающее в обстоятельствах, когда ограничиваются возможности человека в усвоении значений внешнего пространства. Для когнитивной депривации характерно ограничение возможностей познания мира. Когнитивная депривация препятствует созданию адекватных моделей окружающего мира. Если нет необходимой информации, представлений о связях между предметами и явлениями, человек созда-

ет «мнимые связи». Это приводит к построению ложных выводов относительно текущих событий или окружающих людей. Даже правильная, но недостаточно полная информация зачастую не дает возможности построить объективную картину ситуации. Дело в том, что человек интерпретирует ее в соответствии со своими особенностями личности, наделяет ее своими смыслами, рассматривает через призму личной заинтересованности, следствием чего нередко являются ложные убеждения и оценки.

Следует учитывать то, что личностное развитие ребенка-сироты отличается от развития ребенка, воспитывающегося в семье. Причины этого своеобразия и особенностей взаимодействия детей, лишенных родительской ласки, с миром и другими людьми кроются в прошлом опыте и наличии у них депривации.

Одной из основных характеристик личности таких детей называют агрессивность. Негативная, агрессивная позиция по отношению к другим людям является следствием дефицита теплоты и принятия в общении и нередко распространяется даже на братьев и сестер. Агрессивность проявляется в том, что любые действия окружающих могут восприниматься подростком-сиротой как повод для конфликта. Также сильно выраженной может быть и агрессивность детей в отношении взрослых. В некоторых случаях могут иметь место признаки аутоагрессии (агрессии, направленной на себя).

Другой существенной особенностью детей-сирот является избыточная гиперсексуальность, проявляющаяся в повышенном интересе ко всему, что связано с половой жизнью, в ранних сексуальных связях, нецензурной брани. Причиной, повышающей половую возбудимость детей, является недостаточная общая способность детей к торможению своих первичных чувственных влечений. По мнению исследователей, невозможность для ребенка реализовать свои социальные, исследовательские и трудовые наклонности заставляет его сосредоточиваться исключительно на себе, на интимных, телесных ощущениях.

Отсутствие стабильности, присущей семейным отношениям, необходимость постоянно приспосабливаться и заслуживать хорошее отношение окружающих снижают у детей-сирот активное отношение к жизни: не формируются собственные ценности и принципы, зато развивается устойчивая конформность - зависимость от мнения других людей, внушаемость и подверженность влиянию группы, часто негативному.

Развитие самосознания, отношения к себе, самооценки у воспитанников детских домов также не просто отстает, а имеет качественно иную форму. У них складывается устойчивая заниженная самооценка, часто наблюдается неприятие себя, недоверие к себе, ориентация в самооценке на мнение других людей. Детям-сиротам труднее, чем их «обычным» сверстникам, осознавать и ценить собственную уникальность: вместо «чувства Я» у них формируется «чувство Мы». В то же время, подобная зависимость не основывается на теплых чувствах и добрых отношениях. Уже в младшем подростковом возрасте устанавливается потребительское отношение к взрослым и сверстникам, основанное на их практической полезности для ребёнка, формируется «способность не углубляться в привязанности», поверхностность чувств.

Английский психоаналитик и основатель теории привязанности Дж. Боулби обнаружил, что дети, которые растут вне семьи, общаются с разными взрослыми, не могут формировать бесконечное число связей с разными людьми. Каждая связь требует от него активности, а ресурс у него небольшой. Любой разрыв отношений будет восприниматься болезненно и сужать возможности для дальнейшего образования связей. Более того, тип отношений, которые он сформировал с ближайшим окружением, ляжет в основу всех последующих взаимоотношений. Именно поэтому дети, оставшиеся без родительского попечения, часто страдают различными эмоциональными проблемами, включая неспособность устанавливать и поддерживать близкие и продолжительные отношения с окружающими.

Серьезный отпечаток на личность ребенка, лишенного родительского попечения, накладывает разрушение привязанности, которая рассматривается как глубинный и всегда взаимный процесс, объединяющий ребенка и значимого взрослого.

Первым объектом привязанности выступает мать, чуть позже присоединяются – отец, бабушки и дедушки. К человеку, который становится объектом привязанности, ребенок обращается за помощью и проявляет следующие признаки: отвечает улыбкой на улыбку, смотрит в глаза и отвечает взглядом, стремится находиться в более близком контакте, принимает поддержку, реагирует на расставание, переживает радость от общения. Глубокая привязанность к родителям дает ребенку возможность развить базовое доверие к миру и положительную самооценку. Привязанность обеспечивает ребенка способностью устанавливать эмоциональные, глубокие отношения с людьми, любить и открывать мир.

Привязанности изменяются во времени, поэтому сейчас существуют различные способы деления их на стадии. Вот один из них:

- период до 3 месяцев, когда младенцы проявляют интерес и ищут эмоциональной близости со всеми взрослыми, как знакомыми, так и незнакомыми. На этой стадии в поведении младенца присутствует целый комплекс таких социальных знаков, как улыбка, плач, цепляние. Улыбаются младенцы поначалу всем, отдавая предпочтение лицам людей или даже их изображениям. С помощью улыбок и протягивания рук ребенок «привязывает» к себе мать, как бы заставляя умиляться и заботиться о нем, и сам выражает радость, что его потребности удовлетворяются.

- Период 3-6 месяцев, в который младенец четко выделяет из окружения знакомых людей, демонстрирует гуление и улыбки, и незнакомых, кого предпочитает разглядывать. В этом возрасте выделяется один объект привязанности, который охотнее других откликается на потребности ребенка (чаще мать). Выделение матери из взрослого окружения основывается на

предпочтении ее голоса, лица, рук и происходит тем быстрее, чем адекватнее мать реагирует на подаваемые младенцем сигналы.

- Период 7-8 месяцев, когда происходит формирование избирательной привязанности к ближайшему взрослому, отмечается тревога и страх при общении ребенка с незнакомыми взрослыми. Ребенок начинает следить глазами за значимым взрослым, а затем и двигаться в его направлении. Ребенка расстраивает отсутствие в поле зрения единственного предпочитаемого человека, а после очередной встречи с ним ребенок подает комплекс радостных сигналов: тянется к нему, улыбается, издает радостные звуки. Указанные особенности свидетельствуют о сформированности первичной привязанности.

- Период 9-18 месяцев, когда после возникновения первичной привязанности к матери, то же чувство возникает по отношению к другим людям ближайшего окружения (отцу, братьям, сестрам, бабушкам, дедушкам). В возрасте 1,5 лет очень мало детей привязаны только к одному человеку. У детей, имеющих множество привязанностей, как правило, устанавливается иерархия объектов привязанности. Тот или иной близкий человек является более или менее предпочтительным в определенной ситуации общения. Различные объекты привязанности используются детьми с разными целями. Например, большинство детей предпочитают компанию матери, если они напуганы или расстроены. Отцов они чаще предпочитают в качестве партнеров по играм.

Еще одну классификацию стадий развертывания привязанности предлагает Д. Штерн (Stern, 1985).

Согласно его представлениям, первые 2 месяца ребенок выделяет себя и фигуру первичной привязанности. На основе этих ощущений возникает чувство себя и своего тела.

Со 2 по 9 месяцы у него складывается чувство «внутреннего Я», которое формируется через восприятие Другого. Ребенок воспринимает себя следующим образом: «Я – тот, кого обнимают», «Я – тот, на кого редко смот-

рят». Очевидно, что ребенок не произносит таких слов, но он воспринимает себя через отношение к нему взрослых.

На третьем этапе (до полутора лет) возникает чувство своей субъективности, то есть отделенности себя от фигуры первичной привязанности.

Четвертый этап связан со становлением речи, на основе которой понимание себя и других резко ускоряется. Возникает чувство «Словесного Я» и словесных отношений с окружающими.

Оказывается, что, если ребенок ощущает безопасную привязанность от обоих родителей, то в подростковом возрасте окружающие будут оценивать его как социально компетентного. Если у девочки есть безопасная привязанность с отцом, то она менее агрессивна, чем ее менее счастливые сверстницы. Матери формируют с детьми более безопасные привязанности по сравнению с отцами. К двум годам ребенок знает, что есть «свои» и «чужие» и внутренне понимает, как плохо быть чужим, и как приятно – своим. Если у ребенка сформировались надежные отношения привязанности с близким, ухаживающим за ним человеком, то в дальнейшем он сможет справляться с тревогой и страхом потерять любимый объект и будет способен выстраивать адекватные отношения с внешним миром. Если же привязанность ненадежна, то человек не может доверять ни самому себе, ни окружающему миру. Эти люди ведут себя так, будто отказались от возможности иметь теплые отношения с кем-либо. Их общение с другими людьми часто поверхностно, они эгоцентричны и не способны к истинной близости. Они, словно, говорят своим поведением: боль от новой потери будет слишком велика, и поэтому мы не можем позволить себе роскошь любить и быть любимыми.

Тема «КАК ПОМОЧЬ ПРИЕМНОМУ РЕБЕНКУ АДАПТИРОВАТЬСЯ В ЗАМЕЩАЮЩЕЙ СЕМЬЕ?»

Дети, разлученные с кровной семьей и переданные на воспитание в замещающую семью, сталкиваются с проблемой разрыва близких отношений и необходимостью формирования новых привязанностей. При этом существует четкая динамика в процессе выстраивания внешних отношений с теми людьми, которые заботятся о ребенке и волею обстоятельств становятся для него самыми близкими, в той или иной степени заменяя родителей.

Опыт показывает, что адаптация ребенка к новой семье происходит примерно в течение года и условно делится на три стадии.

Первую стадию можно назвать «Идеализированные ожидания» как у ребенка, так и у членов замещающей семьи. Каждая из сторон полна надежд и старается понравиться другой. Примерно через месяц трудности реальных отношений разрушают образ «сбывшейся мечты», наступает первый кризис: привязанность ребенка к старой семье еще сохраняется, а к новой пока не сформировалась, привыкание к смене требований и правил дается с трудом для него и вызывает протест. В результате возникают «установочные конфликты», которые являются естественной частью приспособления семьи и ребенка друг к другу.

Достаточно часто, сразу после прихода в семью дети требуют, чтобы их отвезли обратно в детский дом или приют. Подобное желание может быть продиктовано потоком разных чувств. Это и боязнь полной зависимости от малознакомых людей, и стремление сохранить контроль над ситуацией («я решаю, где мне быть» – потребность в безопасности), и проверка отношений («действительно ли я вам так нужен, что вы сможете меня удержать»). Ребенок просто может соскучиться по людям, которые заботились о нем, встретиться со своими прежними друзьями. Родителям следует уточнить у ребенка, хочет ли он съездить в гости или «насовсем», потом предложить подумать до утра, а утром сказать ему, что «теперь твой дом – здесь, и мы хотим, чтоб ты

жил с нами, но удерживать тебя насильно не станем». Если ребенок маленький, достаточно просто сказать: «Ты теперь живешь с нами, и мы тебя никуда не отдадим, а в детский дом (приют) мы съездим в гости через несколько дней, чтобы навестить твоих друзей и показать им твои новые фотографии».

«Установочные конфликты», которые вначале могут возникать часто, постепенно становятся реже и только по значительным поводам. Так наступает стадия «вживания», или, собственно, адаптации. Происходит определение границ допустимого, привыкание к взаимным потребностям и особенностям, привычкам и правилам поведения. Кроме того, на этой стадии фактически формируется привязанность к новой семье. Вспышки негативного поведения в это время могут иметь следующие причины:

1) боязнь повторения новой утраты, которую пережили. Иногда дети провоцируют взрослых на разрыв, демонстрируя своим поведением двойственность – привязанность и отвержение одновременно, поскольку это именно то, что они пережили в своем опыте;

2) колебания между надеждой и страхом быть обманутыми снова. Дети пытаются контролировать возникающие у них теплые чувства, поскольку знают, как взрослые могут злоупотреблять своей властью;

3) вспышки негативного поведения. Такие реакции могут быть частью процесса отреагирования утраты кровной семьи, так ребенок тоскует и злится.

У таких детей очень много оснований для того, чтобы вести себя «плохо», и это становится дополнительной проверкой для взрослых, осложняющей появление у них привязанности к ребенку. Поэтому замещающим родителям очень важно:

- а) быть терпеливыми и не ждать быстрых «результатов» адаптации;
- б) видеть в ребенке позитивные изменения, замечать и ценить их;
- в) обращаться за помощью к педагогам-психологам, специалистам сопровождения о вопросах, требующих профессиональной поддержки.

Необходимо сказать, что, в отличие от начальной стадии, в это время заботящиеся взрослые уже больше знают ребенка, начинают лучше понимать его, и чувствуют себя более уверенными. Ребенок, в свою очередь, начинает дорожить семьей, уже не думает всерьез об уходе и больше доверяет замещающим родителям. Ощущение контакта с ребенком, взаимное понимание и теплые чувства – все это появляется в процессе совместной деятельности. Главное достижение этой стадии, длящейся чуть более полугода, – взаимное доверие и субъективное ощущение постоянства отношений, появляющееся у обеих сторон, которые начинают воспринимать себя как целостность.

Таким образом, наступает некое «равновесие», которое представляет собой третью стадию адаптации в семье, принявшей ребенка. В этот период семья становится достаточно самостоятельной, реже обращается за помощью к специалистам. Дети, обычно, начинают активно интересоваться своим прошлым, много вспоминают и даже сочиняют, беря за основу настоящее: «А мы с мамой тоже в цирк ходили, каждый месяц!», «А у нас тоже машина была» и т.п. Желаемое и действительное, умноженное на особенности детского восприятия, смешиваются в этих рассказах, суть которых сводится к следующему: ребенок нуждается в создании приемлемого варианта своего прошлого. В обычных семьях этой цели служат устные «предания», воспоминания родственников, фотоальбомы и т.п. Новая семья может помочь ребенку, воссоздавая «линию жизни» в специальном альбоме «Книга жизни».

Замещающим родителям в период адаптации важно увидеть, чего ребенок ожидает больше всего, что для него является самым значимым. Необходимо понаблюдать, как ребенок выражает свою радость, страх, свою любовь. Например, если девочка постоянно говорит замещающей маме о том, как мама красива, как она хорошо выглядит, то может оказаться, что ей самой требуются такие же слова-комплименты. Если она чаще выражает свои чувства объятиями, поцелуями, то, скорее всего, ей самой хочется больше телесного контакта, прикосновений. Если ребенок заваливает открытками, дарит свои рисунки и поделки, то вполне может быть, что ему самому важно получать

подарки. Для того чтобы определить, что ребенок желает получать в качестве подтверждения любви, нужно:

- *подумать о том, как ребенок выражает свою любовь окружающим;*
- *вспомнить, о чем он просит чаще всего;*
- *обратить внимание, на что ребенок больше всего жалуется;*
- *дать ему возможность выбрать из нескольких вариантов.*

Можно, например, сказать: «Мне хочется, чтобы мы как можно интереснее провели время. У меня сегодня почти нет дел. Что тебе хотелось бы больше всего: вместе погулять (внимание, время) или вместе приготовить вкусный обед для семьи (помощь)?» Или: «Я буду очень занята в ближайшие дни, дома буду находиться мало, я хочу сделать для тебя что-нибудь приятное. Я могу привезти тебе что-нибудь (подарок) или сочинить стихотворение в твою честь (поощрение)».

Развитие семейной культуры происходит одновременно с формированием психологической культуры всех ее членов. При воспитании приемного ребенка следует помнить, что на его развитие влияет принятие его прошлого. Для большинства замещающих родителей вопрос взаимоотношений с кровной семьей ребенка, особенно с матерью, является наиболее острым и болезненным.

Приемные родители часто пытаются защитить ребенка от негативного влияния неблагополучных кровных родителей, оградить его от переживаний, которые он может испытывать после таких встреч. Кроме того, после усыновления многие считают ребенка своим и не хотят впускать в новую жизнь прошлое малыша, чтобы не травмировать его. По наблюдениям психологов, чаще всего, замещающие родители умалчивают или избегают разговоров на эту тему, отвлекая внимание детей, или придумывают красивую историю о бывших родителях. При выборе линии поведения с ребенком необходимо учитывать, что дети до двух лет почти не помнят своего прошлого, а какие-то воспоминания 3-6 лет сохраняются на всю жизнь. Негативные впечатления

вызывают недоверие ко всем взрослым, дети принимают оборонительную позицию, некоторые ведут себя агрессивно и вызывающе, обманывают, присваивают вещи и т.п. Дети могут непроизвольно воспроизводить то поведение, которое наблюдали в той семье, в которой они росли. Но довольно часто встречаются и такие, кто с грустью вспоминает родителей, особенно мать.

Дети старше 6 лет помнят свое прошлое, которое оставило отпечаток на их развитии и формировании личности. Такой ребенок недоверчив к новым людям. Освоившись в новой обстановке, он демонстрирует многое из увиденного в кровной семье. Такое поведение вызывает тревогу замещающих родителей, они теряются и не могут определить свою линию поведения. Специалисты и родители, которые уже имеют опыт воспитания приемных детей, советуют: ничего не следует утаивать от ребенка, а тем более говорить неправду. Известна масса случаев, когда неосведомленность ребенка приводит к трагедиям, а информированность уберегает, вселяет веру в его новую семью, вызывает благодарность к замещающим родителям.

Предлагаем Вашему вниманию обращение к ребенку, написанное мамой-усыновительницей (*Приложение 1*). Такое обращение очень точно отражает смысл того, как выстраивать отношения и говорить с ребенком о его кровных родителях и тех, кто его принял в новую семью.

Психологи убеждены: если ребенок чувствует или знает, что между людьми, которые его окружают сейчас (усыновители, опекуны, замещающие родители), и его бывшими родителями есть согласие, то ему спокойно и комфортно. Это относится, преимущественно, к детям, которые сохраняют положительные воспоминания о кровных родителях. Ни в коем случае нельзя корректировать эти отношения или неодобрительно отзываться о них, пытаться вытеснить или изменить чувства ребенка. Следует радоваться тому, что чувства ребенка не притупились, и бережно сохранять и развивать их.

Если же между взрослыми, окружающими его в данный момент, и ребенком складываются конфликтные отношения, то подспудно в его сознании возникает мысль: «Раз мои родители плохие, то и я такой же», или: «Обо мне

также думают». Психологи категорически предостерегают: ни в коем случае нельзя высказываться о прежней семье ребенка пренебрежительно.

Говорить или не говорить ребенку о том, что он приемный? Если говорить, то в каком возрасте? Подходить к решению этой дилеммы стоит индивидуально. Хотя очевидно, что в случае если родители не желают сообщать ребенку о факте приема, то им следует предлагать исключительно усыновление или удочерение, а не формирование замещающей семьи. Но и в этом случае необходимо предупредить родителей о высокой вероятности того, что ребенок узнает о факте приема и непредсказуемости его поведения после этого.

В замещающих семьях возможны многие варианты: одни матери могут свободно сказать, что я тебя не рожала, но ты – мой родной ребенок, потому что я всегда так чувствовала. Можно сказать, что у ребенка есть биологическая мать. Важно не использовать слова «неродной». Можно найти другие слова, которые не будут подчеркивать факт неродства и отдалять ребенка от семьи. Но и в случае усыновления или удочерения, если ребенок сам поднимает этот вопрос, лучше рассказать о факте усыновления. Ни один психолог не может рекомендовать родителям, как им лучше сообщать об этом. Нельзя скрывать факт приема ребенка в семью, поскольку, в таком случае, в период подросткового кризиса, ребенок может покинуть семью с большой обидой, расценивая это как предательство.

В разговоре с подростком необходимо четко разграничить, что у родителя есть две функции: родить и воспитать ребенка. Не всегда получается так, что обе функции выполняет один и тот же человек. В этой ситуации стоит объяснить свой взгляд на жизнь и ответственность каждого члена семьи за нее. Чем точнее и спокойнее будет объяснять родитель свою позицию, тем проще пройдет выяснение статуса ребенка, и тем скорее он успокоится на предмет своего положения в семье.

Родители должны быть готовы к тому, что, вырастая, дети уходят в самостоятельную жизнь. Это один из болезненных вопросов, которые подни-

мают родители: «Что будет после 18 лет, когда мы перестанем быть замещающими родителями?» Следует помнить, что в любой семье настает момент, когда дети уходят. Родители не являются собственниками детей. Дети вырастают и создают свои семьи. Если родители смогут стать не только родителями, но и друзьями своим детям, то дети будут возвращаться к ним вне зависимости от правил и постановлений. Родительский страх за будущую жизнь приемного ребенка внушает страх и недоверие к будущему и у самих приемных детей. Они могут стать самостоятельными и навсегда остаться на попечении этих родителей.

Тема «ОТВЕТСТВЕННОЕ МАТЕРИНСТВО И ОТЦОВСТВО»

Ответственному материнству и отцовству не учат в школах и институтах, способность к ответственному родительству закладывается в недрах семьи. В современном обществе происходят изменения в политике, экономике, в моральных оценках, взглядах людей, что существенно влияет на становление и функционирование института семьи. Семья - это, с одной стороны, маленькое общество, а с другой - один из самых сложных институтов любви и понимания. Эта тема поможет Вам ответить на вопрос: каким образом формируется в Вашей семье ответственное материнство и отцовство?

Многие ученые, исследующие семейные проблемы, говорят о кризисе современной семьи, который вызван некоторой вседозволенностью молодого поколения, чрезмерной занятостью родителей, прагматичностью и отсутствием внутрисемейной поддержки, родительской незрелостью и нежеланием иметь детей, женской эмансипацией и многими другими факторами. Надо заметить, что о кризисе семьи говорят во многих странах мира.

Семейную жизнь можно сравнить с отдельным миром, в котором масса тайн, связей и загадочных приключений. Анализ проявления власти, интимности, независимости, доверия, навыков общения, существующих в этом мире - ключ к разгадке многих явлений семейной жизни. Семейные отношения напоминают организацию совместной деятельности двух предприятий, объединивших свои усилия для производства единого продукта. Хорошо налаженные семейные отношения – это вопрос выживания, вопрос первостепенной жизненной важности. Неблагополучные семьи порождают неблагополучных людей с низкой самооценкой, что толкает их на преступление, обостряется душевными болезнями, алкоголизмом, наркоманией, нищетой.

Современный подход к семье означает, что все в ней взаимосвязано, что она есть единое целое - единый биологический и психологический организм. И как любой живой организм она имеет ряд признаков:

- Система, как целое, больше, чем сумма ее частей.
- Что-то затрагивающее систему в целом, влияет на каждый отдельный элемент внутри ее.
- Расстройство или изменение в одной части единства, отражается в изменении других частей и системы в целом.

Семейная система, так же как и любая другая, подчиняется двум законам – закону гомеостаза и закону развития. Закон гомеостаза утверждает, что каждая система стремится сохранить свое положение, какое бы оно ни было. Согласно концепции семейного гомеостаза, семья действует таким образом, чтобы в ней поддерживалось равновесие. Члены семьи способствуют сохранению этого равновесия не только явным способом, но и скрытым. Система поддерживает равновесие за счет того, что фиксирует каждое отклонение и совершает действия, которые способствуют возвращению в обычное состояние, т.е. механизм обратной связи. Например, как только происходит что-то новое, необычное (ребенок стал хуже учиться), все члены семьи сосредотачиваются на этом и задают вопрос: «Что нужно сделать, чтобы все вернулось к прежнему состоянию?» Если механизм обратной связи не срабатывает, это приводит к нестабильности семьи. На уровне индивидуального сознания закон гомеостаза звучит примерно так: «Система в целом должна остаться без перемен».

На характер семейного гомеостаза влияют супружеские отношения.

а) Супружеские отношения - это ось, вокруг которой строятся все остальные семейные отношения, в т.ч. детско-родительские.

б) Нарушения в супружеских отношениях порождают расстройство в воспитании детей.

Согласно закону развития, каждая семейная система должна пройти свой жизненный цикл, некую последовательную смену событий и стадий, и считается, что переход с одной стадии на другую сопровождается кризисами (заключение брака – рождение ребенка – болезни – поход ребенка в детский сад, школу).

Семью как систему изучают на основе определенных параметров:

- структура семейных ролей;
- семейные подсистемы;
- внешние и внутренние границы.

Члены семьи выполняют разные роли: мать, отец, муж, жена, сын, дочь, сестра, брат. Семейные отношения выстраиваются на взаимодействии членов семьи согласно ролевым позициям: муж-жена, брат-сестра, родители-дети.

Для каждой роли определены соответствующие требования:

- роль должна быть «цельной»: если ожидания противоречивые, появляются трудности в ее выполнении. Например, мать хочет, чтобы сын был мягким, нежным, послушным и одновременно мужественным и независимым.
- выполняемые роли должны соответствовать возможностям. Когда роли непосильны, возникает нервно-психическое напряжение (ребенок берет на себя роль родителя, часто в разведенных семьях мальчик берет на себя роль мужа).

В некоторых семьях детям присваивают роль «козла отпущения», «больного члена семьи», и они бывают вынуждены играть эту роль, которая травматична для них, но психологически выгодна семье. (Например, в семье алкоголика ребенку передается роль взрослого. Мать спасает отца и страдает, а ребенок должен ее утешать, стать ее опорой, он используется как «щит» во время скандалов, отправляется на переговоры и т.д.).

Во многих семьях, где присутствуют нарушения в системе семейных ролей, проживают подростки с нервно-психическими расстройствами.

Семейные подсистемы – это совокупность ролей, позволяющих выполнять определенные функции: родительскую, супружескую, детскую, женскую и т.д.

Один из членов семьи может быть участником сразу нескольких подсистем (мать – участница супружеской, женской и родительской подсистем).

В каждой семье существуют внешние (то, как семья общается с внешним миром) и внутренние (между семейными подсистемами) границы.

Семейные границы бывают жесткие, размытые и прозрачные. Жесткие границы – семья живет замкнуто, и у членов такой семьи нередко возникает страх перед окружающим миром, не формируются навыки общения. Внутренние границы становятся размытыми, в таких семьях родители живут жизнью детей, часто берут ответственность на себя. Возникает поведенческое оформление размытых границ: мама делает уроки за сына, и он не отвечает за них. Если границы размыты, то семья становится похожей на «проходной двор». В нормальных, здоровых семьях, границы должны быть ясно очерчены и проницаемы.

В дисфункциональных семьях наблюдаются либо жесткие, либо размытые внутренние границы.

В зрелых семьях совсем другая атмосфера. Там чувствуется естественность, честность и любовь. Попадая в такую семью, чувствуется, что учитывается мнение каждого; можно открыто проявлять свои эмоции, рассказывать о неудачах, не бояться, что поднимут на смех. В такой семье понимают, что вместе с риском, с попытками попробовать что-нибудь новое в жизни обязательно будут и ошибки, которые приведут к росту и развитию. В такой семье каждый ее член ощущает себя полноценным человеком: ценным и нужным, где легко увидеть и услышать проявления особой жизненной силы. Люди, счастливо живущие друг с другом, даже выглядят по-особому. Их движения не скованы, люди смотрят друг на друга, а не сквозь друг друга или в пол; они искренни и естественны в отношениях друг с другом. Каждый член такой семьи уверен в том, что дома он может быть услышанным. Люди в таких семьях с удовольствием прикасаются друг к другу, открыто выражая при этом свои чувства, совершенно независимо от возраста. Доказательства любви и заботы не ограничиваются только вынесением мусора, приготовлением еды или заработком. Люди проявляют свою любовь, открыто беседуя друг с другом и очень внимательно слушая, они могут быть прямыми, открытыми и

честными, могут быть такими, какие они есть, и наслаждаться тем, что могут быть вместе. Члены зрелой семьи чувствуют себя настолько свободно друг с другом, что не стесняются говорить о своих чувствах.

Зрелая семья способна к продуктивному и согласованному планированию своей жизни, однако, если что-то в плане нарушается, она может спокойно принять и оценить эти изменения. Члены зрелой семьи способны без паники реагировать на различные жизненные ситуации. Например, представим себе, что ребенок разбил чашку. В проблемной семье этот эпизод может закончиться получасовой лекцией, шлепками. Ребенок в слезах будет препровожден в свою комнату. В зрелой семье, вероятнее всего, кто-то из родителей заметит: «Ты разбил свою чашку. Ты не порезался? Сам все уберешь, возьми веник и тряпку, вытри лужу и собери осколки. А я дам тебе стакан». Если потом кто-то из родителей заметит, что ребенок небрежно или неправильно держит чашку, он может сказать: «Я думаю, чашка разбилась потому, что ты не держал ее двумя руками». Таким образом, этот инцидент будет использован как возможность обучения ребенка, что повысит его самооценку, а не обернется наказанием, которое поставит самооценку ребенка под вопрос. В зрелой семье хорошо видно, что человеческая жизнь и чувства людей – это самое важное.

В последнее время в обществе возникают дискуссии по вопросам, связанным с традиционным и современным пониманием роли матери и отца, возникают мифы о «крахе семьи», «утрате отцовского авторитета», «доминировании матери в воспитании детей». В чём же разница между материнским и отцовским воспитанием?

Отцовская любовь по сравнению с материнской – любовь «требовательная», условная, которую ребёнок должен заслужить (Э. Фромм). Отцовская любовь не является врождённой, а формируется на протяжении первых лет жизни ребёнка. Чтобы заслужить отцовскую любовь, ребёнок должен соответствовать определённым социальным требованиям и отцовским ожиданиям в отношении способностей, достижений, успешности. Любовь отца

служит как бы наградой за успехи и хорошее поведение. В ребёнке для отца воплощена возможность продолжения рода, поскольку в соответствии с традиционными нормами мужчина должен воспитать наследника как продолжателя рода, хранителя традиций и родовой памяти. Таким образом, отец выполняет функцию социального контроля и является носителем требований, дисциплины и санкций.

Существует мнение, что роль отца в воспитании заключается в поощрении активности, направленной на развитие социальной компетентности. Если мать предоставляет ребёнку возможность ощутить интимность человеческой любви, то отец проторяет ребёнку путь к человеческому обществу. Отец является для детей источником познаний о мире, труде, технике, способствует формированию социально полезных целей и идеалов, профессиональной ориентации. Современный папа для своего ребёнка часто становится чем-то мифическим и недоступным. Он уходит рано утром, целый день где-то «на работе», занимается чем-то важным, а вечером возвращается усталым. Его хватает только на диван и телевизор, иногда и компьютер. По-существу, работа, увлечения, жизнь отца проходят мимо внимания ребёнка. Отец – не партнер, не друг, а некая карающая инстанция. «Вот скажу отцу, он тебе покажет, как не слушаться», – часто грозит мама. Или наоборот, отец, появляясь эпизодически дома, приносит обилие игрушек и сладостей, что не способствует пониманию смысла такого реагирования. Отцы преимущественно играют с ребёнком, тогда как матери обычно пеленают, купают и кормят его. Даже ухаживая за ребёнком, отцы предпочитают делать это в игровой манере. При этом отцы играют с детьми иначе, чем матери. Отцы больше склонны к энергичным играм, направленным в первую очередь на физическое развитие ребёнка: они подбрасывают малышей, двигают их руками и ногами, играют в игру «по кочкам, по кочкам», качают на ноге, кружат, катают на спине. Матери же обращаются с малышами более осторожно, нежно разговаривают, поглаживают, бережно носят на руках. Отцы, у которых установились сильные эмоциональные связи с детьми в младенческом возрасте, в дальнейшем

оказываются более чуткими к изменяющимся потребностям и интересам своих взрослеющих детей. В целом, такие отцы имеют большее влияние на своего ребёнка. Дети больше прислушиваются к ним, ориентируются на их мнение, сыновья хотят быть похожими на отцов, с которыми у них тёплые, разносторонние взаимоотношения.

В каждой семье складывается индивидуальный стиль взаимоотношений, среди которых можно условно выделить несколько типов отношений родителей и детей:

– Эмоциональное отвержение. Обычно оно скрыто, так как родители неосознанно подавляют неприязнь к ребёнку как недостойное чувство. Безразличие к внутреннему миру ребёнка, маскирующееся с помощью преувеличенной заботы и контроля, безошибочно угадывается ребёнком.

– Эмоциональное потворство. Ребёнок – центр всей жизни взрослых, воспитание идет по типу «кумира семьи». Любовь тревожна и мнительна, ребенка демонстративно ограждают от «обидчиков». Поскольку исключительность такого ребёнка признаётся только домашними, у него будут проблемы во взаимоотношениях со сверстниками.

– Авторитарный контроль. Воспитание – главное дело жизни родителей. Но, в данном случае, главная воспитательная линия проявляется в запретах и в манипулировании ребёнком. Результат парадоксален: воспитательного эффекта нет, даже если ребёнок подчиняется: он не может сам принимать решения. Такой тип воспитания влечёт за собой либо социально неприемлемые формы поведения ребёнка, либо низкую самооценку.

– Потворствующее невмешательство. Взрослые, принимая решение, чаще руководствуются настроением, а не педагогическими принципами и целями. Их девиз: «Поменьше хлопот!» Контроль ослаблен, ребёнок предоставлен сам себе в выборе компании, принятии решений.

Что такое готовность быть отцом или матерью? Для многих людей рассмотрение готовности к материнству и отцовству кажется странным. Ссылаясь на то, что ни их родителей, ни дедов никто никогда не учил по-

добным вещам, а дети регулярно рождались и воспитывались, они удивляются такой постановке вопроса. Тем не менее, в таком виде он необходим именно сейчас, когда содержание понятия «семья» существенно изменилось.

Раньше, действительно, не нужна была специальная подготовка для будущих родителей, потому что в большой семье они постоянно находились под бдительным взором старших, и всегда были те, кто знал, что и когда нужно делать и до, и после рождения ребенка. Существовали жесткие правила контроля за поведением будущей мамы, основанные на патриархальных традициях.

Времена изменились, и мы теперь выделяем два типа брачных отношений. Первый – европейский тип, когда семья формируется при наличии трех условий: оба супруга должны иметь профессию, работу, жилье. Второй – азиатский тип, при котором молодой человек и девушка женятся «по любви», не задумываясь о том, в каких условиях они будут жить, и начинают семейную жизнь на территории родителей одного из супругов. Изменение экономической ситуации в стране привело к тому, что и у нас идет сдвиг в сторону создания семьи европейского типа. При этом растет возраст матери, как растет и ее ответственность перед ребенком.

Готовность к материнству и отцовству включает несколько аспектов.

Будущим родителям стоит задуматься в какой-то момент, зачем им нужен ребенок, поскольку ответ в значительной мере предопределяет их поведение. Типичные ответы, которые можно услышать: «Так положено», «У всех есть дети – чем мы хуже?», «Захотелось», «С ними веселее», «Так правильно». Ответ на вопрос: «Зачем мне нужен ребенок?», – позволит родителям осознать свои действия, понять, на каком этапе находится их семья, готовы ли они помогать друг другу в воспитании ребенка, и как они будут договариваться в тех случаях, когда будут видеть разные пути решения проблем.

Психологическая готовность и отца, и матери заключается в способности нести ответственность за ребенка. Под этим понимается, что родители

должны выстроить иерархию собственной системы ценностей. Например, на отца ложится вся экономическая сторона жизни семьи, и он не будет упрекать жену, что она много тратит, если денег не будет хватать. На мать – тот климат, который складывается в семье и соблюдение всех тех правил, которые нужны для воспитания ребенка. И в состоянии усталости она не скажет мужу: «Ты разрушил мне жизнь». Родители будут стремиться разрешать все проблемы в семье через обсуждение, а не путем манипуляций, загоняя другого в угол.

Ритуалы и правила жизни в семье

Семейные ритуалы предполагают формирование определенных правил совместного проживания членов семьи. Очень важно, когда в формировании семейных правил принимают участие дети, в том числе, и приемный ребенок. Правила показывают каждому члену семьи, какое поведение приемлемо, а какое нет в данной семье. Такая договоренность позволяет понять, какими словами по утрам приветствуют друг друга, как прощаются перед сном, с какими словами пропускают друг друга по коридору, как обращаются друг к другу, когда спрашивают, как просят прощения и извиняются.

Правила помогают усвоить, в какой последовательности и кто делает те или иные обязанности (уборку, готовит, выносит мусор) или участвует в совместных мероприятиях в семье. Для ребенка должны быть установлены правила, понятные ему и не вызывающие их неоднозначное прочтение.

Правила включают причины и способы наказания. Их необходимо озвучить до того, как применять, чтобы ребенок знал последствия своих действий. Это означает, что когда он ошибся в первый раз, наказание не применяется, но происходит договор, что при повторении ошибки возможно определенное действие родителей. Лучше, когда ребенок постепенно узнает границы дозволенного и недозволенного, поскольку он может сразу не запомнить все ограничения. При этом необходимо создать такие правила, чтобы они не противоречили собственному поведению родителей. Например, отец будет наказывать ребенка за курение, однако сам будет делать это регулярно.

Правила должны описывать и распределение обязанностей по дому и отношение к старшим и младшим, животным.

Существенную роль при этом играют семейные игры и ритуалы. Семейные игры расширяют для ребенка способы познания окружающего мира предметов и людей. Через игру дети усваивают веками укоренившиеся традиции и жизненно важные умения.

Возьмем, к примеру, куклу – одну из самых древних игрушек, которая по-прежнему находит свой путь к сердцам детей и взрослых в современном мире. Кукла обретает жизнь при помощи воображения и внутренней энергии своего создателя. Являясь частью культуры всего человечества, она сохраняет в своем образе самобытность и характерные черты создающего её народа. В этом главная ценность традиционной народной куклы.

Игры с куклами учат детей общаться, фантазировать, творить, проявлять милосердие. Своей молчаливой покорностью куклы пробуждают скрытые чувства. Если детям в семье неуютно, то они наказывают кукол, кричат, кормят ненавистной кашей и оставляют в тёмной комнате. Главное в этих играх – эмоциональный контакт с куклой. Куклы не только игрушки, но и близкие друзья. Они похожи на людей. Дети не просто привыкают к куклам – они привязываются к ним, как к живым существам и болезненно расстаются с ними. Поэтому не следует выбрасывать старую куклу, лучше обновить её, сшить новую одежду. Одевание старой куклы в новую одежду – это уроки хорошего вкуса и даже некоторых художественных ремёсел. Все эти действия – уроки чуткости, бережливости, внимания, доброты для маленького человека.

Семейное создание фольклорных кукол в процессе совместной детско-взрослой деятельности помогает выразить свои чувства, переживания во внешней действенной форме, исследовать окружающий мир через символизацию его в особой форме; формирует потребность понять и разобраться в себе, желание вступить в коммуникацию с другими людьми, используя про-

дукты своей деятельности. Многие семьи устраивают целый ритуал создания куклы, организуя совместную творческую деятельность (*Приложение 2*).

К семейным ритуалам относят детско-родительские праздники, например, день рождения каждого члена семьи, которые включают подготовку подарков, оформление комнаты, праздничного стола и т.п.

Особенно захватывающим для ребенка и всех членов семьи является ритуальный формат «Семейная фотохроника», «Семейный фотоальбом» или «Книга жизни ребенка» (*Приложение 3*). Лучше, если альбом начинается с фотографий ребенка (в пленках, тем более, что все дети этого возраста выглядят похожими) в раннем возрасте. Можно взять просто фотографию любого малыша. Но это создает у ребенка ощущение прошлого. Желательно заниматься оформлением альбома вместе с ребенком, чтобы он был участником этой церемонии и ощущал собственную значимость в данной семье.

В форме ритуала может быть организовано и формулирование семейных правил жизни. Например, все члены семьи «за круглым столом» обсуждают:

- что МОЖНО в семье и взрослым и детям;
- что всем членам семьи МОЖНО, но ПРИ УСЛОВИИ;
- чего членам семьи НЕЛЬЗЯ.

«Можно»	Пример: выбирать занятие по интересам; иметь свое личное пространство и т.п.
«Можно при условии»	Пример: играть в компьютер в течение 40 минут; смотреть телевизор не более 3-х часов и не позднее 21.00 ч. и т.п.
«Нельзя»	Пример: открывать дверь незнакомым людям; уходить на улицу без предупреждения взрослых и т.п.

Правила утверждают, но их корректировка возможна в любое время, когда их соблюдение станет ущемлять права кого-то из членов семьи.

Тема «ОРГАНИЗАЦИЯ КОНСТРУКТИВНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ»

Владение искусством общения, знание особенностей взросло-детского взаимодействия, умение применять конструктивные способы общения важны для полноценного развития личности приемного ребенка, а также отражают психологическую культуру семьи.

Большое значение для организации конструктивного взаимодействия родителей и детей в семье имеют такие ее составляющие как: образовательный уровень родителей, общая культура, педагогическая активность, умение устанавливать доброжелательные отношения со всеми окружающими, структурный тип семьи, возраст отца и матери.

Особая роль в межличностном семейном взаимодействии принадлежит родительским установкам и позициям.

Оптимальная родительская позиция отвечает требованиям адекватности, гибкости и прогностичности.

Адекватность родительской позиции представляется как понимание родителей индивидуальности своего ребенка, видение происходящих в его душевном мире изменений. Прогностичность родительской позиции заключается в том, что стиль общения должен опережать появление новых типических и личностных качеств детей. На основе прогностичной родительской позиции можно установить оптимальную дистанцию в детско-взрослых отношениях.

Выделены три аспекта отношений, составляющих отношение родителей к своему ребенку: симпатия - антипатия, уважение - неуважение, близость - дальность. Сочетание этих аспектов отношений позволяет выделить восемь типов родительского воспитания.

Действенное воспитание, основанное на симпатии, уважении и близости. Формула родительского отношения к детям такова: «Хочу, чтобы мой ребенок был счастлив, буду помогать ему в этом». В семье теплый эмоцио-

нальный тон общения, присуще активное участие в воспитании и интерес к увлечениям, способностям ребенка, уважаются его права, оказывается сочетание требовательности и уважения.

Отстраненное воспитание основано на симпатии, но существует большая дистанция с ребенком.

Формула семейного воспитания: «Смотрите, какой у меня прекрасный ребенок, жаль, что у меня не так много времени для общения с ним». Родители высоко оценивают ребенка, его внешний облик, его успехи, способности, но мягкое обращение с ним сопровождается неумением помочь в его проблемах.

Действенная жалость основана на близости, но отсутствует уважение.

Формула воспитания такова: «Хотя мой ребенок недостаточно умен и физически развит, но все равно это мой ребенок и я его люблю».

Этот стиль эмоционального отношения к ребенку характеризуется осознанностью действительных, а иногда и мнимых отклонений в его физическом и умственном развитии. В результате родители приходят к идее исключительности своего ребенка. В общении с ребенком идут по пути предоставления особых привилегий, всячески предохраняют от вредных влияний. Интересы родителей сосредоточены на нем, они как бы не верят в возможности и способности ребенка.

Воспитание по типу снисходительного отстранения основывается на симпатии, неуважении, большой межличностной дистанции.

Формула семейного воспитания выглядит примерно так: «Нельзя винить моего ребенка в том, что он недостаточно умен и физически развит». Неблагополучие ребенка негласно является его правом, родители не вмешиваются в дела ребенка, в его контакты со сверстниками и другими людьми, недостаточно ориентируются в душевном мире ребенка.

Отвержение основано на антипатии, неуважении, большой межличностной дистанции.

Такое отношение родителей к своим детям встречается очень редко, формула родительской позиции выражается так: «Этот ребенок вызывает у меня неприятные чувства и нежелание иметь с ним дело». Родитель отстраняется от ребенка, не хочет общаться с ним, не замечает его присутствия. Родитель становится холодно-неприступным при его приближении.

Презрение. В этом типе отношений присутствуют неуважение, малая межличностная дистанция. Такое отношение к детям соответствует родительской формуле следующего вида: «Я мучаюсь, беспредельно страдаю от того, что мой ребенок так неразвит, упрям, труслив, неприятен другим людям».

Любые достижения ребенка родитель не замечает, игнорирует, в общении не замечает ничего положительного. Общение родителей и детей строится на понукании, назидании, требовательности. Такие родители постоянно посещают специалистов, желая «исправить» его.

Преследование. При таком типе родительского отношения неуважение, антипатия, но близость к ребенку существует. Воспитание строится по формуле: «Мой ребенок негодяй, и я докажу ему это!».

В воспитании присутствует твердая убежденность родителей, что их ребенок превратился в «мерзавца». Родители пытаются чрезмерной строгостью, жестким контролем переломить ребенка, нередко выступают инициаторами привлечения к воспитанию общественности.

Отказ основывается на антипатии, уважении и большой межличностной дистанции.

В воспитании ребенка преобладает отстранение от его проблем. Они, как и он, издали наблюдают за ребенком, признавая его силу, ценность некоторых личностных качеств. При обострении отношений такие родители охотно прибегают к помощи общественности, стремятся доверить ребенка школе.

Одним из ведущих аспектов отношений в семье является общение. Исследователи В. Заслуженюк и В. Семиченко выделяют, что общение

между родителями и детьми имеет ряд специфических особенностей. Они выделяют следующие положительные признаки семейного общения:

1. Семейному общению присущи интимность, камерность, снижение «доверительного интервала», дистанции между общающимися сторонами.

2. Семейное общение охватывает все стороны человека, обеспечивая его внеролевое принятие и взаимодействие. Например: ребенок в школе выполняет роль ученика, на улице, переходя ее - роль пешехода, в спортивной секции - спортсмена. Семья принимает его в интеграции всех его внешних ролей.

3. Семейному общению присущ комплексный характер влияния. Поощряя определенное поведение ребенка, наказывая его за нарушение тех или иных правил, родители дают понять, какая система норм, правил приемлема. Одновременно с этим реализуется механизм идентификации: ребенок подражает родителям, ориентируется на них. Это может происходить как на сознательном, так и на несознательном уровне.

4. Семейное общение позволяет снимать стрессы, получаемые ребенком в других сферах жизни. На семью возлагается обязанность регулировать разнообразные отношения ребенка с окружающим миром. Родители являются своеобразным «буфером», т. к. обрушивать сложности жизни на неокрепшую психику ребенка недопустимо. Здесь семья выполняет рекреационную функцию.

5. Семейное общение обеспечивает максимальную длительность связей, что имеет большое влияние на человека на протяжении почти всей его жизни.

Однако, общение в семье может осложняться по некоторым объективным причинам, а именно:

- максимальная возможность для общения приходится на вторую половину дня, т.е. на тот период, когда придя домой члены семьи испытывают острую потребность в отдыхе;

- общение в семье чаще проходит на фоне уже накопившегося переизбытка общения;

- общение в семье связано с мелкими, каждодневными бытовыми хлопотами, что обесценивает его содержательную сторону, т. к. ограничивается внешней результативностью при внутренней пустоте отношений;

- отсутствие у родителей психолого-педагогического опыта. Он приобретается параллельно с развитием ребенка. Поэтому возможны ошибки из-за отсутствия такого опыта.

В результате каждодневного взаимодействия складывается общая атмосфера внутрисемейных отношений, характерная для того или иного типа семьи. Выделяются следующие виды отношений.

Сотрудничество заключается в поддержке и взаимопонимании. В семье удовлетворяются основные потребности всех членов семьи. Каждый независимо от возраста чувствует свою значимость, получает в семье помощь и понимание от всех.

Паритет - «союзнические» отношения, базирующиеся при взаимодействии на получении общей выгоды, удовлетворяющей все стороны. Личностная значимость каждого члена семьи отодвигается на второй план, ценнее всего поиск рациональной целесообразности любого события.

Соревнование – вид отношений, когда в семье каждый стремится быть первым во всем, быстрее всех, любой ценой достигнуть собственных целей.

Конфронтация - вид отношений, при которых преобладает стремление главенствовать над другими, показывать свое превосходство над другими.

Антагонизм - вид отношений, при которых есть две или три противостоящие стороны, которые не согласны на компромисс. Такое отношение может возникнуть между родителями и детьми.

На фоне таких видов семейных отношений как антагонизм и конкуренция появляются симптомы «скрытого сиротства», эмоциональная отчужденность детей от родителей, утрата защитных контактов между родителями и детьми, а следствием этого является детская беспризорность, бродяжничество.

во, неконтролируемость поступков детей. При таких условиях растет количество детских неврозов. Не излеченный в детстве невроз может исказить судьбу человека, отразиться на всей его жизни.

Проблемы семейного воспитания многоплановы. Нарушение функций семьи, воспитания, неоптимальный стиль общения и взаимодействия приводит к постоянным конфликтам, негативным тенденциям развития детей

Всех сложностей внутрисемейных отношений не избежать. Но воспитание чуткости, уверенности в себе помогут в решении семейных проблем с меньшими потерями, чем при стихийном течении событий.

Нельзя не подчеркнуть, что семейная атмосфера - отношения между членами семьи, ценности и родительские связи - создают исходную, решающую среду, в которой формируется личность ребенка. Из опыта семейной жизни ребенок устанавливает представление о себе, о других, об окружающем мире в целом. Эта атмосфера формирует ценности самого ребенка, обеспечивает ему чувство защищенности (или незащищенности), собственной значимости.

Нужно заметить, что трудности, которые испытывает семья, в частности, социального и психологического порядка, тесно переплетаясь и взаимодействуя, влияют на воспитательный процесс. К таким трудностям относятся проблемы семейных отношений, материальные трудности, недостаток жизненного опыта и педагогических умений и навыков.

Все дети в большой или меньшей степени испытывают на себе влияние семейной атмосферы, сформированной родительскими отношениями. Неблагополучие в семейном воспитании определяют несложившиеся отношения между матерью и отцом ребенка. Родительская любовь - источник и гарантия благополучия ребенка, поддержания его телесного и душевного здоровья. Именно поэтому первой и основной задачей родителей является создание у ребенка уверенности в том, что его любят и о нем заботятся. Никогда, ни при каких условиях у ребенка не должно возникать сомнений в родительской

любви. Самая естественная и самая необходимая из всех обязанностей родителей - это относиться к ребенку в любом возрасте с любовью и вниманием.

Глубокий постоянный психологический контакт с ребенком это универсальное требование к воспитанию, которое в одинаковой степени может быть рекомендовано всем родителям. Контакт необходим в воспитании каждого ребенка в любом возрасте. Именно ощущение контакта с родителями дают детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу. Основа для сохранения контакта - искренняя заинтересованность родителей во всем, что происходит в жизни ребенка, искренний интерес к его детским, пусть самым пустяковым и наивным затруднениям, способность понимать, желание наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе и сознании растущего человека. В зависимости от возраста и индивидуальных особенностей ребенка выбор конкретных форм и проявлений этого контакта широко варьируется, но есть и общие закономерности психологического контакта между детьми и родителями в семье.

Как строить воспитывающий диалог в семье? Главное в установлении диалога - это совместное устремление к общим целям, совместное видение ситуаций, общность в направлении совместных действий. Речь идет не об обязательном совпадении взглядов и оценок. Чаще всего точка зрения взрослых и детей различна, что вполне естественно при различиях опыта. Однако первостепенное значение имеет сам факт совместной направленности к разрешению проблем. Ребенок всегда должен понимать, какими целями руководствуется родитель в общении с ним. Ребенок, даже в самом малом возрасте, должен становиться не объектом воспитательных воздействий, а союзником в общей семейной жизни, в известном смысле ее создателем и творцом. Именно тогда, когда ребенок участвует в общей жизни семьи, разделяя все ее цели и планы, исчезает привычный монолог в воспитании, уступая место подлинному диалогу.

Наиболее существенная характеристика диалогического воспитывающего общения заключается в установлении равенства позиций ребенка и взрос-

лого. Достичь этого в повседневном семейном общении с ребенком весьма трудно. Обычно стихийно возникающая позиция взрослого - это позиция «над» ребенком. Взрослый обладает силой, опытом, независимостью. Ребенок физически слаб, неопытен, полностью зависим. Вопреки этому родителям необходимо постоянно стремиться к установлению равенства. Равенство позиций означает признание активной роли ребенка в процессе его воспитания, он всегда активный субъект самовоспитания. Родители могут стать властителями души своего ребенка лишь в той мере, в какой им удастся пробудить в ребенке потребность в собственных достижениях, собственном совершенствовании. Требование равенства позиций в диалоге опирается на тот неоспоримый факт, что дети оказывают несомненное воспитывающее воздействие и на самих родителей. Под влиянием общения с собственными детьми, включаясь в разнообразные формы общения с ними, выполняя специальные действия по уходу за детьми, родители в значительной степени изменяются в своих психических качествах, их внутренний душевный мир заметно трансформируется. Контакт с ребенком, как высшее проявление любви к нему, следует строить, основываясь на постоянном, неустанном желании познавать своеобразие его индивидуальности.

Помимо диалога для внушения ребенку ощущения родительской любви необходимо выполнять еще одно чрезвычайно важное правило – принимать его. Под принятием понимается признание права ребенка на присущую ему индивидуальность, непохожесть на других, в том числе, непохожесть на родителей. Принимать ребенка - значит утверждать неповторимое существование именно этого человека, со всеми свойственными ему качествами. Как можно осуществлять принятие ребенка в повседневном общении с ним? Прежде всего, необходимо с особым вниманием относиться к тем оценкам, которые постоянно высказывают сами родители в общении с детьми. Следует категорически отказаться от негативных оценок личности ребенка и присущих ему качеств характера. К сожалению, для большинства родителей стали привычными высказывания типа: «Вот бестолковый! Сколько раз объ-

яснять тебе, бестолочь!», «Да зачем же я тебя только на свет родила, упрямец, негодник!», «Любой на твоём месте уже понял бы, как поступить!».

Всем родителям следует очень хорошо понять, что каждое такое высказывание, каким бы справедливым по сути оно ни было, какой бы ситуацией ни вызывалось, наносит серьёзный вред контакту с ребёнком, нарушает уверенность в родительской любви. Необходимо выработать для себя правило не оценивать негативно самого ребёнка, а подвергать критике только неверно совершенное действие или ошибочный, необдуманный поступок. Ребёнок должен быть уверен в родительской любви независимо от своих сегодняшних успехов и достижений. Формула истинной родительской любви, формула принятия - это не «люблю, потому что ты - хороший», а «люблю, потому что ты есть, люблю такого, какой есть».

Семья для каждого её члена является определённым жизненным пространством, в котором протекает большая часть жизни каждого из них. В ней каждый стремится удовлетворять свои потребности, реализовать, развивать себя и, в то же время, находиться в теснейшей связи со всеми членами семьи.

Образно говоря, каждый член семьи выполняет определённые необходимые для поддержания баланса системы функции.

В семье дети выбирают различные, индивидуальные пути поведения, которые строятся на основе субъективной, подсознательной оценки происходящего вокруг.

Отношения между братьями и сестрами формируют будущие отношения с другими людьми в социуме. От качества этих отношений зависит, как в дальнейшей жизни взрослеющие дети станут общаться с теми, кто старше или младше их, дома или на работе, на отдыхе.

Соревновательность между детьми в семье - обязательное условие. Оно не всегда ведёт к трагедии, поскольку в небольших дозах подготавливает к будущей жизни. Превратится ли это соревнование в войну или дружеский поединок определяется тем, как родители регулируют взаимодействие.

Когда ребенок в семье не один.

Если спросить любого родителя об особенностях его детей, когда их несколько, то каждый с жаром будет приводить примеры их непохожести друг на друга и удивляться тому, что наука так серьезно относится к генетике. И именно типичность таких высказываний родителей свидетельствует о присутствии закономерности: дети близки генетически, но имеют разный темп, направленность интересов и многое другое. Каждый последующий ребенок изменяет психологический климат в семье, и, значит, живет в иных условиях, чем предыдущие дети. Психологические же различия определяются изменением времени и внимания, которые родитель уделяет отдельно каждому ребенку, их приоритетами при распределении своего времени, а также способностью самого ребенка удерживать внимание родителей.

Второй ребенок.

Второму ребенку приходится соревноваться со старшим во всем, при том условии, что он никогда не испытывал всепоглощающего внимания родителей, поскольку никогда не был единственным. Для младшего ребенка ситуация, когда мама делит внимание между двумя детьми, – единственно известный вариант жизни. Но это не значит, что он не будет бороться за внимание матери. Каждый ребенок, в зависимости от порядка рождения, развивается в разных условиях относительно внимания родителей, но стратегии борьбы у них различны. Старший ребенок кое-что умеет, поэтому он с большей вероятностью обратит на себя внимание матери, если нечто будет делать все лучше и лучше. Именно поэтому старшие дети лучше учатся, а позднее, соответственно, достигают больших результатов. Очень часто именно старшие перенимают профессию родителей, их бизнес. При этом скорость развития следующего ребенка определяется развитием старшего, с которым он соревнуется. Чем одареннее старший, тем большего достигнет младший.

Второй ребенок вырастает соперничающим и честолюбивым, стремящимся доказать, что он лучше первенца. Ориентируясь на достижения и добываясь превосходства, он пользуется любыми методами. При этом он может

ставить перед собой и слишком высокие цели, что может приводить как к неудачам, так и высоким результатам. Во втором ребенке кроется первооткрыватель, пионер, который хочет прорваться в неизвестное, наступая на пятки первому ребенку.

Нарушения в позициях детей наступают тогда, когда первому ребенку выпадают задачи второго, или второй из-за смерти первого вынужден выполнять несвойственные ему задачи. Младшие не могут делать то, что делает старший ребенок. Опытным путем они находят способы, на которые отвечает мать: это либо плохое поведение, либо слабость, либо провокация старшего на агрессию, что позволит пожаловаться матери и получить от нее поддержку.

Младший ребенок.

Младший ребенок, хоть и не бывал никогда один, однако может получить достаточное внимание не только от родителей, сколько от старших. Вырастая, он всегда будет «младшеньким», часто так и не обретя необходимой ответственности, которая вся ложится на старших детей. К. Кениг(2006) полагал, что третий ребенок держит равновесие с первым, хотя часто становится аутсайдером. Первые дети уже привыкли друг к другу, когда появляется чужак. Он стремится занять свое место среди других, но не избавляется от ощущения, что им пренебрегают. Наряду с отсутствием ответственности он будет лишен права носить новую одежду (ему долгое время будет доставаться то, что носили старшие), а также им долго будут управлять старшие, у которых всегда будут возрастные привилегии. Все это может привести к формированию чувства неполноценности.

Во многих семьях с несколькими детьми старшие дети достигают больших результатов, а младшие, привыкшие, что ответственность за них несут другие, став старше, не стремятся обрести эту ответственность.

При возникновении конфликта между детьми, взрослым не следует привычно наказывать старшего, как ответственного за всех, а помнить, что этот конфликт может быть следствием провокации со стороны младших. И

тогда наказанию (например, запрет на общение друг с другом в течение некоторого времени) подвергаются все, чтобы дети учились договариваться между собой, а не использовать скандал для борьбы за мамино внимание.

Именно по этой причине могут возникать проблемы развития детей в больших семьях: чем больше детей в семье, тем меньше возможностей для индивидуального общения со взрослым, без которого развитие ребенка замедляется.

Если в семье два ребенка, но между ними большая разница (более 10 лет), то каждый растет как единственный. Чем больше разница в возрасте, тем конфликтов меньше, но причины их возникновения более серьезны. Очередность рождения – значимый, но не единственный фактор, который влияет на индивидуальные особенности детей.

Братья и сестры.

Большинство родителей не чувствуют различий в условиях развития детей, поскольку семья никуда не переезжала, взрослые не меняли ни место работы, ни обстоятельства жизни. Но различия заключаются как в условиях взаимодействия ребенка и родителей, так и в распределении пространства для проживания. Первый ребенок - всегда единственный, а потому все внимание родителей, а иногда и бабушек и дедушек, приковано к нему одному.

Многие авторы отмечают, что дети, рожденные в семье первыми, – целеустремленнее, целостнее, более ориентированы в своем поведении, чем младшие братья и сестры. Последние легче обучаются, а первые идут к успеху и не боятся испытаний. Первый ребенок ориентирован на взрослых. Второй ребенок не так избалован вниманием взрослых. Он или спокойный, послушный, радостный, ему не требуется усилий, чтобы нравиться взрослым. Или он может быть упрямым, жестоким, независимым, способным выносить большое число наказаний, признавая их справедливость. Эти два вида вторых детей объединяет равнодушие к наказаниям и независимость от мира взрослых. Причина в этом суждении видится в различиях контактов между родителями и детьми, которые вторично влияют на образование и раскрытие ха-

рактера ребенка. Существует определенная закономерность: из семей, где был один ребенок, выходят дети, которые, вырастая, в своих собственных семьях предпочитают иметь одного ребенка. Выходцы из многодетных семей предпочитают также иметь многодетные семьи, хотя часть из них решит иметь только одного ребенка, поскольку сами в детстве пережили нехватку материнского внимания.

Детей разного пола родители воспитывают по-разному с самого рождения. Одно из исследований установило, что матери даже держат их по-разному. Девочку поворачивают лицом к себе, а мальчика, наоборот, - к миру.

Девочек с первых месяцев жизни ориентируют на общение, от них ждут большей эмоциональной привязанности к родителям. Мальчиков больше ориентируют на более широкие социальные контакты и активные действия.

В каждой семье свои правила воспитания. Самый главный секрет хорошего воспитания – это любовь, вера и интерес. Благодаря этому родители могут видеть, слышать и чувствовать своего ребенка, правильно реагировать на его потребности, быть тактичными и умными наставниками.

Суть воспитания заключается в том, чтобы помочь ребенку научиться самостоятельно устанавливать границы дозволенного, определять степень своей свободы.

По данным учёных нейропсихологов-нейрофизиологов В.Д. Еремеевой и Т.П. Хризман, мальчиков, даже совсем маленьких, чаще ругают, реже берут на руки, по отношению к ним речь взрослых чаще содержит прямые указания (отойди, принеси, дай, сделай, перестань), а в разговоре даже с годовалыми девочками взрослые чаще упоминают о чувственных состояниях (нравится, люблю, грустный, весёлый). Родители снисходительней относятся к плачущей дочке, чем к плачущему сыну, чаще повышают голос на мальчика. К нему же чаще применяют физические наказания. «Ты мальчик и должен уступить место девочке. Мальчики не плачут!», – это не только передача социального опыта, но и воспитание строго определённых черт характера буду-

щего человека. Девочку чаще обнимают, целуют, берут на руки. А ведь любому ребёнку необходимы ласка, тепло и внимание. Порой, мы даже не отдаём себе отчёта в том, что наши слова имеют оценочный оттенок. То, что мальчики чаще всего раньше отказываются от нежности взрослых обусловлено чаще всего именно воспитанием.

Приходя в этот мир, мальчики и девочки склонны в равной мере доверять окружающим и заботиться о них. Когда малыши встречают пренебрежение к своим нуждам и желаниям или испытывают боль от того, что эти нужды и желания не удовлетворены, реакция мальчиков обычно состоит в том, что они меньше заботятся об окружающих, а реакция девочек в том, что они начинают меньше доверять. Задача родителей – дать девочке больше заботы, понимания и уважения, чтобы она могла доверять окружающим, а по отношению к мальчику необходимо проявить больше доверия, приятия и одобрения, чтобы побуждать его заботиться об окружающих.

Девочке необходимо чувствовать, что она может доверять своим родителям, что они всегда готовы понять ее чувства, желания и нужды. Так проявляется ее потребность оставаться слабой и зависеть от окружающих. Ей необходима уверенность в том, что она может рассчитывать на поддержку родителей. Нередко девочки удовлетворяют эту свою потребность, делаясь чувствами со старшими и обращаясь к ним за помощью. Когда девочке плохо, она должна знать, что родители готовы окружить ее заботой. Иногда, если девочка не в силах получить то, что ей требуется, она подавляет свои женские качества (слабость, ранимость) и начинает испытывать свойственную мальчикам потребность в самостоятельности, доверии, приятии и одобрении.

Естественно, для того, чтобы мальчик был уверен в завтрашнем дне и доверял старшим, ему тоже требуется забота, понимание и уважение. Однако, для него важнее мотивация к действию. Самая главная потребность мальчиков – мотивация к деятельности. Задача родителей – проявить по отношению к мальчику больше доверия, приятия и одобрения, чтобы мотивировать его к деятельности. Для того чтобы мальчик заботился об окружающих, его

действия необходимо поддерживать стимулированием и поощрением. Если мальчику удастся доставить родителям радость, это служит ему мотивацией, чтобы и дальше вести себя соответствующим образом, в противном случае мальчик становится слабым и перестает заботиться об окружающих. Позитивное поощрение правильного поведения служит мальчику дополнительным подтверждением успеха.

Иногда наилучший способ проявить заботу о мальчике - дать ему возможность сделать что-либо самому. Даже если вы уверены, что у малыша ничего не получится, поверьте, что он извлечет из своей неудачи необходимые уроки. И, пожалуйста, помните: если он потерпит неудачу, поддержите его начинания: «Я уверена, что твои старания приведут к успешному результату», - вместо: «Ну вот, я же предупреждала».

Также специалистами отмечается, что у мальчиков и девочек несколько различается физиологическая сторона восприятия: девочки более чувствительны к шуму, у них выше кожная чувствительность, т.е. их больше раздражает телесный дискомфорт, и они более отзывчивы на прикосновение, поглаживание. Игры девочек чаще опираются на ближнее зрение: они раскладывают перед собой свои «богатства»: кукол, тряпочки и играют в ограниченном пространстве; им достаточно маленького уголка. Игры же мальчиков чаще опираются на дальнее зрение: они бегут друг за другом, бросают предметы в цель и т.д. и используют при этом всё предоставленное им пространство. И это не может не сказаться на особенностях развития зрительной системы.

Кроме того, показано, что мальчикам, в отличие от девочек, для полноценного психического развития требуется большее пространство, чем девочкам. Если недостаточно пространства в горизонтальной плоскости, то они осваивают вертикальную: лазают по лестницам, забираются на мебель.

Отечественные исследования показывают, что как раз в дошкольном и младшем школьном возрасте девочки опережают своих сверстников мужского пола в развитии вербальных (речевых) функций.

Кроме того, существуют различия в реакции детей различного пола на оценки их деятельности. Для мальчиков очень важно, что оценивается в их деятельности, а для девочек – кто их оценивает и как. Иными словами, мальчиков интересует суть оценки («За что?»), а вот девочки более заинтересованы в эмоциональном общении со взрослыми, для них важно, какое они произвели впечатление («Почему вы сердито мне говорите?»).

Получается, что мама (или педагог), долго ругая мальчика, нагнетая эмоции, сердится от того, что он не переживает вместе с ней, а как бы остаётся равнодушным к её словам. На самом деле он не равнодушен. Просто он уже дал пик эмоциональной активности, отреагировал на первых минутах разговора, но, в отличие от мамы, не может долго удерживать эмоциональное напряжение, он к этому не приспособлен. Приблизительно в девятилетнем возрасте у ребенка начинает развиваться чувство собственного "я" как отдельной от родителей сущности. С этого момента и до восемнадцатилетнего возраста детям требуется больше доверия, хотя и забота тоже по-прежнему нужна.

Независимо от возраста, мальчикам требуется больше доверия, а девочкам – заботы. Мальчик доволен собой, если может действовать самостоятельно. Добиваясь чего-то без посторонней помощи, он обретает уверенность в себе и чувство собственного достоинства. Так, мальчик может сопротивляться тому, чтобы мама помогла ему завязать шнурки, поскольку ему приятно осознавать, что он делает это сам. С другой стороны, если вы предлагаете помощь девочке, она чувствует, что ее любят. Предложение помощи девочке - это жест заботы, а позволение мальчику сделать что-либо самостоятельно - жест доверия.

Таким образом, необходимо понять, что мальчик и девочка – это два разных мира. Очень часто взрослые неправильно реагируют на поступки детей, потому что не понимают, что стоит за этими поступками. Если в семье уже растёт дочка, и родился сын, родителям необходимо знать, что во многом придётся начинать с нуля, и их опыт воспитания дочки не только не по-

может, а даже может мешать. Если после сына в семье родилась дочь, сложностей обычно бывает меньше, хотя разницу учитывать придётся в любом случае. Воспитывать, обучать и даже любить мальчиков и девочек надо по-разному. Но обязательно очень любить!

Фразы взрослых, обращенные к детям, в большинстве своем содержат слово «ТЫ»: «Лучше бы ТЫ отложил это», «ТЫ не должен так делать» и т.д. Также исследователи отмечают, что чаще всего в общении с детьми преобладают глаголы повелительного наклонения: «подай», «принеси», «быстро отвечай», а также техника «Ты-высказывания»: «Ты безобразно себя ведешь» или «Ты безответственный упрямец». В данном случае «ТЫ» обижает и заставляет другого человека чувствовать себя неуспешным.

Совсем иная конструкция - конструкция «Я-высказывания», позволяющая ребёнку услышать, что он нужен родителям, через сообщение ему о чувствах, испытываемых родителем по поводу возникшей ситуации или разрушающей формы поведения. При этом родитель не высказывает реплики, касающиеся личности ребёнка. Именно «Я-сообщение» направлено на гармонизацию семейных отношений. Формула «Я-сообщение» показывает, какие чувства вызывает поведение ребёнка. Например: «Мне грустно и не нравится, что игрушки разбросаны по полу». Данная формула сфокусирована на чувствах взрослого и не обвиняет ребёнка. Она оказывается более эффективной, поскольку реализует доверие и уважение, давая ребёнку возможность сохранить хорошее самочувствие, уменьшает антагонизм между взрослым и ребёнком.

Как строить «Я-сообщение»?

Пытаясь корректировать поведение ребёнка, необходимо сосредоточиться на его поведении, а не на его самосознании. Родительский гнев вызывает обычно не само поведение ребёнка, а последствия такого поведения. Это те самые последствия, которые пересекаются с желаниями или правами взрослых. Если взрослый не воспринимает последствия поведения ребёнка как фрустрирующие и вызывающие гнев, то, вероятно, не будет волноваться,

если только поступки ребёнка не являются действительно вредными и опасными.

Например, мама занята стиркой, в то время как дети отлично проводят время, громко смеясь и болтая. В этот момент все чем-то заняты и не надоедают друг другу. Соседка звонит в дверь, и мама, открыв, начинает разговаривать с ней. Теперь шум, производимый детьми, вызывает у неё раздражение, поскольку мешает беседе с соседкой. Данный пример показывает, что родителей часто раздражает не столько поведение детей, сколько его последствия. Именно поэтому важно сказать детям, что вы чувствуете при этом. Необходимо также дать понять детям, что переживания взрослого относятся именно к последствиям их поведения, а не к самому поведению. В приведённом примере мама может сказать: «Из-за этого шума я едва слышу тетю Таню».

Поскольку раздражение вызвано последствиями поведения детей, замечание, сделанное взрослым в соответствии с формулой «Я-сообщаю», окажется более эффективным, нежели обычный окрик. Конструкция «Я-сообщаю – в ответ» включает в себя следующие ступени:

1. Безоценочное описание поведения ребёнка: «Когда всюду разбросаны вещи...»
2. Указание на то, каким образом поведение ребёнка мешает взрослому: «... я вынуждена убрать их на место».
3. Характеристика чувств, испытываемых при этом взрослым: «Я испытываю раздражение и мне совершенно не нравится брать на себя эту обязанность».
4. Пожелание и приглашение к сотрудничеству: «Мне бы хотелось, чтобы мы договорились и всегда убрали свои вещи на их места...»

При использовании формулы «Я-сообщение» следует быть готовым к тому, чтобы:

- фокусировать внимание на своих или чьих-то переживаниях, но не на ребёнке;

- общаться с ребёнком тоном, демонстрирующим внимание и уважение;
- избегать обвинений, критики и т.п.;
- внимательно выслушать то, что говорит ребёнок о своей проблеме.

Формула «Я-сообщение» в целом охватывает три специфических момента ситуации: поведение ребёнка – чувства родителя – последствия поведения ребёнка для взрослого.

Следующие незавершенные предложения помогут построить общение по данной формуле:

1. Когда я вижу, наблюдаю, слышу... (констатация факта или поступка ребёнка).
2. Я чувствую... (констатация переживаний).
3. Потому что... (констатация последствий поведения ребёнка).
4. Мне бы хотелось.....

Необязательно жестко придерживаться предложенной последовательности определённых частей формулы «Я-сообщение»; в ряде случаев можно, например, опустить сообщение по поводу переживаний. Простые утверждения типа: «Я не могу убрать квартиру, поскольку в коридоре валяется велосипед» столь же эффективны, как и фраза: «Когда вокруг шумят, я совершенно не слышу, что мне отвечают, и это раздражает меня».

Только семья может дать ребенку крылья, чтобы летать, но и только она может подрезать их ему. Основной смысл семьи – защита от жестких требований общества и поддержка тогда, когда это необходимо. Но защита, тотальная на первых этапах становления личности, должна слабеть по мере взросления человека, чтобы предоставить ему возможность опробовать свои силы и окрепнуть.

Тема «ОСНОВЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ»

Стрессовые ситуации сопровождают жизнь любого человека и требуют от организма активного ответного действия. Однако не каждый ребенок и взрослый умеют адекватно реагировать на утраты (потеря близкого человека, развод, отъезд ребенка на обучение и т.п.) и сохранять при этом равновесие. Как приспособиться к новой ситуации? Как адаптироваться к состоянию утраты? Наиболее полезно, используя резервные возможности организма, овладеть методами сознательной и активной саморегуляции, научиться управлять стрессом.

Слезы – нормальная физиологическая реакция на боль, в данном случае на душевную боль, это эмоциональная разрядка. Если хочется плакать – плачьте, если чувствуете печаль – печальтесь, не испытывайте за это чувство вины перед окружением. После плача человек чувствует себя обессиленным, разбитым и опустошенным, но ему становится легче. Помните, что Вы имеете право на выражение своих чувств. Точно так же как и себе, позвольте ребенку плакать по утрате, которая произошла, если он этого хочет. Утешайте его, говорите с ним, помогите ему прожить эти эмоции.

Главное – говорить. Разговаривайте о потере, об одиночестве, о чувствах, о страхах... Не стесняйтесь показаться слабым человеком, горе всех на какое-то время превращает в маленьких беспомощных детей.

Многим помогает смягчить острые эмоции ведение дневника. Пишите о своих мыслях, чувствах, о своей боли утраты. Возьмите за правило через некоторое время перечитывать написанное, а потом попробуйте проанализировать, что изменилось за этот промежуток времени? Какие чувства стали острее, какие, наоборот, ушли? Чему Вы научились? Подобный самоанализ раскроет Вам Ваши слабые и сильные стороны. Опирайтесь в дальнейшем на то, в чем Вы сильны, ищите источники поддержки в тех аспектах, где Вы не уверены в себе.

Важным условием является соблюдение привычного распорядка дня и удовлетворение потребностей своего организма.

Практика показывает, что стресса и депрессии вполне можно избежать, если сформировать у себя установки и умение выходить из сложных ситуаций с минимальными потерями.

Для того, чтобы избавиться от негативных последствий переутомления и нервно-эмоционального перенапряжения и привести в норму свое психическое и физическое состояние, в повседневной жизни чаще всего следует обратить внимание на:

- Сон. Именно сон помогает снять усталость, отдохнуть, а также и как бы «заспать» те или иные переживания.

- Водные процедуры. Горячий душ успокаивает, помогает расслабиться. Холодный или контрастный душ, помогают взбодриться, преодолеть вялость и чувство усталости.

- Хобби. Занятие любимым делом в свободное от работы время, будь то марки, вязание, футбол или музыка, - является лучшим способом снять напряжение и восстановить силы.

- Физические упражнения и спорт. Активный отдых и занятия спортом наиболее распространенный способ борьбы со стрессами и с той усталостью, которая накапливается после рабочей недели.

- Смену обстановки, которая происходит во время поездки на природу, в другой населенный пункт, в гости, а также перестановка мебели, ремонт, изменение интерьера наилучшим способом восстанавливают необходимый запас физических и душевных сил.

Существуют также и специальные методы психологической разгрузки, которые дают позитивные результаты для поддержки эмоционального состояния и психической активности, например, аутогенная тренировка Йогана Шульца.

Положение тела должно исключать какое-либо мышечное напряжение. Для тренировки необходимо выбрать одну из следующих поз:

- Положение сидя. Занимающийся садится на стул в «позе кучера» - голова слегка опущена вперед, кисти и предплечья лежат свободно на поверхности бедер ладонями вниз.

- Положение полусидя. Занимающийся сидит в удобном кресле, облокотившись и откинув голову назад - на мягкую спинку кресла. Все тело расслаблено, ноги свободно расставлены или слегка вытянуты.

- Положение лежа. Тренирующийся ложится удобно на спину. Голова - на низкой подушке. Руки слегка согнуты в локтях и мягко лежат ладонями вниз вдоль туловища.

Заняв удобную позу, тренирующийся начинает вызывать в себе аутогенный фон в следующей последовательности:

1. Вызывание ощущения тяжести. Тренирующийся мысленно повторяет несколько раз формулу: «Моя правая рука очень тяжелая» (у левши - левая). Добившись ощущения тяжести в правой руке, вызывается это ощущение в другой руке, затем в обеих руках одновременно, в обеих ногах, затем в обеих руках и ногах одновременно, потом во всем теле.

2. Вызывание ощущения тепла. Добившись четкого ощущения тяжести, повторяют несколько раз следующую формулу: «Моя правая (левая) рука теплая». Далее ощущение тепла вызывается в той же последовательности, что и ощущение тяжести.

3. Овладение ритмом сердечной деятельности. Мысленно повторяется несколько раз формула: «Сердце бьется спокойно и ровно».

4. Овладение ритмом дыхания. Формула «Дышу совершенно спокойно».

5. Вызывание ощущения тепла в районе солнечного сплетения. Формула: «Мое солнечное сплетение теплое, совсем теплое».

6. Вызывание прохлады в области лба формула: «Мой лоб приятно прохладен».

Вся тренировка начинается и заканчивается формулой: «Я совершенно спокоен». Эта формула постоянно произносится в каждом упражнении. В

конце сеанса, чтобы вывести себя из состояния покоя и расслабления, рекомендуется сделать резкие разгибательные движения руками, сопровождая эти движения резким выдохом, и затем широко открыть глаза.

Аутогенная тренировка позволяет быстро, без посторонней помощи за 5-10 минут добиться необходимого результата восстановления работоспособности, улучшения настроения, повышения концентрации внимания и др., не ожидая, пока усталость, тревога или какое-либо иное неблагоприятное душевное или физическое состояние само собой пройдет. Методы аутогенной тренировки универсальны, они позволяют человеку индивидуально подобрать адекватную реакцию для воздействия на свой организм, когда необходимо устранить возникающие проблемы, связанные с тем или иным неблагоприятным физическим или психологическим состоянием.

Обращение к ребенку

Жили на свете две женщины, которые друг друга не знали.

Одну ты не помнишь, другую называешь мамой.

Две разные женщины, создавшие твою жизнь.

Одна стала твоей путеводной звездой, другая стала твоим солнцем.

Первая женщина дала тебе жизнь, а вторая учила, как ее прожить.

Первая дала тебе желание быть любимым, а вторая подарила тебе любовь.

Одна дала тебе национальность, другая дала тебе имя.

Одна подарила тебе талант, другая дала тебе цель.

Одна подарила тебе чувства, другая умиротворила твои страхи.

Одна видела твою милую улыбку при рождении, другая осушила твои слезы.

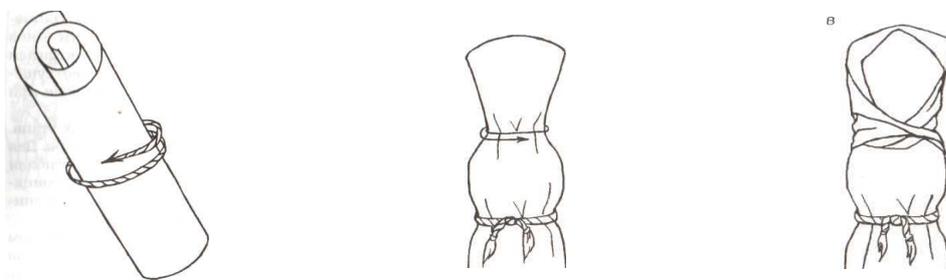
Одна не смогла предоставить тебе дом, другая молила о ребенке, и Бог услышал ее.

И сейчас ты задаешь мне сквозь слезы вопрос, на который еще никто не нашел ответ: наследственность или окружение – чей я плод? Ничей, дорогой мой, ничей! Просто две разные любви.

Варианты изготовления тряпичных кукол

Тряпичная «безликая кукла» созданная собственными руками становится личным «оберегом». Оберег – амулет или волшебное заклинание, спасающее человека от различных опасностей, а также предмет, на который заклинание наговорено и который носят на теле в качестве талисмана.

В основе правил изготовления куклы «Пеленашки» лежит традиционное понимание мироздания. В ней простейшими приемами воспроизводятся основные признаки человеческого подобия: тело, голова и центр жизненной



силы, который, по поверьям, располагается в районе пупа.

При изготовлении кукла в руках человека как будто повторяет таинство рождения. Ткань плотно скручивают в скатку и с усилием перетягивают посередине специально изготовленным пояском. Завязанный тугим узлом символизирует пуп. Оставшиеся концы шнура откусывают так же, как пуповину при рождении ребенка. Целостность образа центрируется на узле: развяжи узел и образ распадется.

Вторая, не менее существенная составляющая образа, – голова. Для обозначения головы скатку перетягивают нитями, выделяя треть длины с одного из концов.

С этого момента пропорции куклы соизмеряются с пропорциями младенца. Треть длины куклы, отделенная нитью, составляет верх – голову, другие две трети – низ куклы, а узел шнура-пояса располагают спереди. Это наиболее существенные детали, которые учитываются при пеленании куклы.

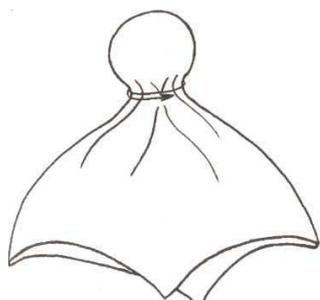
Куклу пеленают в три основных этапа. Сначала на голову повязывают платок. Для этого небольшой кусок ткани нужно перегнуть по диагонали. Платок накидывается концами крест-накрест, концы заводятся за спину, не завязывая узла.

Затем куклу плотно пеленают куском ткани. Для этого скатку укладывают на прямоугольный кусок ткани, чтобы часть с подвязанным платком выступала над его длинной стороной. Один из верхних углов ткани заводят наискосок за скатку.

Другой угол также укладывают наискосок за скатку крест-накрест первому. Свободную нижнюю часть ткани накидывают на «Пеленашку» сверху и обтягивают за скатку.

Пеленку закрепляют свивальником – узким длинным отрезом ткани.

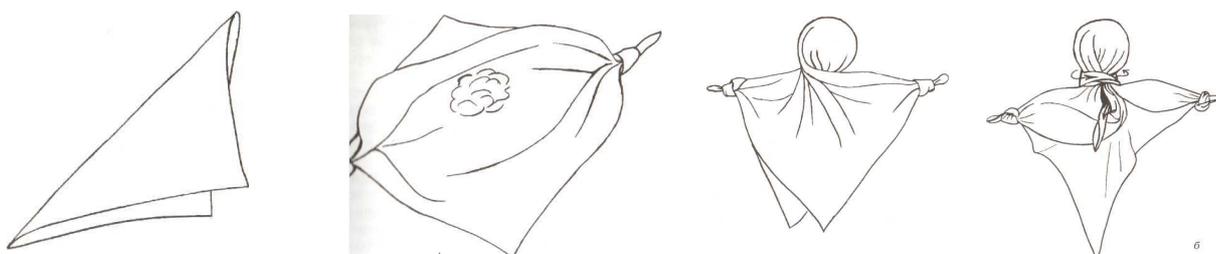
«Ангел» – кукла, которую можно подарить на именины каждому члену семьи, на рождество, украсить ей новогоднюю ёлку и праздничный зал, делают из простого лоскута белой ткани размером 15x15 см без помощи иглы, только перевязывая лоскут нитью. Сначала лоскут перегибают по диагонали пополам. Затем в центр его закладывают комок ваты или спутанных ниток. Комок обтягивают в центре лоскута и закрепляют нитью. Расправив в стороны два противоположных края лоскута, сложенных по диагонали, другие два противоположных края расправляют вниз. Белой нитью или узкой светлой тесьмой сложенный лоскут перетягивают посередине, накладывая пояс, а затем от пояса через грудь куклы — крест-накрест. Боковые края лоскута расправляют крыльями, а на голову куклы повязывают ленту или тесьму - нимб.



«**Бессонница**» - это простейшая тряпичная кукла, которая, возможно, и есть прародительница современной мягкой игрушки.

Когда без видимой причины начинал плакать младенец, мать, чтобы успокоить его и защитить от «злых духов», быстро сворачивала из двух лоскутов ткани куклу-оберег и укладывала ее в колыбель, приговаривая: «Сонница-бессонница, не играй моим дитяtkом, а играй этой куколкой».

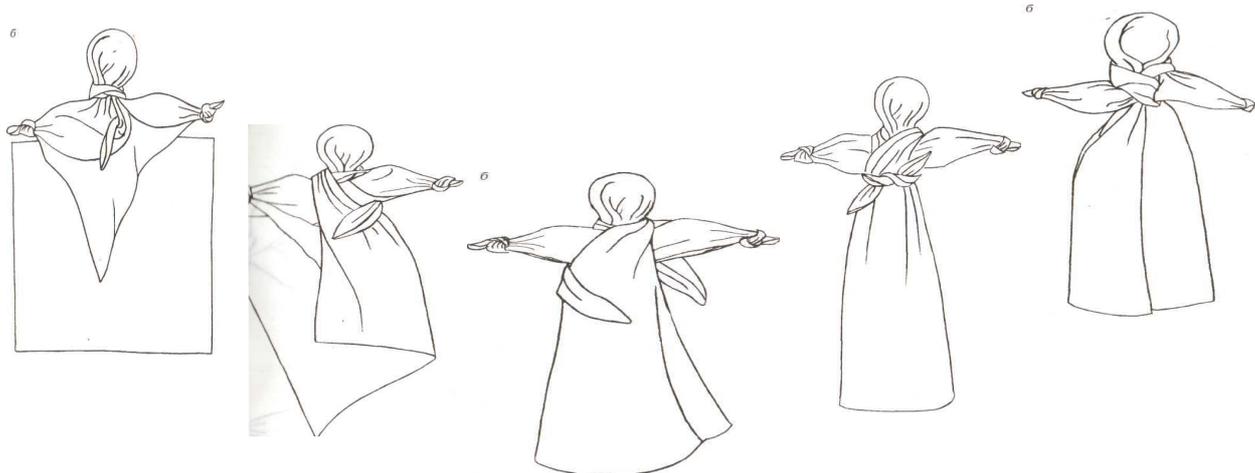
Чтобы сделать «Бессонницу», берут два приблизительно одинаковых по размеру носовых платка или два лоскута не очень плотной ткани такого же размера. Один платок складывают пополам по диагонали. На противоположных его концах туго затягивают узлы. Затем платок разворачивают и в центр его закладывают клубочек из спутанных обрывков нитей или тонких полосок ткани. Платок снова складывают пополам. Плотно обжав вложенный комок,



перекручивают платок в центре один раз по часовой стрелке. В представлении наших предков все, что связывалось с жизнью, двигалось, как солнце, по часовой стрелке.

Свободные концы платка вновь расправляют. Придерживая большим и указательным пальцами скрутку в центре платка, один из свободных концов платка оборачивают по часовой стрелке вокруг скрутки. Пропустив конец платка в образовавшуюся петлю, затягивают плотный узел.

Расстелив и расправив второй платок, на одной из его сторон расправляют заготовку из первого платка. Диагональ с завязанными узелками накладывают параллельно на сторону второго платка. Оставшийся свободный конец первого платка расправляют на втором платке.



Кончик от узла по скрутке тоже расправляют в середине платка в сторону свободного конца.

Получившуюся из первого платка деталь будущей куклы пеленают вторым платком. Для этого правый верхний конец платка оборачивают слева от скрутки первого платка и выводят из-под первого платка вновь на правую сторону ниже узла, завязанного на диагонали первого платка. Таким же образом левый конец второго платка оборачивают справа от скрутки. Оба конца платка стягивают плотным прямым узлом. Скрутку расправляют.

Простота изготовления, индивидуальность творческого начала и яркость возрождают интерес к этой скромной традиционной кукле.

Что такое «Книга жизни» и зачем она нужна приемному ребенку?

Психологи утверждают, что ребенок, оставшийся без родительского попечения, имеет полное право на свое прошлое, свою историю, какой бы она ни была.

Зачем приемному ребенку нужна «Книга жизни»? Встречается такая стратегия поведения, при которой принимающие родители «закрывают тему» прошлой жизни ребенка, и это помогает им избежать (но, скорее, отложить) встречи с его сильными эмоциями или с пугающей неизвестностью. Реальный выбор прост: либо оставить ребенка один на один с этими переживаниями, либо присоединиться к нему, предложить помощь и поддержку.

Функции «Книги Жизни»:

- развитие у ребенка зрелых психологических защит (вместо вытеснения и отрицания);
- преодоление чувства неадекватности, бессмысленности; восстановление «разрывов» в жизненной истории; осознание и переработка чувств, связанных с вытесненными эпизодами;
- признание позитивного, что было у ребенка в прошлом, возможность отдать этому дань уважения;
- повышение у ребенка чувства собственной значимости, интереса к самому себе;
- осмысление семейной истории и поиск иного выхода, помимо повторения негативного сценария жизни семьи;
- озвучивание тех аспектов жизни, про которые ребенок может сказать: «Это - мое!», то есть удовлетворение потребностей в принадлежности и, шире, в безопасности.

Совместная работа взрослых с ребенком над «Книгой жизни» способствует формированию привязанности ребенка к замещающим родителям. Она дает им уникальную возможность «вернуться» в прошлое ребенка, рас-

сказать, как они защитили и поддержали бы его, будь они тогда вместе с ним. Она дает возможность сформировать у ребенка определенное отношение к своей биографии, но отношение это будет ровно таким, как у самих взрослых.

Кто может делать «Книгу жизни»? Любой человек (замещающие мать или отец, бабушка/дедушка, старшие брат/сестра), у кого есть доступ к информации о прошлом ребенка. Родителям работа над «Книгой жизни» может указать на специфические проблемы, с которыми лучше обратиться к специалистам сопровождения. Оформление «Книги жизни» делается совместно взрослыми с ребенком: взрослый предлагает материал, варианты его размещения, а ребенок решает, включать ли его, в какой последовательности и как именно.

Что же собой представляет «Книга жизни»? Это альбом или папка с файлами, куда можно вставлять, вписывать или клеивать самую разную информацию. На первом листе располагается «Линия жизни», на которой фиксируют все перемещения ребенка в хронологическом порядке. Позитивную, ресурсную информацию важно представить в материализованной форме. Например, отмерить рост при рождении на ленточке, а вес - при помощи мешочка с крупой; найти фотографии того места, где родился и жил ребенок, если нет его собственных фотографий того времени, найти подходящую. Не следует акцентировать внимание на полном отсутствии информации, травматичные факты, напротив, лучше «обезвредить», используя только письменные формулировки, весьма сдержанные, в виде ссылок на внешние источники («со слов врачей, причиной смерти было серьезное заболевание»).

Какие источники могут использоваться при создании «Книги жизни»?

- Географические (карты, пейзажи, адреса).
- Документальные (ксерокопии свидетельства о рождении и других значимых документов).
- Биометрические данные, медицинские карты ребенка и его кровных родителей.

- Творческие: рисунки и поделки ребенка, его фотографии.
- Социальные: вырезки из газет того времени о семье или ребенке, грамоты, благодарности в его адрес или в адрес родителей; высказывания соседей или родственников.

Особого внимания заслуживают факты из жизни ребенка, предоставленные из социальных учреждений (детский дом, школа, центр детского творчества), от людей из ближайшего окружения ребенка и семьи.

Если возникают сомнения в достоверности рассказов самого ребенка, можно записать: «ты вспоминаешь, что...», «с твоих слов мы узнали, что...». «Книга жизни» пишется не столько ради исторической истины, сколько для «правды сердца». Работа с ней может помочь и в ситуациях, когда эти две правды вступают друг с другом в серьезный конфликт: подробнее об этом можно прочесть в статье Марии Капилиной *«Профессиональные трудности, с которыми сталкиваются специалисты при составлении «Книги жизни»*.

«Книгу жизни» можно начинать делать с дошкольниками от 3-х лет (но от взрослых потребуется особая креативность в создании наглядных и осязаемых материалов). Если ребенок умеет писать, он сам может вписывать в «Книгу» комментарии, а если еще нет, то следует обращаться к нему во втором лице: «Ты родился в роддоме 8 августа 2008 года».

Создание документированной личной истории переплетается с другими важными для всех детей и родителей темами: приватности, конфиденциальности и личного пространства, уважительного и этичного обращения к важной для себя и для других информации.

СЛОВАРЬ ПОНЯТИЙ

Агрессия – целенаправленное деструктивное поведение, противоречащее нормам и правилам сосуществования людей в обществе, причиняющее физический вред или вызывающее отрицательные переживания, страх, подавленность. Агрессивные действия могут выступать как средство достижения какой-либо цели, как способ психической разрядки, удовлетворения блокированной потребности личности и переключения деятельности, как форма самореализации и самоутверждения. А.: физическая, вербальная, прямая и косвенная, аутоагрессия (самообвинение, самоуничужение, самоубийство), враждебная (причинение вреда), инструментальная.

Адаптация социальная – 1) активное приспособление человека к изменившейся среде с помощью различных соц. средств, которое характеризуется тем, что человек, сам осознав необходимость изменений в отношениях со средой, формирует новые способы поведения, направленные на гармонизацию отношений с окружающими; 2) оптимизация взаимоотношений личности и группы, сближение целей их деятельности, ценностных ориентаций, усвоение индивидом норм и традиций группы, вхождение в ее ролевую структуру; 3) процесс и результат освоения ребенком новых для него соц. ролей и позиций, значимых для самого ребенка и его соц. окружения: родителей, учителей, сверстников, др. людей, всего социума.

Возраст психологический – определенная качественно своеобразная ступень индивидуального развития, обусловленная закономерностями формирования организма, условиями жизни, обучения и воспитания.

Дезадаптация – психическое состояние, возникающее в результате несоответствия социопсихологического или психофизиологического статуса ребенка требованиям новой социальной ситуации. Различают патогенную, психическую, социальную Д. детей и подростков.

Депривация – утрата, лишение, ограничение возможностей удовлетворения жизненно важных потребностей в течение длительного периода времени.

Запущенность педагогическая – 1) комплекс негативных качеств личности и поведение, противоречащее требованиям школы, общества; 2) устойчивое отклонение от нормы в нравственном сознании и поведении детей и подростков, обусловленное отрицательным влиянием среды и ошибками в воспитании.

Импринтинг – запечатление (от англ. *imprint* – *оставлять след, запечатлевать, отмечать*) - специфическая форма обучения; закрепление в памяти признаков объектов при формировании или коррекции врожденных поведенческих актов. Запечатление осуществляется в строго определенном периоде жизни (обычно в детском и подростковом возрасте).

Конфликт – столкновение разнонаправленных целей, интересов, позиций, мнений или взглядов, выраженное в обостренной жесткой форме. В зависимости от способа разрешения выделяют продуктивные и деструктивные конфликты.

Кризисы возрастные – условное наименование переходных этапов от одного возрастного периода к другому. Психическое развитие происходит в результате смены стабильных и критических возрастов.

Личность – человек как представитель общества, свободно и ответственно определяющий свою позицию среди людей. Л. формируется во взаимодействии с окружающим миром, системой общественных и человеческих отношений, культурой.

Негативизм – необоснованное сопротивление воздействиям других людей. Различают Н. пассивный, когда без достаточной мотивации человек отказывается выполнять требования, и активный, когда производятся действия, противоположные требуемым.

Общение – взаимодействие двух или более людей, состоящее в обмене между ними познавательной или эмоциональной информацией, опытом, знаниями, умениями, навыками.

Самоконтроль – осознание и оценка субъектом собственных действий, психических процессов и состояний, предполагающие наличие эталона и возможности получения сведений о контролируемых действиях и состояниях.

Самооценка – оценка человеком самого себя, своих достоинств и недостатков, возможностей, качеств, своего места среди других людей. С. бывает актуальной (как личность видит и оценивает себя в настоящее время), ретроспективной (как личность видит и оценивает себя по отношению к предыдущим этапам жизни), идеальной (каким бы хотел видеть себя человек), рефлексивной (как, с точки зрения человека, его оценивают окружающие люди).

Социально-педагогическая запущенность – устойчивая совокупность негативных личностных качеств; отсутствие привычки и способности к регулярной умственной работе, плохая контактность с окружающими, неумение анализировать свои действия и предвидеть их последствия

Характер – совокупность устойчивых психических черт личности, обуславливающая его отношение к окружающему миру, другим людям, самому себе, выражающая индивидуальное своеобразие личности и проявляющееся в стиле деятельности и общении. Характер тесно связан с другими сторонами личности человека, в частности, с темпераментом.

Эгоцентризм – сосредоточенность личности на собственных целях, мыслях, переживаниях, ограниченная способность объективно воспринимать внешние воздействия и состояния других людей.

Эмпатия – качество личности, ее способность проникать с помощью чувств в душевные переживания других людей, сочувствовать им, сопереживать.

ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребёнком. Как? – М., 2005.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Продолжаем общаться с ребёнком. Так? – М., АСТ, 2008.
3. Ефимкина Р.П. Детская психология. – Научно-учебный центр психологии НГУ, 1995.
4. Каменская, В.Г. Детская психология с элементами психофизиологии. – М., ФОРУМ; ИНФА-М, 2005. 288с.
5. Красницкая Г. С. Вы решили усыновить ребенка. – М., Дрофа, 2001.
6. Николаева Е.И., Япарова О.Г. Особенности личностных характеристик детей и родителей в эффективных и неэффективных приемных семьях. - Вопросы психологии. - 2007. -№.6. - С. 37-43.
7. Николаева Е.И., Япарова О.Г. Навстречу ребенку. Пособие для принимающих родителей. – М.: ООО «Издательство «Проспект», 2010. - 88 стр.
8. Стать семьей. Сборник статей по воспитанию приёмных детей Центра усыновления Швеции. – М.: Изд. НОБФ «Приют Детства», 2006.
9. Усыновление. Методическое пособие. – М.: Изд. НОБФ «Приют Детства», 2003, 2005.
10. Техника безопасности для родителей детей нового времени. – М.: РИПОЛ-Классик. Дм. Морозов, 2007.
11. Япарова О.Г. Условия психологической безопасности ребенка в приемной семье. - Психология образования в поликультурном пространстве. Т.1 (№1).- Елец, 2010. – С. 72-80.

ИНТЕРНЕТ РЕСУРСЫ

<http://www.usynovite.ru/>

<http://detskiedomiki.ru/>

<http://www.radiator.ru/>

<http://www.sirotstvo.ru/fond/>

<http://innewfamily.ru/>

http://community.livejournal.com/semja_rebenku

<http://www.fond-detyam.ru/>

<http://www.nevronet.ru/>

<http://www.fostercare.ru/>

http://www.pravmir.ru/krizis-7-let-kak-pomoch_rebenku/#ixzz3VZgZy9zt

ЗАДАНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Задание 1. Особенности развития ребенка

Инструкция: На основе изучения материала «Возрастная периодизация Э.Эриксона» заполните таблицу.

Стадия развития	Область социальный отношений	Полярные качества личности	Результат развития

Задание 2. Стадии привязанности

Инструкция: Изучите материал, представленный в разделе «Что такое депривация и как она влияет на развитие ребенка?» и заполните таблицу: Стадии формирования привязанности

Стадия привязанности	Проявления

Задание 3. План дома/квартиры

Инструкция: Вы готовитесь к приему ребенка в семью на воспитание и продумываете, каким образом, организуете детское пространство.

1. Начертите план своего дома/квартиры и отметьте в нем любимое место каждого члена семьи: за обеденным столом, перед телевизором, в спальне, общей комнате и т.д.
2. Укажите в плане своей квартиры/дома пространство (детский уголок, комната, игровой уголок) для приемного ребенка, перечислите все компоненты.

Задание 4. Адаптация приемного ребенка в замещающей семье

Инструкция: На основе содержания раздела «Как помочь приемному ребенку адаптироваться в замещающей семье?» составьте памятку членам замещающей семьи для успешной адаптации приемного ребенка.

Задание 5. Психологические основы конструктивного взаимодействия родителей и детей.

Инструкция: Вашему вниманию предложены проблемные ситуации, часто встречающиеся в семейных отношениях. Познакомьтесь с каждой из ситуаций и выберите из ответов родителей тот, который больше всего отвечает «Я-высказыванию».

Ситуация 1. Вы в очередной раз зовёте дочь/сына ужинать. Она/он отвечает: «Сейчас», – и продолжает заниматься своими делами. Ваша реплика:

- Да сколько же раз тебе надо говорить!
- Я начинаю сердиться, когда нужно повторять одно и то же несколько раз.
- Меня сердит, когда ты не слушаешься.

Ситуация 2. Вы беседуете со своей подругой/другом. Ребёнок то и дело прерывает ваш разговор:

- Мне трудно беседовать, когда прерывают разговор.
- Не мешай разговаривать.
- Ты можешь заняться чем-нибудь, пока я разговариваю?

Ситуация 3. Вы приходите домой после работы. У вашего сына-подростка друзья; музыка и веселье. На столе – последствия их чаепития. Вы испытываете смешанное чувство раздражения и обиды («Хоть бы обо мне подумал!»). Ваши слова:

- Тебе не приходит в голову, что я устала?!
- Уберите за собой посуду.
- Меня обижает и сердит, когда я прихожу после работы и вижу дома беспорядок.

Задание 6. Составление меню

Инструкция: Составить примерное меню на 1 день (завтрак, обед, полдник, ужин), учитывая энергетическую ценность суточного рациона пи-

тания ребенка (дошкольного возраста, младшего школьного возраста, подросткового возраста - на выбор).

Задание 7. Особенности воспитания мальчиков и девочек.

Инструкция: Изучите содержание раздела «Ответственное материнство и отцовство» и разработайте Памятку для родителей «Воспитываем мальчика. Воспитываем девочку».

Задание 8. Составление документа «Конституция семьи»

Инструкция: Семья это особое государство и вам предлагается составить «Конституцию» своей семьи.

При этом она должна иметь:

- титульный лист;
- преамбулу (введение), в которой необходимо перечислить всех членов семьи и род их деятельности.

Структура Конституции включает три части:

- права членов семьи, включая права родителей и детей, например, право на свободное время, личное пространство;
- обязанности членов семьи, отдельно обязанности родителей и детей, например, обязанность ухаживать за домашним животным, мыть посуду за собой, выносить мусор;
- ответственность членов семьи, в данном разделе могут быть прописаны санкции, которые возникают при неисполнении обязанностей.

Конституция включает:

- права членов семьи, включая права родителей и детей. Например: право на общение с друзьями, просмотр любимых передач, личное пространство и т.д..
- обязанности членов семьи, отдельно родителей и детей. Например: обязанность убрать свою комнату, накормить животных, мыть посуду и т.п..

- ответственность за неисполнение обязанностей, которая может быть выпажена в виде санкций, например: лишение карманных денег, просмотра телевизора и т.д.

Задание 9. Основы саморегуляции

Инструкция: В ситуациях стресса каждый человек проявляет разные способы реагирования. Вспомните, как обычно реагируете вы и заполните таблицу:

Ситуации, связанные с утратой	Способ реагирования

Задание 10. Что значит для меня материнство/отцовство

Инструкция: Напишите мини-сичинение (эссе), выразив собственное мнение и позицию по предложенной теме, отразив, что это значит для Вас лично.

*Благодарим Вас за работу
и надеемся на дальнейшее взаимодействие
на следующем этапе сопровождения.*

Психолого-педагогический портфель для замещающих родителей

Автор-составитель: Колпакова Н.В.

Редактор: Пивень В.В.

Верстка и дизайн: Фаст Д.И.

Подписано в печать 30.07.2014 г.

Формат 64x84 1/16

Объем 6,25 п. л.

Тираж 100 экз. Заказ № 105

Отпечатано в типографии ООО «Арбат»