



**Проект «Родитель плюс»
реализуется в рамках
федерального проекта «Современная школа»
национального проекта «Образование»**

В рамках проекта проводятся бесплатные консультации для родителей, мастер-классы, беседы, семинары.

Группа ВКонтакте: Родитель в теме
https://vk.com/roditel_v_teme

Телефон для записи: 8 (939) 813 45 12



ПРИСОЕДИНЯЙТЕСЬ

Привязанность — это тесная, индивидуально направленная эмоциональная связь между ребенком и взрослым.

Поведение привязанности - это любые формы поведения, притягивающие и удерживающие мать или ее заместителя поблизости от младенца (J. Bowlby, 1982).

Привязанность — это «психологическая пуповина», глубокая эмоциональная связь между родителем и ребенком.



**Этапы формирования
привязанности:**

**«У юбки»- от года
до трёх лет.**

Ратникова Ольга Сергеевна , педагог - психолог



Этапы формирования привязанности

От года до трёх лет.

Этот период часто называют этапом «У юбки». Слезая с рук около года, следующие пару лет ребенок проводит рядом с родителем – «у маминой юбки».

Интересно, что в некоторых диалектах русского языка (и в других языках) есть даже отдельное слово «юбошный» как обозначение возраста ребенка, вот именно этого, с года до трех. **Самое главное, базовое желание маленького ребенка – оставаться рядом со «своим» взрослым. Желательно всегда.**

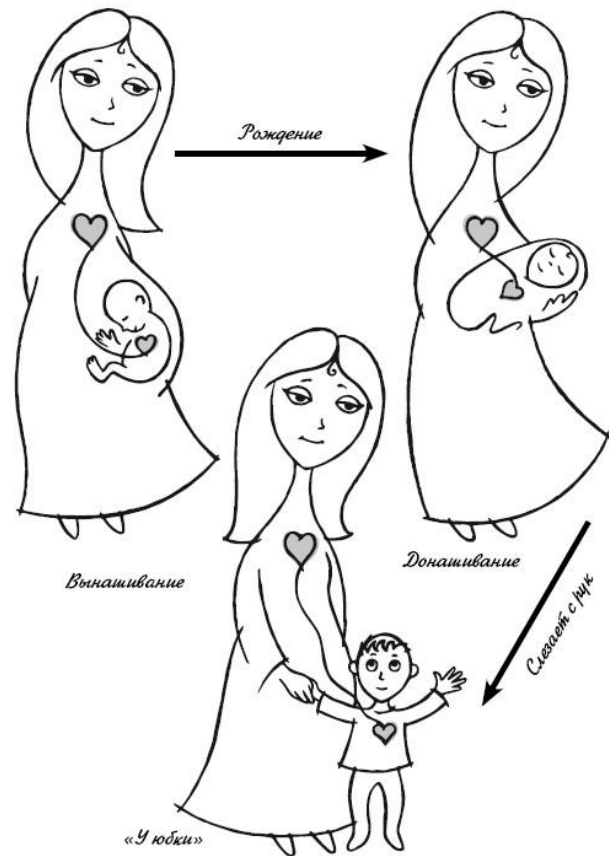


Следование за своим взрослым.

Наконец ребенок научился преодолевать силу земного тяготения, хотя бы пока на четвереньках и – о, чудо, надо же! **Теперь я могу сам приблизиться к маме, когда захочу!**

Двигательная активность развивается стремительно: пополз, потом пополз быстро, и вот уже первые шаги, которые ребенок делает всегда по направлению к родителю, навстречу его протянутым рукам – вот оно, счастье! Больше не надо ждать милостей от взрослых, захотел – и пошел! Потом побежал! Ведь стимул мощнейший – исполнение самого главного желания, самой базовой потребности.

Начинает свое становление важнейшая поведенческая программа, которая обеспечивает безопасность ребенка, его развитие и взросление – **поведение следования.**



Следование за своим взрослым.

Программа следования есть почти у всех млекопитающих, и у многих птиц: детеныши следуют за мамой, куда бы она ни пошла. Они сами не решают, куда бежать, не выбирают путь, не рассматривают варианты.

Залог выживания: следовать за своим взрослым, а уж он знает, куда. Слоненок трогательно держится хоботом за хвост слонихи, олененок бежит за ярким белым пятном у мамы под хвостом – чтобы легче было не терять из поля зрения на бегу, утята смешно семенят за уткой, человеческий детеныш идет рядом с родителем, держась за его руку или одежду.



Следование за своим взрослым.

Чтобы успешно освоить навык следования, необходимы:

- четкая избирательность (удерживать объект, не путать объект);
- способность оценивать расстояние до объекта (безопасно ли оно);
- способность оценивать свою скорость (догоню ли?);
- способность преодолевать препятствия.



Следование за своим взрослым.

Много конфликтов связано со способностью родителя оценивать способность ребенка «следовать» (если расстояние больше, чем расстояние безопасности ребенок переходит к более ранней программе «оставаться на месте и кричать»; если в этот момент начать его воспитывать, он регрессирует еще больше – кричит еще громче).



Следование за своим взрослым.

Вполне устойчивое поведение следования формируется только годам к трем, а наверняка не отстать от родителя при движении в толпе ребенок сможет только к шести. Но и тогда, если вдруг его все же оттеснят и он потеряет мать или отца из виду, у него очень скоро включится та самая программа «стоять на месте и плакать».

Именно этому мы учим детей: потерялся – никуда не уходи, стой на видном месте, я тебя найду.



Поведение следования очень важно не только в буквальном смысле, как передвижение в пространстве. В более общем смысле следование – это **подражание**. Делай как твой взрослый – тоже базовое, заложенное в любого ребенка от природы поведение. Именно через подражание родителям ребенок усваивает самые важные, самые значимые умения в своей жизни: ходить, говорить, манипулировать с предметами. Все это результат не каких-то специальных занятий и уроков, а просто подражание: **смотри и повторяй, пока у тебя тоже не получится.**



К концу 3 этапа поведение «следования» осуществляется и в переносном смысле (следование указаниям взрослого, то есть **послушание**). Таким образом поведение следования выводится на уровень абстракции.

«Возможно, для кого-то эта мысль покажется неожиданной, но дети на самом деле от природы послушны. Это часть программы привязанности – следовать за своим взрослым в прямом и переносном смысле. Даже если вы возьмем самого отъявленного неслуха, от строптивости которого родители уже рыдают, внимательно понаблюдаем за ним и занудно посчитаем, сколько раз за день он послушался родителей и сколько нет, мы убедимся, что актов послушания будет в несколько раз больше.»



Трехлетка способен устойчиво следовать не только за самим родителем, но и за его голосом, его словами. Мы можем предупредить его: «Стой! Там машины ходят!». Можем помочь позаботиться о нем: «Прохладно стало, иди-ка надень куртку». Если он хочет пить, а мы заняты или просто лень вставать, можно давать ему инструкции: «Видишь, стоит пакет с молоком на столе? А вон там, на полке – чашка. Возьми чашку, поставь на стол и аккуратно налей молока из пакета. Подальше от края поставь. Вот так, молодец!» – и ребенок напился, а мы и пальцем не пошевелили.

Теперь у нас есть пульт дистанционного управления! Наша с ребенком связь становится растяжимой, как эластичный собачий поводок. **Мы можем осуществлять поведение привязанности – поведение защиты и заботы на расстоянии, словами, а не прямым действием.** Мы как бы передаем ребенку часть своей ответственности за его безопасность и благополучие – пока совсем небольшую.

К концу периода взрослый может управлять на расстоянии словами – привязанность начинает выдерживать расстояние (можно осуществлять защиту, заботу на расстоянии).



От 1,5-годовалого нельзя требовать прекратить нежелательное поведение.

Важно: в период с года до трёх родитель должен находиться в непосредственной близости от ребёнка, «на расстоянии вытянутой руки», чтобы иметь возможность остановить нежелательное или потенциально опасное поведение ребёнка. Это вопрос обеспечения безопасности жизни и здоровья ребёнка.

3-летний способен понять требование, но может «качать права», отстаивать свою точку зрения.



Так интенсивно, как мы учимся в этот период, мы больше не сможем никогда. И знаний и умений, более важных для качества жизни, мы тоже больше никогда не получим.

Всё это время ребенок самозабвенно учится, все время что-то пробует, осваивает, совершенствует, проявляя чудеса упорства и целеустремленности. Все время, пока не спит и ест.



Когда усилия ребенка наталкиваются на препятствие, которое оказывается для него чересчур сложным и болезненным, настолько, что даже его терпения не хватает, он идет к маме. Если не получилось, если все рассыпалось, если он ударился или испугался – у него есть всегда возможность обратиться за утешением к своему взрослому, который в этот момент в доступе – мама, папа, бабушка, няня, кто-то еще. Он прижимается, залезает на руки, то есть фактически возвращается на стадию донашивания. Словно становится на время опять маленьким, забирается, как в кокон, в объятия родителя, в его любовь. **Психологи употребляют термин психологическая утроба – это успокаивающие, утешающие отношения, в которые можно укрыться от жизненных невзгод.**



Способность одного человека быть для другого психологической утробой, дать ему утешение и успокоение в своих объятиях, называют способностью к **контейнированию** – от слова «**вместилище**» – по смыслу сходно с выражением психологическая утроба. Что вмещает контейнер? Те самые чувства, с которыми человеку не под силу справиться самому. Боль, страх, обиду, разочарование – все то, что мы испытываем в ситуации сильного стресса.



В случае столкновения с фрустрацией бывает важно уметь как собраться и прорваться, так и смириться и расслабиться. Чаще всего ребенок просто действует последовательно, он пробует сначала план А – прорваться, а уж если не вышло, то план Б – поплакать и смириться.

Вот для перехода от плана А к плану Б, от протеста к печали, и необходимо бывает контейнирование. Переход от мобилизации к демобилизации требует расслабления. Нужно погрузиться в себя, отдаться чувствам, утратив на время бдительность, позволив себе «ничего не видеть» от слез, уйти в свои переживания. Это сложно сделать, если нет защитного кокона вокруг, контейнера, психологической утробы. Если нет кого-то, кто своим поведением даст понять: «Положись на меня, в эти минуты за твою безопасность отвечаю я. Я ограждаю тебя от мира, а ты просто расслабься и позволь стрессу уйти».



Хотите, чтобы ребенок справлялся с жизнью? Значит, все детство утешайте, обнимайте, принимайте его чувства. Не говорите «Не плачь!», не стремитесь сразу отвлечь и развлечь. Помогайте ему проживать стресс, оставаясь живым, и выходить из него, а не глотать неприятные чувства и отмораживаться. Пусть огорчается, плачет, боится, протестует – и пусть с вашей помощью учится принимать несовершенство мира, переходить от разочарования и протеста к утешению и примирению с реальностью.



Спасибо за внимание!

