

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное учреждение
Центр психолого-педагогического
сопровождения «Росток»

Серия «Психолог-родителю»



САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ РЕБЕНКА ГЛАЗАМИ СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА

Казань, 2018

УДК 37.035.6:37.035.7
ББК 74.200.50(2РОС)
С 23

С 23 Г.А. Блинов

«Самостоятельность ребенка глазами семейного психолога» / Г.А. Блинов. – Казань, 2018 – 16 с.

ISBN : 978-5-907130-00-5

«Самостоятельность ребенка глазами семейного психолога» (автор Г.А. Блинов) входит в цикл методических рекомендаций «Психолог – родителю». Данный цикл составлен специалистами Центра психолого-педагогического сопровождения «Росток» и предназначен для оказания практической помощи родителям в процессе воспитания детей, в разрешении сложных жизненных ситуаций. Тематика методических рекомендаций связана с областями психолого-педагогической практики, традиционно вызывающими наибольшие трудности.

ISBN : 978-5-907130-00-5

На консультацию к психологу приходит семья с ребенком младшего школьного возраста.

– Как тебя зовут? – спрашивает психолог ребенка.

– Его зовут Дима, ему 9 лет, он учится в третьем классе, - с готовностью отвечает за него мама.

Психолог просит мальчика нарисовать рисунок на определенную тему. При этом лист бумаги и карандаши лежат на журнальном столике, практически рядом с ребенком. Тут же, легким движением папиных рук, столик передвигается вплотную к мальчику, а мама в это время подталкивает коробку с карандашами еще ближе. В процессе выполнения задания у ребенка возникают затруднения, он поворачивается к маме, и стоит только ему вопросительно на нее посмотреть, как словно угадывая этот немой вопрос, мама подробно начинает объяснять, как и что нужно сделать. В какой-то момент мальчик чихает, родители синхронно желают ему здоровья и перед ним, словно по мановению волшебной палочки, возникает платочек...



Подобные семьи могут различаться по составу, по возрасту детей – от дошкольников до вполне взрослых молодых людей, но всегда присутствует одна общая особенность – помощь оказывается неадекватно развитию и способностям ребенка, когда ему по силам самому спра-

виться с какой-либо жизненной задачей, пусть даже и преодолевая определенные затруднения. И чаще всего в таких семьях помощь осуществляется по принципу «сделать за» ребенка. Между тем, если ребенок столкнулся со сложностями, существует много других способов помочь.

● Интересный эксперимент проводили психологи с дошкольниками. Фиксировали время, в течение которого ребенок мог целенаправленно и сосредоточенно выполнять предложенное игровое задание, в первом случае, в одиночку. В другом случае, ребенок делал такое же задание, но рядом с ним находился родитель, который просто с интересом наблюдал за занятием своего ребенка. Во втором случае, время, которое ребенок оказывался способен уделять этой деятельности, не прерывая и не прекращая задание, существенно, кратно увеличивалось по сравнению с первой серией эксперимента! То есть всего лишь ***участливое, заинтересованное внимание родителя к тому, что делает ребенок, значительно влияет на его способность концентрироваться, на его работоспособность, и, в конечном итоге, на эффективность его деятельности.***



● Часто родителям сложно спокойно выдержать проявление бурных детских эмоций обиды, злости, отчаяния в ответ на возникшие сложности: ребенок может кинуть ручку, учебники, или же, когда не получается решить задачу, заплакать от бессилия. Такие моменты являются серьезной проверкой на эмоциональную устойчивость родителей, и если они оказываются не в состоянии вынести сильные эмоции ребенка, то импульсивно бросаются ему на помощь в попытке уберечь от неприятных переживаний. Фактически же, такие действия родителей часто вызваны их неосознанным желанием избежать собственных неприятных эмоций.

Порой, опасаясь проявлений детьми подобных эмоций, стремятся «подстелить соломку» - например, если сын очень нервничает, учась завязывать шнурки, покупают ему обувь «на липучках». Или боясь, что ребенок будет волноваться из-за возможных опозданий в школу, везут его на автомобиле, даже если школа находится недалеко от дома.

Разумеется, такие действия совершаются из самых лучших побуждений, из стремления сделать жизнь своих детей максимально комфортной, уберечь от разочарований. Однако необходимо понимать, что развитие ребенка происходит не только благодаря тем благам, которые он получает, но и благодаря преодолению возникающих в жизни трудностей и преград.



Стараясь оградить ребенка от неприятных переживаний, устраняя каждый раз препятствия на его пути, родители лишают его возможности познакомиться со своими эмоциями и чувствами, возникающими при столкновении с проблемой, и важнейшего опыта их проживания, что, в свою очередь, может приводить к эмоциональным вспышкам, страхам, неуверенности у ребенка в будущем.

Каким же образом можно помочь ребенку справляться с трудностями, вызывающими бурные и подчас неконтролируемые вспышки обиды, гнева, отчаяния, не бросаясь делать что-либо за него?

Главное условие – способность родителей самим оставаться эмоционально устойчивыми, не впадая в панику при виде детских слез или агрессии. Понимать, что такие эмоции – совершенно естественная и нормальная реакция на трудности и препятствия, даже если проявление этих эмоций порой зашкаливает. Ведь ребенок только учится познавать и овладевать своими чувствами и эмоциями.



Родитель может существенно помочь справиться ребенку с неприятными переживаниями, если будет спокойным тоном комментировать его эмоциональное состояние. К примеру, мама может сказать: «Я вижу, ты очень

злишься (обижен, расстроен), что у тебя не получается решить задачу, так бывает». Мама также может рассказать о своем опыте, когда у нее что-то не получалось, как она это переживала. Во-первых, такие небольшие комментарии учат ребенка распознавать и различать свои чувства и эмоции. Во-вторых, он видит, что можно испытывать тяжелые, неприятные чувства и при этом ощущать понимание и принятие со стороны взрослых, и учится таким образом принимать себя и свои чувства.

● Иногда вполне достаточно немного поддержать, подбодрить ребенка: «Попробуй еще раз, у тебя обязательно получится!», отметить даже небольшие его успехи: «Молодец, первая часть задания сделана правильно!», чтобы, например, робким, застенчивым детям помочь вновь обрести уверенность и справиться с заданием.



● Если ребенок ошибается, выполняя малознакомую деятельность, лучше не спешить сразу указывать на ошибки и подсказывать верные ответы. Желательно сначала попробовать задать наводящие вопросы, вроде: «Посмотри, пожалуйста, внимательнее – правильно ли ты делаешь?», «Проверь, нет ли ошибки», «Можно ли здесь сделать по-другому?». То есть вместо готовых ответов, родители мягко стимулируют ребенка учиться концентрировать свое внимание, искать ошибки, находить другие варианты решений.

Бывает, что на данный момент у ребенка не хватает ресурсов, чтобы справиться с заданием лишь благодаря поддержке и стимуляции взрослых. Тогда можно дать небольшие подсказки, касающиеся конкретных действий, или алгоритма деятельности.



● Если словесных подсказок оказывается недостаточно, можно иногда наглядно продемонстрировать выполнение действия на собственном примере.

Еще один способ помочь ребенку – предложить ему сотрудничество, сделать какую-либо работу вместе. Сложность здесь заключается в том, что начинающаяся как совместная, эта работа часто продолжается и заканчивается только силами родителя. Например, мама предлагает малышу вместе собрать игрушки, а в итоге совершает эту работу практически одна.

Резюмируя сказанное, хочется подчеркнуть, что **грамотная, разумная помощь должна оказываться ребенку по принципу необходимости и достаточности. И по мере освоения им навыков и умений, выполнение дел, будь то самообслуживание, выполнение школьных заданий, домашних обязанностей, должно постепенно переходить под контроль и ответственность ребенка.**

Еще один важнейший принцип помощи – ДОБРОВОЛЬНОСТЬ.

Помощь должна оказываться только после соответствующей просьбы ребенка о ней. Если же вы видите, что ребенок не в силах справиться сам, и у вас возникает желание помочь, лучше сначала спросить, нужна ли ему сейчас ваша помощь, или предложить ребенку обратиться к вам, когда он сочтет нужным. В противном случае, высока вероятность, что на вашу помощь ребенок ответит агрессией, или разразится истерикой, потому что навязанная помощь воспринимается им как насилие.

С другой стороны, когда родители часто бросаются помогать, не дожидаясь просьбы, дети могут через некоторое время начать извлекать выгоду. Они используют свою беспомощность как инструмент для того, чтобы переложить свои обязанности на плечи взрослых.

В ряде случаев, бывает вполне достаточно на рациональном уровне обсудить с семьей взаимодействие с ребенком, а именно, каким образом чрезмерная опека и забота родителей могут препятствовать развитию его самостоятельности, чтобы совместно выработать более конструктивную линию поведения.



Однако чаще родители придерживаются данного стиля воспитания не потому, что не знают и не замечают своих действий. Нередко им об этом говорят окружающие (от родственников и знакомых до воспитателей в детском саду и учителей в школе), пытаясь уберечь от последствий. Сложность заключается в том, что механизмы формирования и сохранения гиперопекающего стиля воспитания зачастую являются трудно осознаваемыми. Рассмотрим некоторые распространенные причины.

Тревожность родителей.

На консультации семья с 10-летним сыном.

– Он у нас почти никуда не выходит один. На улице хорошая погода, другие ребята гуляют, играют, а наш сидит дома. Даже в магазин сходить боится... – жалуется отец.

– ... Ну, вы же понимаете, – продолжает папа через некоторое время, – какие сейчас времена. Детей похищают... Магазин через дорогу, а там машины на бешеной скорости мчатся, запросто сбить могут... Ребята во дворе сплошь какие-то агрессивные, ругаются, дерутся...



Такие родители практически постоянно испытывают страхи по поводу и без повода. Если ребенок немного опаздывает, или не отвечает сразу на телефонный звонок, их воображение уже рисует самые ужасающие картины. И чтобы как-то справиться с тревогой, стремятся контролировать каждое действие детей, опасаясь отпустить их от себя. Дети в этих семьях с раннего детства впитывают родительскую картину мира – мира страшного, опасного и непредсказуемого, – и боятся делать самостоятельные шаги.

Детоцентрические семьи.

Небольшое, но показательное, практическое упражнение для родителей: нарисуйте диаграмму своей жизни – круг, который вы делите на столько секторов, сколько в вашей жизни присутствует областей занятий, которым вы уделяете время, внимание, силы. Причем чем больше вы затрачиваете время, энергию, внимание на ту или иную область, тем большим сделайте соответствующий сектор. Надпишите получившиеся сектора.

А теперь ответьте на вопросы к сделанному упражнению:

- *Какую часть вашей жизни вы посвящаете ребенку (детям)?*
- *Есть ли на этой диаграмме ваша личная жизнь?*
- *Какую часть жизни она занимает?*

Родители из детоцентрических семей обычно рисуют диаграммы, где сектор, посвященный ребенку, занимает более половины круга, иногда доходя до 80% площади. При этом речь может идти о детях школьного возраста и даже старше.

Сектор личной жизни у некоторых родителей составляет 5-10%, а порой вообще отсутствует.

То есть в таких семьях дети занимают в представлении родителей не только центральное место, но и практически все пространство. Типичное высказывание родителей: «Все, что я делаю и ради чего я живу – это мой

ребенок». Возможно, кто-то задастся вопросом: «А что в этом плохого? Просто родители очень сильно любят своих детей».

Дело в том, что у ребенка в подобной семье формируется образ, что весь мир существует ради него. Но когда он выходит в социум, его ждет жестокое разочарование – никто не оказывает ему привычного внимания, не предвосхищает все его желания. В социуме принято самому добиваться и достигать целей, принимать решения и нести ответственность, а к этому он не привык.



Семьи с чрезмерной общностью с ребенком.

Мама с сыном 10-ти лет на консультации.

– Вы знаете, у нас проблемы с учебой, математика нам не дается. Еще мы не слушаемся тренера секции дзюдо...

На уточнение психолога, так у кого же, собственно, проблемы с математикой, и кто не слушается тренера, мама смущенно отвечает:

– Ну конечно, у сына. Но мы же одно целое!! - немного возмущенно добавляет она...

Такие семьи напоминают сиамских близнецов, у которых все общее, и только головы разные. В этих семьях настолько ценится сплоченность, что члены семьи будто сливаются в один запутанный клубок, да так, что уже непонятно, где границы мамы, а где сына.



Признаки семей с чрезмерным и запутанным типом привязанности.

В домах, если и есть межкомнатные двери, то они практически не закрываются.

Стучаться друг к другу в комнату считается неприличным: «Мы же все свои, чего скрывать-то?».

Сын может взять без спроса телефон у мамы из сумки, а мама - глянуть на его компьютере почту, проверить карманы куртки сына на предмет подозрительного содержимого: «Между нами не должно быть тайн, у нас все общее!».

Помощь в такой семье может оказываться неадекватно просто потому, что нет четких границ между членами семьи, и сферы обязанностей не определены.



В заключение, хочется напомнить, что **главная цель воспитания ребенка состоит в том, чтобы он, повзрослев, смог обходиться без родителей.** И учиться этому ребенок, главным образом, подражая родителям. Доверию и открытости к миру. Умению заботиться о своих близких, не жертвуя собой. Уважению и соблюдению собственных границ и границ других людей.

Георгий Блинов

**САМОСТОЯТЕЛЬНОСТЬ
РЕБЕНКА
ГЛАЗАМИ
СЕМЕЙНОГО ПСИХОЛОГА**

Министерство образования и науки Республики Татарстан
Государственное автономное учреждение
Центр психолого-педагогического сопровождения "Росток"

Адрес: 420057 РТ, г. Казань, ул. Академика Королева, 46
Тел/факс: (843) 563-35-16
е-mail: cpprkrostok@mail.ru
сайт: Росток116.рф

Подписано в печать 22.12.2018 г.
Бумага мелованная. Печать офсетная.
Тираж 1000. Заказ № 55/18

Отпечатано в типографии «Оранж Кей»
г. Казань, ул. Галактионова, д.14
2018 г.



**Министерство образования и науки
Республики Татарстан**

**Государственное автономное учреждение
Центр психолого-педагогического сопровождения
"Росток"**

**Адрес: 420057 РТ, г. Казань, ул. Академика Королева, 46
Тел/факс: (843) 563-35-16
e-mail: cpprkrostok@mail.ru
сайт: Росток116.рф**