



Поддержка психического здоровья ребёнка в детском саду

Методический материал



Tervise Arengu Instituut
National Institute for Health Development

Институт Развития Здоровья

Поддержка психического здоровья ребёнка в детском саду

Методический материал

Таллинн 2015

Публикация подготовлена по заказу Института Развития Здоровья.

Методический материал на эстонском языке „Lapse vaimse tervise toetamine lasteaias“ финансируется из средств проекта Больничной кассы «Укрепление здоровья в детском саду и школе» в 2013.

Перевод на русский язык финансируется из средств „Rahvastiku tervise arengukava 2009–2020“ в 2014.

Составители: Лиана Варава, Сийви Хансен, Тийа Пертель
Авторы глав: Кадри Ярв-Мяндоя, Майре Рийз, Кярт Кяэсель, Эне Пилль
Рецензенты: Лемме Хальдре и Вийвика Роостар

Печать: Atlex AS, 2015

ISBN 978-9949-461-54-7

ISBN 978-9949-461-55-4 (pdf)

Воспроизводить материал с целью распространения без согласия Института развития здоровья не разрешается.
При использовании данных издания необходима ссылка на источник.

Для бесплатного распространения.

Содержание

Введение	4
Психическая травма в раннем детском возрасте <i>Майре Руйз</i>	7
Воздействие психической травмы	7
Уменьшение воздействия психической травмы	11
Потеря в жизни маленького ребенка <i>Майре Руйз</i>	16
Понимание маленьким ребенком смерти	16
Как объяснить смерть маленькому ребенку?	17
Реакции маленького ребенка	22
Различные потери	22
Участие детей в ритуалах	24
Что говорить ребенку о самоубийстве?	26
Ненадлежащее обращение с детьми <i>Эне Пилль</i>	33
Чрезмерная опека и чрезмерная загруженность как ненадлежащее обращение	34
Заброшенность	37
Эмоциональное насилие	39
Физическое насилие	41
Сексуальное насилие	43
Неприемлемое поведение детей	45
Все дети разные	50
Детские страхи	52
Сотрудничество в случае проблем с поведением ребенка <i>Кярт Кяэсель</i>	56
Сотрудничество с ребенком и коллегами в группе детского сада	57
Сотрудничество с ребенком – игра как поддержка эмоционального и социального развития	62
Сотрудничество в случае более стойких проблем с поведением	64
Расширение круга сотрудничества	71
Общение с детьми и родителями <i>Кадри Ярв-Мяндоя</i>	76
Поведенческое окно	76
У кого затруднение/проблема?.....	78
Активное слушание	81
Утверждающие я-сообщения	86
Переключение передачи	88
Признание	89
Сотрудничество с родителями	91
Наполнение чаши	95
Заключение	96

Введение

Позитивный психосоциальный климат в детском саду играет важную роль в поддержке психического здоровья детей и работников.

В дружеской и поддерживающей атмосфере и ребенок, и работник чувствуют, что о них заботятся и их ценят. Роль учителя включает в себя заботу о социальном, духовном и эмоциональном благополучии детей. Он учит детей считаться друг с другом, предлагает поддерживающую развитие обратную связь в детской деятельности, а при необходимости также помощь, ободрение и поддержку. Центральное место в создании дружественной к детям атмосферы занимает проведение занятий в форме групповой работы – это служит обучению детей навыкам сотрудничества. Занятия в маленьких группах помогают детям приспосабливаться друг к другу и ценить различия. Дети, наученные сотрудничать ради достижения совместной цели, не делятся на так называемых «победителей» и «проигравших», но ценят совместную деятельность и считают ее важной.

Чувствовать себя в детском саду безопасно – это одно из основных прав как детей, так и работников. В то же время, в детском саду могут иметь место ситуации, когда дети ведут себя по отношению друг к другу агрессивно или каким-либо иным неподобающим образом. Причиной этого может быть неумение справляться с различными ситуациями. Учителя должны уметь справляться с неприемлемым поведением, устанавливая границы, выражая теплоту и позитивный интерес, привлекая также родителей, а, при необходимости, и узких специалистов. Большое значение имеют предлагаемый ими позитивный пример и опыт. Для обеспечения безопасной среды важно, чтобы правила были ясны для детей и воспринимались ими как справедливые, а также чтобы требования по их соблюдению были последовательными. Детские сады должны разработать четкие инструкции по предупреждению агрессивного поведения и дразнения со стороны детей, а также подход к таким проявлениям. Повышение способности детей к сотрудничеству и мотивирование их к дружелюбному и поддерживающему общению также ведет к сокращению случаев неподобающего поведения.

Существенной чертой содействующего развитию здоровья и дружественного к детям детского сада является привлечение родителей к жизни детского сада и к принятию решений. В число задач детского сада входит оказание, при необходимости, помощи семьям путем поддержки эмоционального и социального развития детей. Предпосылкой поддержки развития детей является хороший контакт школы и детского сада. Зная фоновую инфор-

мацию о ребенке, учителя могут лучше его понимать и приспосабливать занятия к его нуждам, а также считаться с ценностями и традициями семьи. Позитивно настроенные в отношении детского сада и вовлеченные в его жизнь родители с удовольствием будут поддерживать ценности, принципы и обычаи детского сада.

Существенным показателем эмоционального и социального благополучия является осознание ребенком того, что его ценят таким, какой он есть. Отвержение и чувство неполноценности разрушают самооценку и тормозят развитие ребенка. Отношение к детям с особыми потребностями как к полноценным и предоставление им таких же возможностей для достижения успеха и самовыражения, как и товарищам по группе, поддерживает и стимулирует их эмоциональное, социальное и интеллектуальное развитие.

Институт развития здоровья уже в течение ряда лет предлагает для персонала детских садов различные курсы по созданию здоровой и безопасной среды и формированию у детей социальных навыков, поддерживает консультирование учреждений и издает различные инструктивные и информационные материалы. В сотрудничестве с узкими специалистами создано рабочее средство «e-hindamiskeskond» («э-среда оценивания»), включающее вопросники, позволяющее как работникам, так и родителям оценивать вышеупомянутые аспекты психосоциальной среды в детском саду. Описания различных областей пронизаны такими ценностями как забота, сплоченность, чувство безопасности, сотрудничество, доверие, помощь, терпимость и т. п. Созданное в интернет-среде terviseinfo.ee рабочее средство предоставляет детским садам возможность оценивать свои сильные и слабые стороны. На основании результатов оценивания персонал, в сотрудничестве с родителями, может определять потребности в развитии и при необходимости планировать деятельность по улучшению. Развитие внутреннего климата в своем учреждении является опорой для поддержания психического здоровья. Стабильная, дружеская и безопасная среда создает предпосылки для психического, эмоционального и социального благополучия детей.

Данный материал составлен, в первую очередь, для специалистов детских садов, но им с успехом могут пользоваться и другие специалисты, занимающиеся детьми дошкольного возраста. Подойдет он также и родителям для расширения их кругозора. В первой части материала, «Психическая травма в раннем детском возрасте», в основном рассматривается влияние психической травмы и возможности уменьшения этого влияния. Кроме того, в ней рассказывается о потерях в жизни маленького ребенка и о том, как справляться с такими ситуациями. Во второй части, «Недопустимое обращение с детьми», приведены различные виды недопустимого

обращения и особенности в поведении ребенка, которые могут на это указывать. В третьей части, «Сотрудничество в случае проблем поведения ребенка», даются четкие практические указания по развитию сотрудничества с ребенком, коллегами и узкими специалистами в случае проблемного поведения ребенка. Последняя часть материала, «Общение с детьми и родителями», учит активному слушанию и применению утверждающих я-сообщений. В ней, помимо этого, подробно рассматривается тема привлечения к сотрудничеству проблемных родителей. В текстах данного материала приведены примеры жизненных ситуаций.

Составители материала надеются, что публикация поможет работающим с детьми специалистам лучше замечать нужды и/или проблемы детей и умело действовать, чтобы поддерживать их психическое здоровье наилучшим образом.

Психическая травма в раннем детском возрасте

Майре Рийз

Знание особенностей развития детей является очень существенной предпосылкой для того, чтобы замечать их трудности и оказывать необходимую поддержку. Пережитое в раннем детстве оказывает влияние на развитие мозга и дальнейший ход жизни ребенка в гораздо большей мере, чем многие взрослые себе это вообще представляют. Поэтому важно понимать также и то, какой отпечаток накладывает на развитие ребенка пережитая им в раннем детском возрасте психическая травма.

Воздействие психической травмы

Далее кратко поясним, какие последствия для нервной и мышечной системы влечет за собой полученная психическая травма.

Чрезмерная стимуляция. Когда ребенок рождается, его сердечный ритм и артериальное давление регулирует мозговой ствол, возбуждением и моторикой руководит средний мозг, а за обработку эмоций отвечает лимбическая система. В нервной сети правой лобной доли головного мозга ребенка запечатлевается опыт общения с тем, кто главным образом за ним ухаживает, т.е. формируется система привязанности.

Если ребенок уже с раннего детства растет в хаотичной обстановке, например в силу употребления окружающими алкоголя или наркотиков или по причине домашнего насилия, то вышеупомянутые отделы мозга получают чрезмерную стимуляцию – избыток возбуждения и эмоциональных реакций. Перевозбужденный мозг, в свою очередь, информирует весь организм о том, что он находится в стрессе, и «выключает» из работы те области мозга, которые отвечают за мыслительную деятельность и обучение.

В доме, где царит хаос, нередко предлагается слишком мало успокаивающих факторов. Из-за этого система регуляции возбуждения и моторных функций в среднем мозгу развивается неадекватно. Дети, вынужденные расти в такой гнетущей атмосфере, испытывают чрезмерно большое возбуждение и, к тому же, озлобленность и подавленность, не умея при этом успокаиваться. Система привязанности внутри них исковеркана.

Пережитое в раннем детстве оказывает влияние на развитие мозга и дальнейший ход жизни ребенка в гораздо большей мере, чем многие взрослые себе это вообще представляют.

Как готовность к действиям, так и «замороженность» откладываются в мышечной памяти ребенка и становятся, тем самым, частью его сущности.

Хаос и отвержение оказывают влияние также и на вегетативную нервную систему ребенка, контролирующую работу сердца, легких, а также пищеварение и обмен веществ. У ребенка, выросшего в неблагоприятной среде, среди хаоса, вегетативная нервная система возбуждена в большей степени, чем обычно. В результате таким детям как правило значительно труднее справляться со своими эмоциями, которые имеют тенденцию усиливаться. Вследствие этого ребенок постоянно пребывает в тревожном состоянии; его мышление отмечено некоторыми странностями, на многие вещи он может реагировать неадекватно. Такие дети склонны к потере самоконтроля, им свойственны приступы неуправляемых капризов. Поскольку степень возбуждения у них уже изначально высока, то многие вещи, внешне, казалось бы, совершенно незначительные, могут выводить их из себя. Ребенок старается освободиться от негативных чувств. Если, например, учитель разговаривает повышенным тоном, то степень возбуждения ребенка возрастает настолько, что он может закричать в ответ или вовсе выбежать вон из комнаты. Приведем пример. Ребенок играет с двумя приятелями, которые в какой-то момент отказываются играть с ним дальше. Ребенок чувствует себя отстраненным, и это причиняет ему боль. Если он имел в раннем возрасте позитивный опыт, то это отстранение не обернется для него большой проблемой и он сразу займется чем-нибудь другим. Если же ранний опыт ребенка негативен, а он сам легковозбудим, то может даже кинуться в драку с приятелями. Случается, что, столкнувшись в раннем детстве с негативными переживаниями, ребенок замыкается, уходит в себя, и тогда в подобных ситуациях он ведет себя так же – прячется.

Недостаточная стимуляция. В семьях, где маленькие дети растут крайне заброшенными, им недостает не только успокаивающих, но и стимулирующих факторов. У детей, выросших в таких семьях, наблюдается недостаток способности проявлять активность (интересоваться каким-либо родом деятельности, ощущать позитивную привязанность), а также недостаток способности успокаиваться в случае возбуждения.

Нервная система таких детей настроена на уровень возбуждения ниже нормы (как будто они внутренне вялы и апатичны). Уровень нервной возбудимости такого ребенка настолько мал, что обычные сигналы-предвестники опасности могут ими восприниматься всего лишь как легкие раздражители. По этой причине такие дети склонны к деятельности, сопряженной с очень большим риском, так как стремятся получать захватывающие, возбуждающие впечатления (например, снова и снова залезают на опасную высоту, несколько не боясь упасть, несмотря на предшествующий печальный опыт падений). В подобных случаях маловероятно, что такой ребенок извлечет урок из неудачного опыта, поскольку его нервная система не испытывает неприятных ощущений в той же мере

как нормально функционирующая вегетативная нервная система. Например, такой ребенок может просто равнодушно пожать плечами, когда учитель на него повысит голос. Когда, например, ребенку говорят, какие последствия его ожидают, если он нарушит запрет, то нормальная реакция – «я не стану вести себя подобным образом, ибо не хочу таких последствий» - в таких случаях отсутствует.

Ребенок, выросший в хаотичном доме, так же как и ребенок, испытавший отвержение, не умеет успокаивать себя сам. В отношении реакций тела и мышц можно сказать, что в случае хаоса мышцы ребенка сокращаются, приходя в готовность к бегству или оказанию сопротивления. В случае же крайней заброшенности мышечная система ребенка, напротив, не получает никакой стимуляции, или может испытывать лишь «замороженность». Как готовность к действиям, так и «замороженность» откладываются в мышечной памяти ребенка и становятся, тем самым, частью его сущности.

Жизненный опыт, полученный до третьего года жизни

Воспоминания, связанные с фактами, изученными в возрасте до трех лет, и с произошедшими в то время событиями, откладываются в области мозга, называемой гиппокамп, и хранятся обычно в левом полушарии головного мозга человека (эта область мозга хранит и использует информацию, связанную с речью и шкалой времени). Ранние воспоминания, сформировавшиеся в первые три года жизни, и воспоминания о событиях, сопровождавшихся сильным стрессом, откладываются в другом отделе мозга – в миндалевидном теле (эмоциональная память) и хранятся обычно в правом полушарии головного мозга. В этом полушарии сохраняются эмоциональные ассоциации: картины памяти, звуки, запахи, физические ощущения. Однако там нет историй (словесных) о случившемся и восприятия времени (которое говорило бы, что опыт произошел в прошлом, а теперь ситуация может быть совсем другой). В левом полушарии находятся слова и восприятие времени, но отсутствует автоматическое связывание их с жизненным опытом, хранящимся в правом полушарии (опыт, полученный в раннем детстве или связанный с сильным стрессом). Если случится что-либо, чем-то напоминающее ранний небезопасный опыт, то даже если в данный момент ребенок находится вне опасности, его мозг зарегистрирует опасность раньше, чем т. наз. мыслящий мозг успеет напомнить, что сейчас он находится в безопасном месте. Ребенок отреагирует так же, как и в ранней ситуации опасности: он либо потеряет самообладание, либо замкнется в себе. Для ребенка настоящее превращается в небезопасное прошлое.

Если случится что-либо, чем-то напоминающее ранний небезопасный опыт, то даже если в данный момент ребенок находится вне опасности, его мозг зарегистрирует опасность раньше, чем т. наз. мыслящий мозг успеет напомнить, что сейчас он находится в безопасном месте.

Система отношений привязанности и психическая травма

Когда младенец рождается в мир, он полностью зависит от своих родителей. Между ребенком и родителем создается особая эмоциональная связь, которую называют отношениями привязанности, или просто привязанностью. Привязанность побуждает ребенка искать от родителей близости, защиты и утешения в случае неудобства или затруднения, а также закладывает основу его внутренней эмоциональной безопасности и осознанию собственной ценности, при поддержке которых ребенок может начинать открывать мир и создавать новые отношения.

Система отношений привязанности влияет на лимбическую систему мозга и на развитие области ассоциаций в правой половине коры головного мозга.

Безопасная привязанность. Лицо, которое больше всех заботится о ребенке (обычно мать, но это может быть и отец или бабушка), в раннем детстве должно быть для ребенка главным источником безопасности. Этот человек должен быть для ребенка постоянно на месте, чувствовать и удовлетворять как его биологические, так и эмоциональные нужды, помогать ему справляться с ситуациями, с которыми он, в силу возрастного развития, еще не может справиться сам. В таком случае можно говорить о безопасной привязанности. При безопасной привязанности родитель реагирует на плач или смех ребенка, а ребенок реагирует на родителя. Ребенок привыкает к тому, что родитель всегда доступен, и приучается приходить к нему, когда нуждается в помощи. Позже он учится обращаться при необходимости за помощью также и к другим.

Небезопасная привязанность и психическая травма. Отношения привязанности могут сформироваться также и в форме небезопасных. Выделяют три типа небезопасных отношений: избегающие, амбивалентные и хаотические.

Согласно современному подходу, наиболее четкая взаимосвязь с расстройствами психики детского и взрослого возраста наблюдается в случае **хаотических отношений привязанности**. При хаотической привязанности поведение родителя по отношению к ребенку в какие-то моменты является запугивающим (например, он делает что-то плохое ребенку или другому члену семьи), а в иные моменты родитель напуган сам (когда что-то в связи с этим высвобождает собственный негативный опыт родителя). Если же родитель, который должен быть надежным и обеспечивать ребенку ощущение безопасности, сам является источником опасности и страха, то это создает неразрешимую дилемму в биологической системе ребенка. Врожденная потребность быть привязанным к родителю, чтобы получать необходимый уход, сталкивается с биологической защитной реакцией, заставляющей ребенка его сто-

рониться. Ребенок приближается к родителю (поскольку нуждается в защите), а затем отстраняется от него (защищает себя, поскольку родитель внушает страх).

Что побуждает родителя обращаться с ребенком так, что это наносит ему вред? Исследования показывают, что родители, чьи личные пережитые психические травмы или опыты потерь не проработаны, с большей вероятностью будут вести себя запугивающе по отношению к собственным детям, закладывая тем самым основу для передачи хаотического типа привязанности следующему поколению. Фактором риска являются не столько сами переживания, сколько именно то, что они остаются непроработанными. Вместе с тем, никогда не поздно с помощью специалистов заняться проработкой своих прошлых опытов, чтобы обеспечить своим детям безопасное детство.

Уменьшение воздействия психической травмы

Теперь поговорим о действиях, которые могут предпринять заботящиеся о ребенке люди, чтобы ему помочь. Учитель детского сада может научить этим действиям родителей или опекунов (см. также «Консультирование родителя», с. 94), и сам применять их в работе с детьми.

Успокоение при помощи ритма

Равномерное ритмичное движение важно для развития той области среднего мозга, которая регулирует обработку эмоций

Покачивание. Когда Вы, держа маленького ребенка на руках, нежно покачиваете его или ходите с ним, это не только успокаивает ребенка в этот момент, но и способствует построению важной нервной сети, которая будет помогать ему успокаивать себя самостоятельно – будь то ребенком, или позднее, во взрослом возрасте. С более взрослым ребенком можно вместе покачаться на кресле-качалке или в гамаке.

Когда ребенок движется, перенося тяжесть тела с одной ноги на другую, держа при этом за вашу руку, то такое упражнение будет напоминать ему успокаивающие покачивания. В то же время, это поочередно стимулирует правое и левое полушарие ребенка, усиливая таким образом взаимодействие двух полушарий, что существенно важно для переработки информации и способности справляться с эмоциональными напряжениями.

Исследования показывают, что родители, чьи личные пережитые психические травмы или опыты потерь не проработаны, с большей вероятностью будут вести себя запугивающе по отношению к собственным детям, закладывая тем самым основу для передачи хаотического типа привязанности следующему поколению.

Для детей, к которым ранее прикасались повреждающим их образом, следует применять прикосновения очень осторожно, чтобы у ребенка оставался контроль за ситуацией.

Можно предложить ребенку заняться такой физической активностью, через которую он будет **учиться управлять своим телом** и осознавать, как его контролировать. Для этого маленькому ребенку подходят, например, йога, гимнастика или дзюдо, где акцент делается именно на обучении контролю, а не на соревнованиях.

Музыка с простым ритмом может помочь регулировать более глубокие зоны головного мозга. Успокаивающе действует пение ребенку или вместе с ним. Полезно бывает бить в барабан, особенно детям с низким уровнем возбуждения нервной системы, – чтобы возбуждать их нервную систему и развивать в ней связи между нервными клетками, связанные с бодростью и быстрым реагированием на возможную опасность. Детям с высоким уровнем возбуждения нервной системы битьем в барабан можно задать ритм, который ребенок ощутит внутри себя, а потом начать его замедлять. Это поможет развивать те связи между нервными клетками, которые связаны с успокоением. Подобное воздействие оказывает также и танец.

Успокоение при помощи прикосновений

Прикосновение – это очень важное ощущение, которое применяют для успокоения маленьких детей и развития привязанности. Для детей, к которым ранее прикасались повреждающим их образом (прежние прикосновения вызывали негативные эмоции и боль, например если их били), следует применять прикосновения очень осторожно, чтобы у ребенка оставался контроль за ситуацией.

- **Игры**, в которых участники повторяют движения друг друга, учат детей, в первую очередь, безопасно прикасаться к себе.
- **Письмо друг у друга на спине** помогает ребенку лучше осознавать свои телесные ощущения.
- **Массаж** может быть очень успокаивающим, но с тем ребенком, который имел негативные опыты прикосновений, следует начинать его очень осторожно. Поглаживание руки или тела сверху вниз действует успокаивающе, а снизу вверх – возбуждающе.
- Можно предлагать детям **безопасные прикосновения**: помыть ребенку голову, взъерошить волосы, посчитать веснушки, похлопать по плечу.
- **Строительство** вместе с ребенком крепостей и **безопасных мест** (например, из одеял и подушек) придает ему чувство надежности и контроля.

Успокоение при помощи дыхания

Сосредоточенность на дыхании помогает настроить миндалевидное тело мозга – часть лимбической системы, в которой зарождаются гнев и страх. Вдыхание возбуждает активность миндалевидного тела головного мозга, а выдыхание тормозит ее. Если миндалевидное тело головного мозга находится в перевозбужденном состоянии – например, из-за того, что ребенок чувствует гнев или страх, – то медленное дыхание успокоит ребенка и поможет ему перестроиться. Сосредоточенность на дыхании – это навык, которому детей младшего возраста научить трудно. Для того, чтобы научить ребенка медленному сосредоточенному дыханию, можно дать ему выдувать мыльные пузыри, надувать воздушный шарик или дуть на крыльчатку, чтобы она вращалась. Летом можно раздувать семена одуванчиков. Когда ребенок и взрослый (или учитель) делают одновременные медленные вдохи-выдохи, то это хорошо влияет как на самочувствие их обоих, так и на их взаимоотношения.

Успокоение при помощи называния эмоций

Установлено, что называние эмоций правильным именем тоже помогает миндалевидному телу мозга успокоиться. Исследования показали, что если ребенок сумеет правильно назвать свое чувство, то его взволнованность и возбужденность смягчатся и он будет в состоянии лучше думать. Ребенка можно учить этому, называя эмоции, которые он, как видно, испытывает, не давая им оценок, а затем ободряя его произносить их названия самому. (См. «Активное слушание», с. 81)

Подобным же образом **называние телесных ощущений** (например, больно, тяжело, легко, в напряжении, нет чувствительности, жарко, спокойно, горько) помогает ребенку лучше принимать реакции своего организма, меньше бояться и меньше отключать восприятие своего тела. Телесные ощущения – это важные знаки; они могут указывать как на позитивный, так и на негативный опыт. Если помочь ребенку научиться осознавать эти сигналы, он сможет лучше заботиться о своем физическом состоянии.

Укрепление отношений привязанности

Учитель может познакомить родителя(-ей) с играми (например, в ходе беседы по развитию, на собрании или при иной встрече) и рассказать о приемах, которые можно применять для того, чтобы укрепить отношения привязанности между ребенком и родителем/опекуном. Этими приемами могут пользоваться также учителя и иные заботящиеся о ребенке и ухаживающие за ним взрослые (опекуны и т. п.) для укрепления отношений с ребенком. В целях упрощения далее в этой части мы будем употреблять слово «родитель».

Если помочь ребенку научиться осознавать эти сигналы, он сможет лучше заботиться о своем физическом состоянии.

Переживший страх
ребенок нуждается
в разнообразных
впечатлений,
величающих
его ощущение
безопасности.

- Важная часть общения между родителем и ребенком – это **зрительный контакт («глаза в глаза»)**. При помощи контакта «глаза в глаза» возникает связь между правым полушарием мозга ребенка и правым полушарием мозга родителя. Поскольку правое полушарие – это та область мозга, где создаются относящиеся к привязанности соединения между нервными клетками, то такая интеракция между родителем и ребенком существенно важна для формирования привязанности. С ребенком, который не имеет опыта позитивной привязанности, установить зрительный контакт очень сложно.
- **Игры с морганием**, например «сведи за моими глазами и скажи, каким глазом я моргнул, и потом моргни в ответ, и тогда скажу я», могут помочь родителю установить непосредственный зрительный контакт с ребенком.
- При общении с ребенком важно **подстраиваться** под него. Подстраиваться – значит приспосабливаться к интенсивности эмоционального состояния ребенка без того, чтобы испытывать это состояние самому. Это означает, что родитель понимает, что чувствует ребенок, благодаря чему ребенок ощущает, что его понимают, и его стрессовая реакция снижается.
- Укреплению отношений привязанности между родителем и ребенком содействуют **игры, где ребенок руководит игрой и говорит взрослому, что ему делать**, а родитель или опекун выполняют распоряжения ребенка. Исследования показывают, что в этом случае в мозгу повышается уровень эндорфинов (гормонов счастья) и ребенок ощущает свою значимость.

Ощущение безопасности

До сих пор мы описывали деятельность, которая помогает успокоить ребенка и, тем самым, укрепить находящиеся в глубоких отделах головного мозга нервные сети, связанные с регулированием эмоций – те области, в которых происходит реагирование, но не мышление. Помимо этих видов деятельности, переживший страх ребенок нуждается в разнообразных впечатлениях, величающих его ощущение безопасности.

- Ощущение безопасности может создать конкретная ситуация, например когда учитель или родитель своим вмешательством прекращают издевательство над ребенком; когда брат, сестра или другой ребенок помогают ему что-то сделать; когда взрослый останавливается, чтобы выслушать проблему ребенка, и не просто говорит, что все будет хорошо, но изменяет ситуацию.

- Пугающие ребенка события могут стать спусковым механизмом, высвобождающим прошлые переживания. В этом случае поможет переключение внимания ребенка на что-либо безопасное. Когда ребенок напуган или в страхе, то может помочь, если учитель или родитель назовет имя ребенка, затем свое имя, скажет, где они находятся, и подтвердит, что обстановка безопасная. С обсуждением того, что произошло и что нужно делать дальше, следует подождать, пока ребенок успокоится и ситуацию можно будет рассматривать как проблему, требующую решения, а не как недостаток чего-либо у ребенка.



Потеря в жизни маленького ребенка

Майре Рийз

Маленькие дети тоже могут переживать различные потери. Может случиться, что родители ребенка разведутся и из-за этого в его жизни произойдут большие перемены. Неожиданно могут умереть мать или отец ребенка, и он, к тому же, в связи с этим может попасть в чужую семью или в детский дом. Может тяжело заболеть или даже умереть товарищ ребенка по детскому саду. Или это произойдет с его любимой бабушкой, которую он потеряет. Может случиться, что умрет любимое домашнее животное ребенка.

Многие взрослые, желая защитить детей, утешают себя мыслью, что маленький ребенок не понимает ни смерти, ни умирания. В некоторых случаях мы избегаем говорить на такие темы, поскольку дети внешне выглядят хорошо справляющимися с ситуацией, несмотря на обстоятельства. Иной раз это избегание может быть обусловлено тем, что взрослые чувствуют себя беспомощно – они не знают, что говорить и как предложить ребенку поддержку и помощь. По этой причине даже заботливый родитель или учитель детского сада может оставить скорбящего ребенка одного в этом огромном замешательстве, которое приносит с собой потеря.

Для того, чтобы предлагать маленьким детям необходимую поддержку, нужно уметь разговаривать с ними на трудные темы. Ребенок получит большую помощь, если увидит, что учитель детского сада понимает его беду. Следует спросить также и родителя/опекуна, смогут ли они отвечать на вопросы ребенка, и при необходимости дать им разъяснения, инструкции или же материал для чтения.

Понимание маленьким ребенком смерти

Дети по-своему пытаются осознать, что происходит, когда человек умирает. Это осознание зависит от возраста, уровня развития и предыдущего опыта ребенка.

- У детей **до двух до двух с половиной лет** нет почти никакого представления о смерти.
- В возрасте **от четырех до шести лет** ребенок начинает постепенно понимать, что жизнь связана с функционированием тела.

Многие взрослые, желая защитить детей, утешают себя мыслью, что маленький ребенок не понимает ни смерти, ни умирания. В некоторых случаях мы избегаем говорить на такие темы, поскольку дети внешне выглядят хорошо справляющимися с ситуацией, несмотря на обстоятельства.

- Ребенок **предшкольного возраста** уже знает, что сохранность жизни человека зависит от поддержки деятельности важных частей тела – сердца, мозга, легких и прочего. На таком биологическом подходе может строиться понимание, что если какая-то из этих частей тела больше не действует, человек может умереть.
- Дети до пяти лет еще не понимают, что каждому человеку однажды предстоит умереть, и что это распространяется на всех, в том числе и на них самих.
- Детям еще не вполне ясна граница между смертью и просто уходом. В этом возрасте они рассматривают смерть как уход и думают, что ушедший вернется назад. Своими вопросами дети дают понять, что не вполне понимают бесповоротность смерти: *«Папы уже так давно нету. Когда же он вернется? Он обещал поиграть со мной в мяч».*
- Маленький ребенок может еще много месяцев спустя спрашивать об умершем. Понимание, что этот человек не вернется, приходит к нему постепенно. К нему вновь и вновь приходит ощущение отсутствия близкого человека в его повседневной жизни: *«... Папа умер, папы нету; папа умер, папы нету; мама здесь».* Взрослый может помочь ребенку понять, что умерший не вернется.
- По мнению ребенка, смерть – это что-то временное: мы живем, умираем и снова живем. Маленькие дети могут даже использовать слово «смерть», но они не полностью понимают его значение.

Как объяснить смерть маленькому ребенку?

Зачастую родители не знают, что и как говорить ребенку о смерти, или же взрослые сами настолько охвачены скорбью, что им не хватает сил поговорить об этом с ребенком. Согласно моему опыту, многие родители, когда ситуация требует поговорить с ребенком о смерти, обращаются с этим вопросом именно к учителю ребенка. Здесь учитель может, используя свои знания, оказать семье ребенка большую поддержку.

Распространено мнение, что умалчивание о смерти предохранит ребенка от той печали, которую испытывают взрослые. Однако молчание не помогает ребенку, а лишь отнимает у него возможность разделить с кем-то свое горе.

Молчание не помогает ребенку, а лишь отнимает у него возможность разделить с кем-то свое горе.



- Объясняя ребенку чью-то смерть, следует употреблять слово «смерть».
- Можно побуждать родителей объяснять смерть как прекращение жизни: когда человек живет, он ест, бегают, смеется, дышит, его сердце бьется и т. п. Когда же он умирает, то его тело перестает работать, а значит он не может больше дышать, есть, говорить. Он не может не думать, ни чувствовать. Важно подчеркивать, что умерший не чувствует боли.
- Можно также объяснить ребенку, что послужило причиной смерти.
- Многие родители находят утешение в разговорах о душе. Ребенку можно сказать, что они верят, что душа умершего идет к звездам, или на облака, или к богу. Порой ребенку говорят, что умерший превращается в ангела.

«Папа и мама говорят, что ее больше нет, но Альма в это не верит, потому что, по ее мнению, невозможно вот так вдруг прекратить существовать. Девочка думает, что бабушка на небе, потому что, посмотрев на фотографию дедушки, она однажды сказала, что дед ушел на небо, чтобы у бога появился разумный собеседник. И бабушка знала, что дед сидит там и ждет ее, потому что они очень заботились друг о друге. Это утешает, если думать, что дорогой нам человек летает в виде ангела или при наступлении вечера сияет в виде звезды. Наши дети будут искать в вечернем небе звездочки своего маленького брата, дедушки или бабушки».

Некоторые родители желают ограничиться только разговором о духовной стороне смерти. Но важно сказать также и о физической стороне, иначе ребенок не поймет, что тот, кто умер, не сможет больше ни вернуться, ни пробудиться к жизни.

- Маленький ребенок понимает уход на небо весьма буквально и может задавать очень много вопросов: как умерший может на небе кушать, кто о нем заботится, почему он оттуда не падает, сможем ли мы его увидеть, если полетим на самолете и т. д. Если за этим последуют разъяснения о том, что происходит с телом умершего (кладут в гроб и закапывают в землю), то надо будет помочь ребенку понять, как человек может находиться одновременно в двух местах: под землей и в небе на облаке. О теле и душе уместно говорить при помощи конкретных образов. Для сравнения можно привести пример о том, как из кокона выходит бабочка: бабочка (душа) летит в небо, а пустая оболочка кокона (тело) остается на земле.

«Но определенным образом человек всегда здесь. Если мы его помним, то он живет в наших мыслях. Мы можем о нем говорить, вспоминать то, что делали вместе с ним, что он говорил или делал. Всегда можем снова просматривать фотографии и рассказывать о нем истории».

В разговоре предпочтительно придерживаться простоты и правды. Взрослый должен учитывать, что маленькие дети понимают вещи очень конкретно.

Объяснения, от которых следует воздерживаться

- При разговоре о смерти взрослые порой употребляют некоторые привычные фразы, значение которых им хорошо понятно – но дети склонны принимать их буквально, и это их путает. Например, фраза «Альберт **потерял** свою мать» может побудить маленького ребенка начать ее искать, удивляясь при этом, как можно потерять такого большого человека.
- Самая обычная параллель, которые взрослые приводят при описании смерти – это **сон**. Слабость такого объяснения заключается в том, что ребенок может начать бояться засыпать по вечерам, из опасения, что больше никогда не проснется.

3-летний ребенок пришел с бабушкой на кладбище, на могилу матери. Бабушка говорит внуку: «Здесь теперь спит твоя мама. Это ее новая постель».

Маленькая Лаура слышит, как отец, придя домой, сообщает матери: «Это дело теперь сделано: кошку я усыпил». Мать начинает плакать. Несколько вечеров спустя мать кричит отцу из кухни: «Сегодня твоя очередь усыплять Лауру».

- Истории о том, что человек уехал в дальнее путешествие, не утешают ребенка и не помогают ему. Ребенка может начать мучить мысль, что его бросили и даже не попрощались. В то же время, ребенок может начать ждать, когда же отсутствующий вернется, и удивляться, почему все плачут, если это всего-навсего путешествие.
- Следует быть осторожными и с такими короткими объяснениями, как например: «Бабушка умерла, потому что она болела». Некоторые дети могут сделать из этого далеко идущие выводы и подумать, что опасна каждая болезнь, даже простуда, и что они тоже могут умереть, если заболеют. Если причиной смерти послужила болезнь, то надо добавить и более подробное объяснение (например: очень тяжелая болезнь, врачи уже не могли ее вылечить и т. п.).

**Своими
вопросами
ребенок может
поставить
взрослого
в затруднительное
положение,
а может и,
наоборот,
помочь ему.**

Задаваемые детьми вопросы о смерти

Начиная с ребенком разговор о смерти, мы, взрослые, не всегда можем выбрать подходящий для этого момент. Дети подходят к нам со своими вопросами тогда, когда они думают об этом и готовы к этому, а также когда они полагают, что есть кто-то, кто в состоянии им ответить. Они спрашивают у того, кто, по их мнению, не боится этой темы.

Они задают также такие вопросы, на которые у взрослого, возможно, и нет ответа, например: что такое смерть, что становится с мертвым? Если вы не знаете, как ответить, то можно прямо в этом признаться. Вместо того, чтобы уклоняться от вопросов, можно также поискать ответы и совместно.

Можно сказать: «Многие люди по-разному думают о смерти, но ни у кого нет окончательного ответа. Скажи мне, что думаешь ты?»

Иногда возможности поучить детей подворачиваются взрослым совершенно неожиданно, например во время поездки в автобусе или при просмотре какой-либо телепередачи.

Своими вопросами ребенок может поставить взрослого в затруднительное положение, а может и, наоборот, помочь ему. Он может задавать один и тот же вопрос вновь и вновь, в зависимости от того, как меняется его понимание, и если предыдущие ответы его не удовлетворили.

- Ответы должны быть простыми, прямыми и учитывающими прежний опыт ребенка.
- Можно попросить ребенка объяснить, как он понял сказанное.
- Следует обратить внимание на то, что ребенок говорит. Прежде чем начинать отвечать, выслушайте ребенка до конца. Таким путем можно выявить неверные представления и толкования ребенка и исправить их. (См. также «Активное слушание», с. 81.)
- Ребенку надо дать понять, что вы пытаетесь вникнуть в то, что он хочет сказать. Зачастую дети своими вопросами подвергают взрослых испытанию. Нужно научиться понимать суть вопроса – что ребенок на самом деле хочет спросить, что он имеет в виду, когда задает вопрос:

«Что с тобой будет, когда ты умрешь?» Быть может, он пытается найти для себя успокоение в отношении будущего? Не ищет ли он, на самом деле, ответа на вопрос: *«Кто будет заботиться обо мне?»* Или: *«А что если отец тоже умрет, и я останусь один?»*

- Для разговора с ребенком запаситесь временем. Чем младше ребенок, тем короче должен быть разговор. Продвигаться вперед следует медленно, выслушивая ребенка.
- На его беспокойства и вопросы отвечайте сразу. Ребенок решится обратиться к Вам вновь только в том случае, если у него останется ощущение, что его тревоги выслушиваются и на вопросы даются ответы.
- Он будет бояться смерти меньше, если в разговоре сосредоточиться не только на факте смерти, но и на том хорошем и красивом, что есть в жизни.
- Иногда уместно будет просто приласкать ребенка и заверить его, что мы все надеемся прожить вместе долго-долго. Это даст ребенку ощущение надежности и близости, в котором он очень нуждается.

«Я хочу прожить долго-долго, чтобы увидеть, как твои дети будут любить своих детей, а те своих, так же как я сейчас люблю тебя».

Единственно правильного способа, как сказать ребенку о смерти, не существует. В каждом конкретном случае взрослому следует найти этот способ самому, с учетом причины смерти, эмоциональной привязанности ребенка и его возраста.

Магическое мышление

По причине эгоцентричного, так называемого магического мышления **маленькие дети считают себя центральным пунктом почти всех событий**. Из-за такого мышления они могут чувствовать виноватыми себя и верить, что это они причинили смерть (я был сердит на него, я был плохим ребенком, я желал ему зла). Хотя ребенок может прямо ничего такого и не говорить, но все же следует обратить внимание на его вопросы и реакции. Важно подчеркнуть для ребенка, что ничто из того, что подумал, сказал или сделал он, не вызвало случившееся. Магическое мышление позволяет также надеяться, что умерший человек может снова пробудиться к жизни. Через наставления взрослого ребенок постепенно начинает понимать, что в действительной жизни этого не бывает (только в сказках).

Важно подчеркнуть для ребенка, что ничто из того, что подумал, сказал или сделал он, не вызвало случившееся.



Реакции маленького ребенка

- Если ребенок потерял близкого человека, полезно помнить, что **тяжелые чувства, которые несет с собой траур, не владеют им долгое время подряд**: «Можно я теперь пойду играть?» Это не значит, что ребенок не тоскует по умершему близкому, не помнит его или не думает о нем. Краткосрочность чувств может создать ошибочное впечатление, что дети стойки и справляются с ситуацией. В этом случае можно не обратить внимание на то, насколько глубоко и сильно дети в действительности реагируют на потерю.
- Изменение эмоциональной атмосферы в семье и реакции других значимых членов семьи воздействуют на прежде безопасный мир ребенка. Очень маленькие дети могут **реагировать раздраженно** – плачем или расстройствами питания и пищеварения.
- Наблюдается также **регрессирующее поведение**, например ночное недержание мочи или сосание большого пальца.
- Словарный запас маленьких детей ограничен, поэтому происходящее с ними проявляется через игры, нарушения сна, изменившуюся активность и физические жалобы, например на боль в животе или головную боль.
- Маленькие дети могут начать **бояться разлучаться с родителем**. Они требуют постоянного внимания взрослого, в буквальном смысле цепляются за него, ходят за ним хвостиком, ночью залезают в его объятия. Они боятся, что если разлучатся с родителем, то с ними самими или с родителем случится что-нибудь плохое. Некоторые дети не в состоянии больше концентрироваться на играх или иных занятиях, они могут отстраняться от сверстников, выглядеть безучастными, подавленными и грустными.
- Скорбь ребенка может выражаться также и в хождении из комнаты в комнату **в поисках умершего**.

Различные потери

Потеря сестры или брата

Потеря сестры или брата обычно не оказывает на чувство безопасности ребенка такого воздействия, как потеря того, кто непосредственно за ним ухаживал, но, в то же время, направляет его внимание на собственную смертность и уязвимость. Конкретная глубина потери в случае смерти брата или сестры зависит от разницы в возрасте. Если умирает старший брат или сестра, ребе-

нок, возможно, теряет образец для подражания или же того, кто заботился о нем в отсутствие родителей. Со смертью младшего брата или сестры ребенок теряет того, о ком он должен был в какой-то мере заботиться сам.

После потери брата или сестры родители могут быть настолько убиты горем, что ребенок увидит, что ему самому надо начинать заботиться об отце и матери.

Потеря товарища по играм

Если умрет детсадовский ребенок, то его товарищам нужно сказать об этом очень простым языком, с учетом их возраста.

- Наиболее безопасной будет для них ситуация, когда в момент сообщения о случившемся с их товарищем они сидят на руках у своих родителей. Безопасное окружение и физическая близость очень важны для маленького ребенка.
- Кроме того, можно проконсультировать родителей относительно того, что им нужно учитывать, общаясь с ребенком дома (продолжать повседневный распорядок, быть вместе с ребенком, временно позволить ребенку спать в комнате родителей и т. п.) и как поддержать своего ребенка.
- С точки зрения чувства безопасности для ребенка важно заранее знать следующую деятельность согласно распорядку дня. Когда дети не знают, чего ожидать, то начинают беспокоиться. После чьей-то смерти это беспокойство может возрасти. В таком случае взрослые могут помочь организовать распорядок дня и различные занятия таким образом, чтобы ребенок мог предвидеть, что и когда будет происходить.
- Чем яснее дети представляют себе, чего им ждать и что ожидается от них самих, тем безопаснее и увереннее они себя чувствуют.
- Детям можно сказать о том, что и мы порой после чьей-то смерти печалимся, злимся или начинаем бояться.
- Можно обсудить вместе с ребенком, что он может предпринять, когда его одолеют плохие мысли о том, что произошло.

«Хорошо будет, если ты подойдешь к маме или папе, или в детском саду к своему учителю в группе, который может тебя утешить.»

И если к тебе придут такие мысли, которые тебя печалят или злят, то ты можешь позволить хорошим и радостным мыслям прогнать те другие мысли прочь. Сильные мысли такие: мама или папа здесь, они меня утешат. Я могу к ним

С точки зрения чувства безопасности для ребенка важно заранее знать следующую деятельность согласно распорядку дня.

Но важнее всего то, чтобы у каждого ребенка был по крайней мере один заботливый взрослый, который сумел бы поговорить с ним и о таких вещах, для которых трудно находить слова.

Ребенок как член семьи не должен оставаться в стороне от церемонии похорон близкого человека.

прижаться. Я буду думать о своем любимом мультике. Я буду рассматривать эту книжку. Я нарисую бабушке открытку ко дню рождения.

Если ты не сможешь сразу с кем-то поговорить, когда придут эти плохие мысли, то можешь построить для этих мыслей ловушку и заманить их туда. А потом вместе с мамой и папой вы можете вместе подумать, что с этими мыслями делать. Мама или папа смогут тебе помочь».

- В детском саду тоже можно использовать ритуалы: можно поставить рядом с фотографией умершего ребенка свечку и цветы, можно собрать детей, чтобы директор детского сада или учитель сказали несколько слов об этом ребенке, уместна будет какая-нибудь песня или музыкальное произведение. В одном детском саду в память о своем товарище по играм дети выпустили в небо воздушные шары.
- Ребенок может испытывать потребность говорить об особых темах или переспрашивать о них: взросление, старение, смерть. Для сравнения им могут вспоминаться пережитые потери близких (бабушка-дедушка, собака, хомячок).
- Дети могут, например, помочь учителю собрать вещи товарища по играм. Затем нарисовать картинки или написать несколько строчек, чтобы вручить их родителям вместе с вещами умершего ребенка.

«Ты был моим хорошим другом».

«Мне жаль, что ты умер».

«В день поминовения мы поставим тебе свечку на окно».

«Теперь у нас есть свой знакомый ангел».

- Но важнее всего то, чтобы у каждого ребенка был по крайней мере один заботливый взрослый, который сумел бы поговорить с ним и о таких вещах, для которых трудно находить слова.

Участие детей в ритуалах

Ритуалы занимают определенное место в жизни как взрослых, так и детей. Очень важный ритуал в случае смерти – это, несомненно, **похороны**. Нередко взрослые ошибочно думают, что ребенок не поймет похорон или что это травмирует его еще больше.

Как правило же, если ребенка не берут с собой на похороны, это несколько не помогает ему справиться со своим горем, скорее можно утверждать обратное. Ребенок как член семьи не должен оставаться в стороне от церемонии похорон близкого человека.

Это естественный способ выразить свою печаль в связи с потерей близкого человека.

- Очень важно подготовить ребенка к похоронам. Недостаточно просто спросить его, хочет он пойти на похороны или нет. За отказом ребенка могут стоять свои причины, которым нужно уделить внимание.
- Перед похоронами нужно как можно проще ответить на следующие вопросы: кто пойдет на похороны, что будет происходить, где это будет и почему люди туда пойдут.

«Это последний раз, когда ты сможешь увидеть своего отца. Позже, когда ты вырастешь, ты поймешь, как это было важно, что ты сходил попрощаться со своим отцом. Ты можешь нарисовать ему картинку или написать письмо. Я тебе помогу. На похороны приносят много цветов и венков. Ты сможешь мне выбрать цветы для венка?»

- Ребенку надо разъяснить, что это нормально, когда на похоронах люди плачут, потому что это печальное событие. Ему тоже позволено плакать. Дети могут испугаться сильных реакций взрослых на похоронах, особенно если им предвзрительно не пояснить это.

«Люди, которые туда придут, знали твоего отца. Некоторые знали его еще с тех пор, когда он сам был маленьким мальчиком. Это друзья отца, его родственники, коллеги, школьные товарищи. Они очень опечалены, потому что они хотели бы, чтобы он жил дальше».

- Гроб на похоронах нередко открыт, поскольку люди, увидев усопшего, лучше осознают реальность и бесповоротность смерти, и это снижает вероятность возникновения устрашающих фантазий. Поэтому важно подготовить к этому ребенка: сказать, в каком помещении будет находиться умерший и как выглядит гроб. Прежде, чем ребенок увидит усопшего, взрослый должен быть готов объяснить ребенку перемены в его внешности. Ребенок должен знать, что умерший во многом выглядит по-другому.

«Я знаю, что ты беспокоишься о том, как он выглядит, потому что он очень сильно пострадал в этом ужасном несчастном случае, и врачи уже не смогли его вылечить. Он умер. Я пойду посмотрю на него, и потом скажу тебе».

- Если взрослый не будет чрезмерно драматизировать происходящее, то ребенок дошкольного возраста не будет против того, чтобы участвовать в похоронах. Он может спросить:

**Очень важно
подготовить
ребенка к
похоронам.**

«Кто будет со мной? Смогу ли я уйти, если не захочу там больше быть? Если ребенка берут на похороны, то с ним рядом всегда должен находиться знакомый взрослый. Это обеспечит ребенку чувство безопасности, и ему будет с кем поделиться впечатлениями и кому задать вопросы как во время похорон, так и позже. Хорошо, если этим взрослым будет спокойный человек, например бабушка или дедушка, тетя или друг семьи, которые при необходимости смогут отойти с ребенком в сторону или вообще уйти с похорон.

- В то же время, нельзя запрещать детям быть детьми и постоянно унимать их, если они будут вести себя непоседливо или неподобающе шуметь. Человек, который руководит обрядом похорон, должен учитывать, что среди близких находятся дети. Его речь должна быть понятна также и детям. Если взрослый переживает из-за присутствия ребенка, то руководитель должен успокоить его, сказав, что участие детей является важным, и нет ничего страшного в том, что их слышно.
- Ребенок до трех лет не понимает, что происходит, но знание того, что он принимал участие в семейном ритуале, связанном с потерей близкого члена семьи, приобретет для него позднее, когда он повзрослеет, существенное символическое значение.

Девочка-подросток очень рассердилась на маму, когда, разглядывая фотографии с похорон отца, она не нашла там себя. На вопрос, почему ее там не было, мать ответила, что она же была всего-навсего месячным младенцем. «Младенцем или нет – но это же МОЙ отец умер! Я имела такое же право быть на похоронах своего отца, как и другие».

16-летний мальчик, которому был всего год, когда умер его отец, сказал: «Было бы так хорошо знать, что мама держала меня на руках и что я смог последний раз взглянуть на своего отца, что я мог быть там вместе с другими».

Что говорить ребенку о самоубийстве?

Познания родителей и занимающихся детьми специалистов о том, говорить ли и что говорить детям о смерти, в последние годы значительно возросли, и неуверенность в этом отношении уменьшилась. Теперь значительно меньше медлят с тем, чтобы сообщать маленьким детям о смерти их близких, и смелее вовлекают их в семейные ритуалы.

То, о чем можно поговорить, может исцелиться. Норвежский детский психолог Магне Раундален (2006) в течение десятков лет выполняет работу первопроходца, защищая права детей знать правду о травматичных случаях смерти близких.

Ребенку любого возраста нужно говорить правду, в том числе и о самоубийствах. Большая часть того, что причиняет ребенку боль, происходит от неизвестности и от отчаянных попыток старших переключить внимание ребенка и избежать его вопросов. После случая самоубийства часто выясняется, что взрослый не готов открыто говорить с ребенком о произошедшем. Как нам следует говорить маленькому ребенку о том, что кто-то не в силах был больше жить? Зачем нам вообще нужно упоминать ему о самоубийстве? Почему мы не можем просто сказать, что это был несчастный случай или что остановилось сердце?

Противодействие родителей

Многие мировые специалисты по травмам соприкасаются в своей работе с нежеланием родителей говорить о самоубийстве. Их главный аргумент – что нужно дождаться, пока дети спросят сами. На это родителю ребенка можно ответить, что дети могут истолковать промедление с разъяснениями как ясный знак того, что лучше не спрашивать и что есть вещи, о которых вообще лучше молчать.

Несмотря на то, что каждый ребенок и каждое самоубийство имеют свои особенности, опыты других людей все же могут помочь некоторым семьям, которые после такого случая находятся в большом затруднении с этими трудными темами.

Одна мать, послушав примеры других, сказала, что до беседы ей представлялось совершенно невозможным рассказать шестилетнему ребенку о том, почему и как его отец совершил самоубийство. Теперь же она поняла, что ребенок, очевидно, давно уже об этом догадался, и обрела смелость наконец поговорить с ним.

Очень часто родителя предпочитают подождать, пока ребенок вырастет достаточно большим для того, чтобы понять случившееся. Некоторым из таких детей уже становится за тридцать, когда они отваживаются начать самостоятельно разбираться в том, что случилось в их детстве. Некоторые же из родственников детей прямо говорят в чем дело: «Я не смогу с этим справиться, я не знаю, что и как говорить».

Большая часть того, что причиняет ребенку боль, происходит от неизвестности и от отчаянных попыток старших переключить внимание ребенка и избежать его вопросов.



Если детям не дать возможности узнать то, что знают и о чем думают все остальные, у них может сформироваться свое представление о произошедшем.

Следует говорить правду

То, что мы говорим детям, должно соответствовать истине. Особенно это важно для того, чтобы ребенку не пришлось столкнуться с тем, что с течением времени открываются все более ужасные факты, а картина случившегося все расширяется. Магне Раундален подчеркивает, что ребенок должен знать, что произошло. Если речь идет о повешении, то ребенку нужно объяснить также и то, что значит повешение.

Если вы как учитель заметите, что родитель пытается вести себя так, будто ничего не случилось, или просит вас совершенно не говорить с ребенком на эти темы, то можно разъяснить родителю, как замалчивание темы и скрывание истины влияет на ребенка.

Влияние семейных тайн

Истина помогает избегать скопления семейных тайн и их негативного влияния. Из-за семейных тайн взрослые ведут себя непонятным для ребенка образом, что вызывает в нем замешательство и ослабляет чувство безопасности. «Почему отец вышел, когда я начал об этом говорить? Почему мама чуть ли не рассердилась на мой вопрос? Почему они повернули разговор в другую сторону?»

Этот страх взрослых быть с детьми открытыми и честными нередко преувеличен, в то время как дети могут принять такие сообщения довольно-таки спокойно. Маленькие дети обычно реагируют весьма конкретным образом, даже и на очень тяжелые известия: «Где это произошло? Я могу увидеть это ружье? Обо мне он подумал?» и т. п.

Если детям не дать возможности узнать то, что знают и о чем думают все остальные, у них может сформироваться свое представление о произошедшем. В результате они останутся наедине со своими выдуманными представлениями, без поддержки взрослых. Когда же они однажды услышат правду – нередко это может случиться неожиданно, вообще от кого-то другого – то будут неподготовлены к этому, беззащитны и поэтому ранимы. Доверие между ними и взрослыми прервется, в отношениях возникнет напряженность, возрастет тревога.

«Если они (т.е. взрослые) так долго могли скрывать от меня такую ужасную тайну, то что они скрывают еще? Какую неприятную новость я могу услышать в следующий раз?»

Замалчивание приводит лишь к кризису доверия. Тайны отчуждают ребенка от семьи. Между детьми и взрослыми строится как бы стеклянная стена – и всего лишь по той причине, что они маленькие.

Отец 7-летнего мальчика застрелился из охотничьего ружья, предварительно отведя ребенка к родственникам. Мать сказала ребенку, что ружье неожиданно выстрелило во время чистки. Когда годы спустя ребенок узнал правду, то заявил матери: «Ты меня обманула. Я посмотрел тебе прямо в глаза и спросил, говоришь ли ты правду, и ты ответила, что да. Ты солгала». С этого времени мальчик перестал доверять взрослым.

Если ребенок стал свидетелем смерти

Бывают ситуации, когда ребенок становится непосредственным или косвенным свидетелем смерти родителя. Если в ответ на попытку ребенка описать виденное или слышанное или попытку спросить об этом взрослый начнет подвергать это сомнению, выставлять на смех или убеждать его, что он путает случившееся с тем, что видел по телевизору или в плохом сне, то смятение ребенка только возрастет. Он начнет сомневаться сам в себе. Исследования показывают, что проблемы детей (хроническое недоверие к другим, подавление своего любопытства, недоверие к своим ощущениям и чувствам, попытки представлять все в нереальном свете) бывают, в подобных случаях, обусловлены именно такими ситуациями.

Внутрисемейные тайны могут приобретать и другую форму: например, когда один ребенок знает правду, а другой нет, или когда ребенок не может сказать родителям о том, что он знает (например, в связи с самоубийством сестры или брата).

Поэтому в большинстве случаев правило таково, что чем меньше времени проходит между трагическим случаем и извещением об этом детей, тем лучше.

Объяснение самоубийства через болезнь мыслей

Я уже в течение ряда лет помогаю скорбящим родителям находить подходящий способ, как объяснить своему ребенку смерть близкого человека. Для маленьких детей я использую предложенное Магне Раундаленом простое и прямое объяснение того, почему некоторые люди сами лишают себя жизни. Магне советует объяснять это детям посредством **болезни мыслей**.

Можно нарисовать мысли цветными карандашами. Здоровые мысли – зеленым цветом, длинные вертикальные полосы, порой они украшены цветами. Эти сочно-зеленые, здоровые мысли находятся в голове, в мозгу. Для того, чтобы мысли оставались здоровыми, мозгу необходим свет и тепло. Когда возникает болезнь мыслей, которую называют депрессией (это объяснение подходит не для каждого случая), то в том

Чем меньше времени проходит между трагическим случаем и извещением об этом детей, тем лучше.

месте, где мысли должны зародиться и расти, становится холодно и темно. Из-за этого мысли начинают увядать. Некоторые мысли еще не совсем завяли. Они думают: я должен получить помощь, мне нужно поговорить с кем-то, кто сможет мне помочь и вылечить эту болезнь мыслей, кто даст лекарство. Но если они не получают помощи, то все в мыслях становится холодным и темным. Вскоре увядает и мысль о том, что нужно идти к кому-то просить помощи.

Говоря об этом, можно использовать коричневый карандаш, чтобы показать, как вянут мысли. В то же время нужно объяснить, что никто из тех, у кого больны мысли, не может получить помощь от детей. Помощь можно получить от врача или психолога, который учился в нескольких школах и много знает о больных мыслях. Если у человека, у которого заболели мысли, есть дети, то важно объяснить, что мысль о детях увядает последней.

Можно среди всех коричневых линий, которые уже завяли, нарисовать две жирные зеленые. На них можно написать имена детей – это еще живые, здоровые и зеленые мысли. Затем можно взять черный карандаш и нарисовать тьму вокруг всех тех мыслей, которые уже завяли и истлели. В конце концов и те последние мысли тоже становятся больными. Они думают: я же не могу позаботиться даже о самом себе, как же я могу быть еще и матерью или отцом своим детям? Тогда все внутри становится совершенно черным.

Раундален конкретно описывает также и как объяснять, каким образом человек отнял у себя жизнь.

«Осталась только одна мысль, и эта мысль была больная. Это была черная мысль среди тьмы, и она говорила о смерти: Я должен теперь двигаться к смерти. Это теперь единственное место для меня. Для того, чтобы умереть, нужно прекратить дыхание. Чтобы прекратить дыхание, нужно обернуть вокруг шеи веревку. Это называется повешением».

Конечно же, он не рекомендует родителям перечислять все возможные способы самоубийства. Следует упомянуть лишь то, что связано именно с конкретным случаем.

Объяснение через болезнь мыслей является самым простым, поскольку его можно связать с угнетенностью, тьмой и холодом, которые возникают из-за того, что мысли вянут. Можно сказать про психоз, опьянение или передозировку наркотика, вследствие чего мыслями становится невозможно управлять, поскольку они превращаются в сплошную путаницу. Человек с такими мыслями уже как будто бы совсем не тот, что был знаком ребенку. Если речь идет о насильственном самоубийстве, например если человек за-

стрелился, наехал на препятствие в автомобиле или спрыгнул с высоты, то Раундален предлагает говорить о ярости и о разгневанных мыслях. Мысли становятся одновременно и печальными, и рассерженными, они хотят отомстить, и гнев таким образом обращается внутрь. Человек злится на самого себя и поэтому отнимает у себя жизнь.

Все ли мысли больны? Некоторые дети сразу же узнают признаки болезни мыслей, которые они почувствовали в то время, когда человек, которого теперь нет в живых, начал заболеть. Другие дети могут сказать: «Я ничего не заметил. Он был точно такой же, как и прежде. В последний вечер он подошел ко мне и снова приласкал меня». В таком случае Раундален советует говорить, что повседневные мысли, которые руководят тем, чтобы мы умывались, одевались, ели и разговаривали с другими, были относительно здоровыми. А заболели те мысли, которые находятся глубоко внутри человека, мысли о самом себе. Детям постарше можно сказать, что человек может приобрести болезнь мыслей (депрессию), когда мозг получает слишком мало особого вещества (так сказать, витамина) под названием серотонин.

Универсального объяснения не существует

Это лишь некоторые примеры тех способов объяснений, которые я использую, чтобы помочь родителям маленьких детей направить скорбь в надлежащее русло. Детям можно сказать правду понятным им образом. Что случилось, то уже случилось, и того кто умер уже никогда не вернуть. Но такие разговоры помогают детям горевать и делиться своей печалью с другими, потому что приводят их на один уровень с остальными членами семьи.

Я знаю, что такое тоска. Это что-то такое, что ощущаешь повсюду внутри себя. Больше всего она ощущается под одеждой, но я не знаю где точно. Никто не может заглянуть в то место, где тоска ощущается больше всего. У мамы тоже есть такое место. Мама держала меня на руках и говорила со мной. Я не отвечал ей ничего, но выслушал все, что она говорила. Когда сидишь на руках, то это место, куда не заглянуть, становится меньше.

Из книги „Tüdruk, piik ja taevalinnud“ («Девочка, дерево и птицы небесные») R. Jalonen, K. Louhi.

Источники

Di Ciacco, J. A. (2008). *The Colours of Grief: Understanding a Child's Journey Through Loss from Birth to Adulthood*. Jessica Kingsley Publications.

Dyregrov, A. (2008). *Grief in Young Children: a Handbook for Adults*. Jessica Kingsley Publication.

Raundalen, M. (2000). *Hva skal vi si til barn om selvmord?* *Suicidiologi* 5, 12–15.

Siegel, D., Hartzell, M. (2004). *Parenting from the Inside Out: How a Deeper Understanding Can Help You Raise Children Who Thrive*. Jeremy P. Tarcher/Penguin.

Wieland, S., Riis, M. (2012). *Varajase lapseea trauma ja võimalused lapse abistamiseks*. *Sotsiaaltöö* 5/2012, lk 36–40.

Wieland, S., Riis, M. (2013). *Varajase lapseea trauma ja võimalused lapse abistamiseks (2)*. *Sotsiaaltöö* 1/2013, lk 44–47.

Для чтения

Gahrton, M. (1998). *Kaevame vanaema üles*. Odamees.

Gilbert, I. (2012). *Väike raamat suurest leinast*. Studium.

Jalonen, R., Luohi, K. (2009). *Tüdruk, puu ja taevalinnud*. TEA kirjastus.

Ненадлежащее обращение с детьми

Эне Пилль

Личность ребенка формируется под влиянием врожденных унаследованных свойств и окружающей среды. Врожденные свойства – это, например, рост, телосложение, цвет глаз и волос, предрасположенность к определенным болезням, а также тип темперамента, уровень интеллекта, особые предпосылки для занятия определенным видом деятельности. Проявление врожденных свойств во многом зависит от окружающей среды, т.е. от того, с чем ребенок в ней сталкивается. Например, на физическое развитие и вес тела ребенка можно оказать воздействие путем спортивных занятий и диеты. Шумная или слишком насыщенная вещами среда утомляет нервную систему ребенка и затрудняет обучение. После рождения ребенка на его унаследованные предпосылки повлиять нельзя, но, зная его потребности, можно в пределах возможностей сформировать соответствующую среду.

Порой родители не могут, не умеют или не хотят считаться с нуждами ребенка. В этом случае говорят о ненадлежащем обращении с ребенком. Ненадлежащее обращение – это любое поведение по отношению к ребенку, понижающее его физическое и психическое благополучие, подвергающее опасности его возрастное развитие и состояние здоровья. Ненадлежащее обращение может быть физическим, сексуальным, эмоциональным. К этому относятся также оставление без заботы и чрезмерная опека.

Общие последствия ненадлежащего обращения

У маленьких детей (0–3 лет жизни) проявляются расстройства когнитивного развития, замедленное развитие речи. У детей отмечается недоверие к родителям или опекунам и их отношения привязанности небезопасны. Может наблюдаться гиперактивность, тревожность, неуправляемое поведение и агрессивность. Позднее могут появиться трудности с концентрацией внимания, сохранением самообладания, учебной.

У детей дошкольного возраста (4–6 лет) проявляются небезопасные отношения привязанности, пониженная социальная компетентность; по отношению к сверстникам они ведут себя агрессивно.

Серьезность последствий ненадлежащего обращения зависит от того, как часто и в какой степени с ребенком обращались неподобающим образом.

После рождения ребенка на его унаследованные предпосылки повлиять нельзя, но, зная его потребности, можно в пределах возможностей сформировать соответствующую среду.

**В результате
чрезмерного
надзора могут
появиться
нарушения как
в физическом,
так и в
социальном
развитии
ребенка.**

Чрезмерная опека и чрезмерная загруженность как ненадлежащее обращение

Чрезмерная опека

Согласно Руть Соонетс (1997), чрезмерная опека ребенка является одной из разновидностей ненадлежащего обращения. В этом случае родители или опекуны чрезмерно контролируют деятельность ребенка и он лишается круга самостоятельных занятий, соответствующих его возрасту, что ставит под угрозу возрастное развитие его личности и социальной компетентности. Чрезмерная забота происходит от преувеличенного желания взрослого уберечь свое дитя от какой бы то ни было опасности.

Взрослые быстрее ребенка различают физическую опасность и обычно всячески стараются оградить от нее ребенка. Они уберегают его также и от неудач в отношениях – сами выбирают ему друзей или, не сводя глаз, наблюдают за его общением с другими детьми. Порой родитель избегает объективной обратной связи, все время одобряя и хваля свое чадо из опасения, что неудачи или ошибки могут травмировать дитя. В результате чрезмерного надзора могут появиться нарушения как в физическом, так и в социальном развитии ребенка.

Кристель пошла в детский сад с пяти лет. До этого она находилась дома с матерью. Мать сказала учительнице, что Кристель – хороший, воспитанный и порядочный ребенок, выросший в благополучной домашней среде. Мать все время боялась отрицательного влияния других детей на свою дочь и поэтому сама строго избирала для нее круг общения. Но вот теперь она вынуждена пойти на работу, а ребенка оставить не с кем, единственный возможный вариант – детсад.

Учительница познакомила Кристель с другими детьми. Все вместе начали играть в игру под названием «Кто в саду?» Дети радостно играли и «толкнули в круг» Кристель. Спустя некоторое время учительница заметила, что Кристель сидит в игровом уголке одна. На расспросы учительницы девочка ответила, что это плохие дети и она с ними больше не играет. Ведь они толкнули ее сзади в спину.

Учительница уделила время ребенку, чтобы подробно разъяснить сущность игры и уверить, что никто из ребят не собирался толкать ее просто так. Через некоторое время учительница обратила внимание, что у Кристель часто начинает болеть живот именно тогда, когда начинались двигательные занятия или когда организовывались игры, в которых предполагалась повышенная физическая актив-

ность ребят, большой телесный контакт и обилие звуков. Позже, в беседе с девочкой, выяснилось, что мать ее учила, что те, кто кричат, бегают, толкаются, дерутся и прочее – это нехорошие дети. Играть с такими нельзя.

Часто чрезмерная опека оборачивается для детей соматическими симптомами – болью в животе, спине а также головной болью. Характерная черта таких детей – зависимость от других и слабо развитая способность к самовыражению, из-за чего они более склонны к соматическим проявлениям эмоционального напряжения (начинает болеть голова или живот, колет в сердце; появляется тошнота или понос).

Бывает и такое, что учитель чувствует чрезмерную ответственность за какого-то ребенка и на всякий случай устанавливает для него ненужные границы и ограничения. В этом случае коллегам следует это отметить и вместе обсудить, как найти нужный баланс между нуждами ребенка и беспокойством учителя.

Чрезмерная загруженность

Каждый ребенок имеет потребность раскрывать свои врожденные способности и разрешать сложные задачи. Важно принимать ребенка таким, какой он есть, с его особенностями и взглядом на мир. Необходимо помочь ребенку обнаружить свои реальные интересы и истинные дарования и укрепить его веру в свои возможности.

Для эмоционального созревания ребенок нуждается в возможностях для разрешения своих жизненных задач. Следует давать ребенку напрягать свои силы, когда он хочет что-нибудь получить или достичь желаемой цели. Нагружать ребенка нужно посильно, избегая слишком частых и слишком суровых испытаний. Часто повторяющиеся и горькие разочарования могут сделать ребенка боязливым, пассивным и апатичным.

Заметить дарования ребенка можно просто наблюдая за ним, и здесь велика роль как родителей в семье, так и учителей в детском саду. Каждому ребенку для развития требуются соответствующие его ступени развития занятия, игры и задания. Рекомендуются такие виды деятельности, которые развивали бы находчивость, творческие наклонности и память.

На сегодняшний день большое распространение получило посещение школ раннего развития для младенцев, различных групп по интересам для малышей и т. д. Это очень замечательные занятия, способствующие развитию как родителей, так и детей. Если ребенок ходит в детский сад, то надо учесть, что для дошкольных учреждений разработаны свои учебные программы, которые служат

Часто чрезмерная опека оборачивается для детей соматическими симптомами – болью в животе, спине а также головной болью.

Каждый ребенок имеет потребность раскрывать свои врожденные способности и разрешать сложные задачи.



всестороннему развитию детей. Кроме того, в детском саду ребенок получает возможность для общения со сверстниками, а также учится считаться с другими детьми.

В детском саду Юри (четыре с половиной года) испытывает большие трудности. Ребенок довольно своенравен, капризен, часто бьет других детей. Кажется, будто он постоянно чувствует себя уставшим. Два раза в неделю Юрии является в сад лишь к 11-ти; утром у него тренировка по карате. Раз в неделю (после детского сада) ребенок посещает уроки английского языка, кружок по рисованию и уроки игры на фортепиано. Иногда он проводит время с матерью на работе. До дома Юри добирается обычно к восьми часам вечера. В это время в семье ужинают, смотрят телевизор и в десять часов отправляются спать.

Учителю детского сада будет очень уместно на родительском собрании обратить внимание родителей на чрезмерную загруженность детей по вечерам. Если ребенок посещает детский сад и активно общается дома с родителями, которые уделяют время тому, чтобы поиграть с ним, что-то исследовать или почитать, то нет основания перегружать детей различными кружками и секциями. День, проведенный в детском саду, и так весьма насыщенный и напряженный. Каждый ребенок мечтает провести остаток дня с родителями.

При проявлении особой одаренности направлять деятельность ребенка вначале тоже могут родители. Большим подспорьем здесь окажется также внимание учителей детского сада, которые могут правильно организовать занятия ребенка для развития его дарования.

Самые большие враги творческих способностей ребенка – слишком готовые игрушки и модели для рукоделия. В детских садах часто можно увидеть, что дети берут с собой героев мультфильмов или красивых кукол вместе со всеми принадлежностями. Дети просто восхищаются ими, подражают им – и не более того. Во многих домах имеется слишком много игрушек. Ребенок находится среди них в постоянно перегруженном состоянии. Кроме того, невероятное количество игрушек в доме – вопрос извечных раздоров между родителями и детьми.

Самые большие враги творческих способностей ребенка – слишком готовые игрушки и модели для рукоделия.

Заброшенность

Заброшенность – это невнимание родителя/опекуна и постоянное невыполнение необходимых для развития ребенка условий (в отношении его здоровья, образования, эмоционального развития, питания, крова и безопасных жилищных условий), несмотря на наличие в семье необходимых ресурсов. В результате этого наносится прямой или потенциальный ущерб здоровью ребенка, его психическому, умственному и социальному развитию. Это включает в себя также неспособность хорошо воспитывать ребенка и защищать его от предполагаемой опасности.

Признаки заброшенности

У маленького ребенка может наблюдаться апатия и равнодушие ко всему окружающему. Оставленный без заботы маленький ребенок часто отстает от других детей своего возраста в развитии моторных навыков, таких как хватание вещей, держание карандаша, удерживание равновесия при ходьбе. Эти дети могут отличаться меньшим весом и ростом.

В дошкольном возрасте (помимо вышеописанного) наблюдается отсутствие интереса к общению с другими детьми. Эти дети часто импульсивны, не склонны к творчеству, интерес к учебе у них отсутствует. У них слабее чем у сверстников развиты навыки ручной деятельности – рисования, держания карандаша, вырезания ножницами и т. п. К уходу за самими собой (гигиена, одежда) они относятся безразлично или у них нет к этому соответствующих навыков.

Формы заброшенности

1. Физическая – первичные нужды детей недостаточно удовлетворены (их недостаточно кормят, не одевают соответственно погоде, не реагируют на их плач, не меняют вовремя пеленки).
2. Эмоциональная и психическая – равнодушие к эмоциональным нуждам ребенка, безразличие к проблемам его психического здоровья и развития (с ребенком не занимаются, не глядят, не берут на руки, не хвалят, не водят на осмотр к врачу, не вызывают врача на дом в случае заболевания и т. п.).

Трехлетний Ристо, ранее отличавшийся хорошим здоровьем, стал в последнее время часто болеть. Сходит на один день в детский сад и сразу же заболевает – у него заболит горло. Мать оставляет ребенка дома, и на следующий день с ним все в порядке. Мать очень озабочена здоровьем ребенка и обращается с ним как с больным. И так продолжается постоянно. При исследовании этого случая выяснилось, что родители Ристо

Многие дети, у которых есть физические жалобы, в течение непродолжительного времени пережили много перемен в своей жизни – например, переезд, развод родителей, смерть близкого родственника в семье, неоднократная смена детских садов и т. д.

Очень сложные и несоответствующие возрасту ребенка задания по большей части не вдохновляют и не развивают ребенка.

недавно развелись, И как раз с этого времени Ристо, так сказать, болеет.

Многие дети, у которых есть физические жалобы, в течение непродолжительного времени пережили много перемен в своей жизни – например, переезд, развод родителей, смерть близкого родственника в семье, неоднократная смена детских садов и т. д. При этом родители могут быть настолько занятыми в связи с этими переменами, что больше не обращают внимания на потребности ребенка или же считают, что дети не подвержены влиянию этих трудностей. Однако ребенок может отреагировать на такую позицию родителей заболеванием.

К проблемам со здоровьем детей следует относиться серьезно. В то же время, необходимо поговорить с родителями и выяснить, каковы могут быть их причины. В ходе беседы следует выслушать мнение родителя и сообщить о своих наблюдениях. В случае необходимости нужно порекомендовать обратиться к семейному врачу.

Ребенок нуждается не только в словах, но и в действиях, подтверждающих, что их действительно любят. Любовь можно выражать посредством физического контакта – например, обнимать ребенка, держать его на руках, брать за плечи или за руку, гладить по голове и т. д. Другим проявлением любви является заинтересованность в деятельности ребенка.

3. Образовательная – отсутствие заботы о приобретении ребенком знаний и умений, о развитии его способностей.

Дети нуждаются в руководстве и обучении, они хотят все знать. Большая часть детских проблем происходит оттого, что они не знают, как делается то или иное. Ребенку свойственны природное любопытство и потребность все исследовать, которые необходимо признавать и направлять, избегая лишней критики и ограничений. Очень сложные и несоответствующие возрасту ребенка задания по большей части не вдохновляют и не развивают ребенка.

4. Безнадзорность – это неадекватный надзор дома и вне дома, отсутствие защиты от опасностей, оставление дома одного.

Пятилетний Кретьян пришел вместе с трехлетним Яако домой из детского сада. Путь был недлинным, нужно было всего лишь перейти дорогу. Поскольку мать с этого года пошла работать, то приводить из сада младшего братишку стало теперь для Кретьяна повседневной обязанностью. Дома Кретьян помог Яако снять верхнюю одежду, и братья

в своей комнате занялись игрой. Родители с работы еще не вернулись. Вдруг Яако сообщил, что он вообще-то голоден. Кристьян предложил братику печенье, однако он не захотел. Тогда Кристьян решил поджарить яичницу. Он ведь уже большой, и тем более не раз наблюдал, как это делает мать. Что ж, сказано – сделано! Все шло хорошо до тех пор, пока не настало время выложить яичницу на тарелку. Кристьян полез доставать тарелку из верхнего шкафа и случайно задел ногой сковородку с еще горячей яичницей. Сковородка упала с плиты, и ее содержимое оказалось на штанах Кристьяна. Перепуганный мальчишка спрыгнул со стула и, неудачно приземлившись, подвернул себе ногу. Через час пришли родители и доставили пятилетнего ребенка к врачу.

Эмоциональное насилие

Эмоциональное насилие – это любое действие, которое угрожает эмоциональному развитию ребенка, соответствующему его возрасту. Поведение, наносящее вред ребенку, включает угрозы, запугивания, высмеивания, а также отторжение и враждебное отношение. Кроме того, к этому относится ограничение в передвижении, очернение, критика и незаслуженные обвинения.

Некоторые примеры эмоционального насилия

- Изоляция ребенка (напр. запрет общаться с другими детьми)
- Недовольство взрослых и отказ от обсуждения проблем с ребенком («Уйди от меня, ты плохой», «Не мешай мне»)
- Холодная атмосфера (ребенка не ласкают, не берут на руки, не отвечают на его чувства)
- Отказы на условиях («Не будешь есть кашу – не пойдешь во двор»)
- Придирки и упреки за плохое поведение, навешивание ярлыков, очернение («Сто раз тебе говорили, нет – ты делаешь по-своему», «И чего капризничаешь, ты что, дитё грудное?» «Да тебе в жизни с этим никогда не справиться!»)
- Моральное терроризирование, т.е. повторяющиеся словесные оскорбления, формирование у ребенка постоянного чувства страха («Если сразу не заснешь – придет Кащей и заберет тебя!»)
- Держание ребенка в постоянном напряжении, угрозы, словесная жестокость («Вот гномик сейчас подсматривает в окошко – если увидит, что ты плохо себя ведешь, то не

Эмоциональное насилие – это любое действие, которое угрожает эмоциональному развитию ребенка, соответствующему его возрасту.

Направляя развитие ребенка, родители и учителя должны оказывать ему достаточную поддержку, чтобы он учился в будущем сам осознавать свои потребности и заботиться об их удовлетворении.

принесет тебе конфетки», «Будешь есть так много конфет – заболеешь», «Такого глупого ребенка мне еще видеть не доводилось»)

- Нагнетание страха наказания («Если будешь в садике плохо себя вести – придет папа и очень рассердится!»)

Возможные признаки эмоционального насилия

- расстройства речи (напр. заикание)
- отставание в развитии
- нарушенное развитие мелкой моторики
- психосоматические расстройства (напр. головные боли или боли в животе, у которых отсутствует органическая причина)
- плохие привычки (напр. сосание пальца)
- антисоциальное или представляющее опасность для себя и для окружающих поведение (ребенок поступает вопреки распоряжениям, даже если результат для него неприятен)
- расстройства сна, тревожность и т. д.
- пассивное или, напротив, очень агрессивное поведение

Трехлетняя Кристи бежит с листком бумаги из жилой комнаты в кухню. Она очень спешит показать маме готовый рисунок. В гостиной она вдруг натывается на маленький столик, на котором стоит вазочка с цветами. Столик переворачивается, ваза падает на ковер и вода разливается. Дивный рисунок Кристи также пикирует в лужу и пачкает ковер. Услышав шум, из кухни вышла мать. Увидев опрокинутую вазу, она раскричалась на дочь: «Что ты здесь носишься! Вечно я должна за тобой убирать! Сколько раз тебе говорить – не ходи с красками по ковру через гостиную? Ну-ка – живо к себе в детскую, и до самого ужина не смей оттуда выходить. Марш в комнату!»

Когда ребенок чувствует себя желанным и любимым, у него появляется необходимая уверенность. Если же его поведение не оправдывает ожиданий, то взрослым трудно выказывать по отношению к нему позитивные чувства. Тем не менее, постоянное недовольство, ограничение его деятельности или игнорирование может лишить ребенка ощущения того, что о нем заботятся. Позитивные жизненные опыты, похвала взрослых и обратная связь с окружающими придает ребенку веру в свои силы. Направляя развитие ребенка, родители и учителя должны оказывать ему достаточную поддержку, чтобы он учился в будущем сам осознавать свои потребности и заботиться об их удовлетворении.

Физическое насилие

Физическое насилие – это способ поведения, наносящий непосредственный или потенциальный физический ущерб в результате осуществления или неосуществления чего-то, что входит в сферу контроля родителя, ответственного лица, или лица, имеющего власть, или лица, которому ребенок доверяет. Случаи могут иметь однократный или повторяющийся характер. Физическое насилие может привести к нанесению ребенку телесных повреждений, даже опасных для жизни, а впоследствии и психической травмы.

Физическим насилием может быть:

- толкание, сбивание с ног, пинание
- тряска (синдром сотрясения ребенка)
- царапание, щипки
- трепание за волосы
- побои, избиение
- причинение ожогов, удушение, утопление, сдавливание
- использование оружия против ребенка

Отношения привязанности – это поиск безопасности и избегание опасности (страха). В семье, где отец проявляет насилие по отношению к матери, эти отношения нарушены. Отец своим насилием прерывает отношения матери и ребенка. Активность матери направлена на то, чтобы избежать агрессивности отца, и у нее остается мало сил замечать нужды ребенка. Тем самым, дети могут оказаться непосредственными жертвами насилия в семье, свидетелями насилия между членами семьи или средством для манипулирования другим родителем.

Признаки, указывающее на физическое насилие

Маленькие дети противятся физическому контакту, стараются избегать общения как с родителем, так и с другими детьми. В отношениях со сверстниками нередко ведут себя агрессивно. Может отмечаться боль во время игр, сидения и движения. При осмотре заметны следы побоев и прочие телесные повреждения. Такие дети могут отставать в физическом развитии и развитии моторики. Выглядят они запуганными, что объясняется пережитыми опытами частого насилия.

Двухлетний Март посещает ясельную группу. Учителям сразу бросилось в глаза его своеобразное поведение. Март почти всегда пугается, когда учитель неподалеку от него поднимает руку. После такого жеста мальчик пугливо ежится,

Физическое насилие может привести к нанесению ребенку телесных повреждений, даже опасных для жизни, а впоследствии и психической травмы.

втягивает голову в плечи и начинает плакать. В ходе выяснения обнаружилось, что за каждую так называемую ошибку отец награждает ребенка оплеухой.

Трехлетняя Гретель часто пропускает детский сад. Ее отсутствие обусловлено систематическими, так сказать, травмами. Судя по словам матери, девочка настолько неуклюжая и неповоротливая, что постоянно спотыкается, падает, бегая натыкается на вещи и т.д. В скорой помощи она частый посетитель. Когда же обратились в общество защиты детей, всплыл факт, что мать не в состоянии сохранять спокойствие, постоянно бьет ее и толкает. Гретель падает и получает очередную травму.

У дошкольников – помимо изложенного относительно маленьких детей, отмечается низкая самооценка, повышенная раздражительность, низкая инициативность, рассеянность внимания. Часто они не в состоянии завершить начатое дело. Дружелюбность со стороны других детей трактуется как враждебность и вызывает недоверие, тревожность и ответную враждебность. У таких детей могут наблюдаться нарушения сна и регрессирующее поведение, которое может выражаться ночным недержанием мочи, сосанием большого пальца и т.д.

Пятилетний Максим уже сменил несколько детских садов. Причина каждой смены – его агрессивность по отношению к сверстникам. В очередном детском саду проблемы, связанные с поведением Максима, сразу бросились в глаза. Через месяц учительница сообщила, что агрессивность Максима особенно возрастает в пятницу ближе ко второй половине дня, и тогда проявляется даже по отношению к матери. Максим не хочет уходить из детсада, убегает и прячется в игровом уголке. Сидя там на полу, он покачивается, сосет большой палец и сам себе что-то бормочет. Мать утверждает, что в семье у них все в порядке, и дома Максим ведет себя хорошо.

В одну из пятниц забирать его из детского сада пришел отец. Завидев отца Максим на мгновение прямо-таки оцепенел и тут же от него спрятался. Отец пошел за сыном, вытащил его за шиворот и поднял до уровня своих глаз. Смерив сына злобным взглядом, он бросил лишь одно слово «домой». В два шага отец затащил сына в раздевалку. Учительница попыталась вмешаться, но услышала от отца, что с мальчишками так и нужно – чем суровее, тем лучше... А то какие же из них вырастут мужчины?

Сексуальное насилие

Это – вовлечение детей в действия сексуального характера, сущности которых ребенок еще не осознает и на которые не может дать своего сознательного согласия, к которым он по своему развитию еще не готов и которые противоречат законодательству и социальным табу. Понятие «сексуальное насилие» подразумевает действие между ребенком и взрослым либо другим лицом, находящимся в позиции силы, превосходящим ребенка по возрасту или развитию (например, старший брат), который отвечает за ребенка и которому ребенок доверяет. Цель подобного действия – удовлетворить потребности насильника. Подобное действие может ограничиться вовлечением ребенка в противозаконный сексуальный контакт, но также может включать вовлечение в проституцию или порнопроизводство.

Сексуальное насилие не всегда обозначает буквально сексуальные отношения и не обязательно может представлять собой действие в виде прямого физического контакта. Это может быть совместный просмотр порнографических журналов или фильмов, фотографирование детей в обнаженном виде, их половых органов и т. д.

Признаки, указывающее на сексуальное насилие

Маленькие дети не в состоянии вспомнить произошедшее изнасилование, однако эти воспоминания фиксируются у них на психическом и соматическом уровне. Пережившие сексуальное насилие маленькие дети часто испытывают ощущение опасности и страх (напр. при подмывании промежности). При сидении, движении и во время сна могут отмечаться кровотечения из области половых органов и анального отверстия.

У дошкольников замечаются (помимо вышеизложенного) игры сексуального характера, а также имитация ситуаций сексуального характера на куклах. Нередко они начинают рисовать на сексуальные темы. Дети, пережившие подобный нежелательный опыт, слишком хорошо для своего возраста осведомлены относительно половой жизни. Играя с другими, детьми жертва таких домогательств может трогать руками и даже гладить половые органы товарищей. Они рассказывают истории на сексуальные темы и используют в разговоре сексуальные термины.

Что делать, если Вы заметили признаки ненадлежащего обращения с ребенком?

- Понаблюдайте некоторое время за дальнейшим поведением ребенка. Отметьте, с каким настроением он приходит в детсад, и как его настроение меняется перед уходом домой.

Сексуальное насилие не всегда обозначает буквально сексуальные отношения и не обязательно может представлять собой действие в виде прямого физического контакта.

- Обратите внимание на взаимоотношения ребенка и родителя. Насколько ребенок рад встрече с родителем? Как родитель с ним обходится? Какие отношения преимущественно проявляются между родителем и ребенком – дружеские или, наоборот, холодно-отчужденные?
- По возможности также пронаблюдайте, одинаковые ли отношения у ребенка с отцом и с матерью, а если нет, то в чем проявляется разница?
- Побеседуйте с родителями. Поинтересуйтесь, как бы они сами охарактеризовали свое дитя?
- Имеется также возможность вызвать психолога для осмотра ребенка/детей.
- Если Ваши сомнения относительно ненадлежащего обращения с ребенком не лишены оснований, обращайтесь к местному специалисту по защите детей. При отсутствии такового обратитесь в полицию. О таком обращении не обязательно заранее предупреждать родителей.

Ободрение и поддержка ребенка

- Поддержите в ребенке инициативу, похвалите успехи. Вдохновите его испытать что-то новое.
- Установите границы, через которые агрессивно настроенный ребенок не может переходить. Если потребуется, используйте метод тайм-аута. (см. главу «Сотрудничество с ребенком и коллегами в группе детского сада», с. 57.)
- Дайте ребенку знать, что если он в затруднении, то вы всегда готовы его выслушать.
- Если ребенок подаст знак о том, что с ним обошлись недопустимо, то к рассказу ребенка следует отнестись с полной серьезностью и уважением, пока не выяснится, что же с ним действительно произошло.
- Если ребенок хочет с вами говорить – выслушайте его.

Если ребенок рассказывает о случившемся откровенно

- Верьте ребенку.
- Сохраняйте спокойствие.
- Не злитесь и не приходите в ярость. Ребенок сам разгневан и нуждается в эмоциональной и моральной поддержке, а не в отражении своего гнева.

Поговорите с ребенком, например, так

- «Меня радует, что ты это сказал. Ты правильно поступил».
- «Это не твоя ошибка».
- «Ты не одинок в своем несчастье, это случается и с другими детьми».
- «Мы должны об этом сказать также и социальному работнику; он будет задавать тебе много вопросов, но таким образом тебе будет обеспечена безопасность».

Общие указания к дальнейшим действиям

- не задавайте наводящих вопросов
- не выпрашивайте обо всех деталях случившегося
- не рассчитывайте, что ребенок возненавидит насильника, тем более, если таковым является член семьи
- уделите ребенку достаточно времени, чтобы выслушать его вопросы и пожелания
- не давайте обещания, если вы не в состоянии его выполнить
- по возможности подбодрите ребенка, ибо таким образом вы его поддержите и будете всегда для него доступным
- считайтесь с правом ребенка на конфиденциальность и не разглашайте случившегося другим учителям и товарищам
- не пытайтесь сами во всем разобраться и сами не выступайте против насильника
- посоветуйтесь с директором детского сада и, в случае необходимости, с социальным работником местного самоуправления.

Неприемлемое поведение детей

Насилие маленького ребенка над другими

Двухлетняя Пийя стала бить других детей в ясельной группе. Из разговора с родителями выяснилось, что то же самое происходит дома, на игровой площадке, в гостях. Родители пробовали делать тайм-аут, отводя ее от других. Но ничего не помогло.

Двухлетние дети начинают интересоваться общением с другими. У таких маленьких детей нет еще ни навыков, ни опыта общения, поэтому удары, дерганья, толчки в этом возрасте обычны. Ребенок еще плохо умеет говорить, поэтому не может спросить: «Хочешь ли ты со мной поиграть?» С другой стороны, мир ребенка этого

возраста очень эгоцентричен, и поэтому он не в состоянии видеть его глазами другого. Ребенок понимает, что если он кого-нибудь ударит, то за этим последует реакция. Как правило, ребенок удивляется, когда объект его битья вскрикивает или начинает плакать. Маленькие дети имеют склонность повторять одни и те же действия много раз и в разных ситуациях. Они просто испытывают, какая будет реакция.

Как учить детей общаться без рукоприкладства

- Объясните ребенку последствия рукоприкладства
 - если ты кого-то ударишь, ему будет больно.
 - Лийзи плачет, потому что ей стало больно.
 - Лийзи не нравится, когда ты ее бьешь.
- Поддержите ребенка, которого ударили
 - ободрите жертву говорить «Нет» или «Не делай мне больно» или «Не бей меня».
 - помогите драчуну извиниться и примириться.
- Если вы поняли, что нанесение ударов – это выражение желания пообщаться с другим ребенком, то помогите ему выразить это желание по-другому.
 - если ты хочешь поиграть с Лийзи, то скажи ей «Давай поиграем».
 - если ты хочешь поиграть с Кристофером, то подойди к нему с игрушкой и дай ее ему.
- Если ребенок кого-то бьет:
 - вмешайтесь, возьмите ребенка за руку и переключите его внимание на что-нибудь другое (например: «Этой рукой ты можешь помахать»).
 - если он сердит на кого-то, то возьмите его за руку и скажите: «Я не разрешаю тебе бить Марибель. (пауза) Если ты рассержен, то скажи ей об этом».
- Проследите за поведением ребенка. Если он кого-то ударил, то, очевидно, попытается сделать это снова. Если вмешиваться часто, то ребенок усвоит новые навыки общения.
- Все дети различны, и поэтому золотых правил нет. Они могут наносить другим удары:
 - если устали или голодны
 - когда в маленькой комнате (игровом домике) слишком много других детей
 - если не могут играть с группой детей (некоторые дети прекрасно играют с одним ребенком, а с группой не могут).

**Если
вмешиваться
часто, то ребенок
усвоит новые
навыки общения.**

- По возможности следите за детьми и вмешивайтесь, плавно перестраивая деятельность детей.
- По возможности направляйте ребенка, который еще учится общаться, играть с более свободно общающимися детьми, спокойнее реагирующими на попытки начинающего строить общение.
- Если ребенок в сходных ситуациях уже несколько раз пытался бить других детей, то, по-видимому, эти ситуации трудны для его понимания. В этом случае выведите ребенка из этой ситуации и дайте ему успокоиться.
- Спокойно поговорите с родителем о поведении ребенка. Начните непременно с чего-нибудь положительного, а затем обсудите, что еще можно сделать, чтобы ребенку в детском саду было хорошо (см. «Сотрудничество с родителями», с. 91.)

Маленький ребенок учится медленно, и он не сразу прекратит бить других. Установленные взрослыми границы и предложение ребенку альтернатив не научат ребенка прекратить бить других, но научат его общаться, не используя рукоприкладства.

Послушание

Самый подходящий возраст, чтобы учить детей послушанию – это 2–3 года. Послушание не является самоцелью, но оно активизирует ту часть нервной системы, которая позволяет ребенку давать самому себе приказы и вводить запреты. Таким путем развивается самообладание ребенка. Сперва следует отдавать ребенку словесные распоряжения, которые он может выполнять в игровой форме. Например: принеси мне карандаш, дай Аннели мяч и т. д. После этого взрослый непременно должен похвалить ребенка за выполнение распоряжения. Так ребенок получит опыт, что выполнять просьбы – это хорошо.

Двухлетний Янно ходит по длинному коридору и разговаривает сам с собой: «Нет, ... нет, нет-нет-нет ... Нет, нет, нет, ... и т. д.» В жизни Янно наступил период, когда он обнаружил собственную волю и пытается применять ее в тех ситуациях, где его планы не совпадают с планами взрослых. Взрослым приходится быть в таких ситуациях очень находчивыми и терпеливыми, чтобы находить разумные компромиссы. Ребенку же следует испытать и то, что не всегда он будет получать то, чего хочет. Одна из возможностей – это предоставлять ребенку выбор: кубики или пазл, читаем сказку или истории про Винни-Пуха, и т. д. Делая выбор, ребенок использует свою волю, отдавая же распоряжения мы подчиняем его своей воле. Если дать ребенку возможность выбирать, то он в другой раз послушается охотнее, так как будет знать, что учитываются и его желания.

Установленные взрослыми границы и предложение ребенку альтернатив не научат ребенка прекратить бить других, но научат его общаться, не используя рукоприкладства.

Если дать ребенку возможность выбирать, то он в другой раз послушается охотнее, так как будет знать, что учитываются и его желания.

**Распоряжение
следует отдавать
один раз,
повернувшись к
ребенку лицом.**

**Разговаривать
с ребенком
следует
спокойным
голосом.**

Обучение послушанию происходит в повседневных ситуациях. Задания типа: «Сложи игрушки в ящик»; «Пойди помой руки» и т. п. относятся к числу повседневных. Распоряжение следует отдавать один раз, повернувшись к ребенку лицом. Повторять все время одно и то же бессмысленно, ибо в таком случае ребенок не научится отличать значимой речи от повседневных разговоров. Если ребенок не начнет выполнять задание, то нужно подойти к нему и сделать то, о чем просили, вместе с ним. Когда вы складываете вместе с ребенком игрушки в ящик или помогаете ему мыть руки, то он понимает, что данное Вами задание нужно было выполнить, причем это ожидалось от него. В то же время, нельзя все делать вместо ребенка, поскольку в этом случае он сделает вывод, что слушаться необязательно, так как все равно все будет сделано за него.

Разговаривать с ребенком следует спокойным голосом, не сердясь и не крича. Часто взрослые говорят, что ребенок не послушается, пока на него не рассердишься и не прикрикнешь. Это свидетельствует о том, что ребенок полагает, будто и не нужно ничего делать, пока приказание не будет отдано громким тоном. В ответ на просьбу ребенок часто отвечает: «Не хочу!», «Не буду!». Подчинение распоряжениям взрослых требует от ребенка усилий и отказа от собственного удобства. Задача взрослых - установить для ребенка границы, тогда он постепенно научится регулировать себя сам. Учитель в детском саду тоже должен устанавливать для детей границы и делать это спокойно, не отчитывая ребенка, не поднимая голос и не угрожая. Приведенный ниже пример показывает, как учитель не должен поступать.

Трехлетний Тармо – активный мальчик, не умеющий предвидеть последствий своей деятельности. Как-то раз он неожиданно выбрасывает руки в стороны, и проходящая мимо девочка получает удар. Девочка с плачем бежит к учительнице: «Тармо меня ударил!». В другой раз Тармо играет с мальчиком, который медлительнее его. Не дожидаясь, пока машинка того мальчика подъедет к перекрестку, Тармо хватает его машинку и сам проезжает с ней перекресток. Мальчик идет к учительнице жаловаться на несправедливость. И так происходит много раз. В конце концов за Тармо в группе закрепляется репутация плохого ребенка. После очередного происшествия, когда кто-то из детей получает толчок, учительница говорит: «Теперь мы поставим тебя на стул, и каждый ребенок может в наказание ударить тебя один раз».

Нет смысла выдавать ребенку распоряжения в форме предложения или вопроса, например «Ну что, будем теперь собирать вещи?» или «Почему ты ударил Яна?» Такие решения должен принимать

взрослый. Кроме того, взрослый должен проследить, чтобы ребенок выполнил поручение как положено, а потом, конечно же, похвалить его за сделанное.

Как давать распоряжения – это тоже своего рода искусство. Нужно помнить, что память ребенка еще неглубокая, и в нее помещается одновременно лишь одно поручение. Перед тем, как дать поручение, нужно добиться зрительного контакта с ребенком, и лишь затем говорить ему, что нужно сделать. Нет смысла говорить с ним в то время, когда он увлечен игрой или рассматриванием книжки. Сперва нужно завершить предыдущую деятельность. Порой полезно попросить ребенка повторить, что ему сказано делать.

Мать Яко была приятно удивлена тем, что ее сын, которому три с половиной года, в детском садике оделся сам. Дома у него по утрам всегда проблемы с одеванием. Из разговора с матерью выяснилось, что она дает ребенку по утрам приказание: «Одевайся быстрее, а то я опоздаю на работу!» Но мальчик ничего не делает, сидит на стуле и играет со своими пальцами. Мама выходит из себя и начинает сама его одевать. Из разговора с учительницей выяснилось, что распоряжения ребенку они давали по-разному. Одевание – это сложная деятельность, состоящая из надевания на себя многих отдельных вещей (особенно много одежды нужно надевать зимой). Лучше делить это задание на части: сказать «Надень рубашку» и затем помочь правильно ее надеть. Учительница посоветовала, чтобы мать и дома поступала так же. Мать сомневалась, но решила попробовать. Некоторое время спустя она поблагодарила учительницу за хороший совет.

Как себя вести, если вы дали ребенку распоряжение и повторили его, но он ничего не делает. Если это своевременное и уместное требование, то нужно сделать предупреждение. Предупреждение должно быть исполнимым, и его нужно также и исполнить: «Если ты не успокоишься, то до обеда будешь играть один». И если ребенок все равно не послушается, то нужно реально претворить предупреждение в жизнь. Если реального исполнения предупреждения не происходит, то оно является лишь угрозой. В таком случае ребенок будет привыкать к тому, что распоряжения взрослых выполнять необязательно. Если же исполнять предупреждения, то ребенок научится отвечать за свою деятельность и ее последствия.

Память ребенка еще неглубокая, и в нее помещается одновременно лишь одно поручение.

Если же исполнять предупреждения, то ребенок научится отвечать за свою деятельность и ее последствия.

Одобрение
хорошего
поведения
оказывает
большее
влияние,
нежели
запрещение
плохого.

Простые методы пресечения недопустимого поведения описаны психологом Анни Вахер

- Зрительный контакт (острый и пронизывающий взгляд – помогает тогда, когда ребенок знает, что он него ожидается).
- Прикосновение и указывающие жесты.
- Приближение к ребенку (т. наз. присутствие учителя, например можно тихо сказать: «Март, слушай, пожалуйста, внимательно»).
- Дополнительная возможность для ответа («Рейн, что ты делаешь для того, чтобы дружить с Мартом?»)
- Указание на действия, которые должны выполнить дети (скажите, что дети должны делать, не комментируйте то, что они делают неправильно).
- Дополнительные инструкции (если дети не поняли задания).
- Краткие запреты и распоряжения («Март, начинай убирать вещи!»)
- Предложение ребенку альтернативного выбора («Выбирай, будешь играть с другими детьми и не разбрасывать вещи, или будешь играть один»).

Оказывайте поддержку и любовь. Помните, что **легче увеличить что-либо, чем уменьшить.** Поэтому одобрение хорошего поведения оказывает большее влияние, нежели запрещение плохого.

Все дети разные

В детском саду много различных детей. Каждый ребенок – особенная, своеобразная личность. Некоторые хорошо и смело общаются, другие скромны и застенчивы. Некоторые слишком много боятся, другие же, в свою очередь, слишком бесстрашны. Различаются также способности детей, их умения, скорость реакции и чувствительность. Порой ребенок с отличающимся поведением может стать объектом ненадлежащего обращения. Понимание различий поможет учителю избежать неправильного обращения с ребенком.

Скромные дети. В детсадовских группах порой встречаются дети, которые наблюдают за занятиями других детей, но сами не проявляют никакой инициативы к участию. В других случаях ребенок хотел бы участвовать, но другие дети не принимают его в игру. Возможно, что это скромные дети. Большую часть времени они проводят сами по себе. Быть может, есть один-два ребенка, с

которыми они играют. Несмотря на малое количество контактов, эти дети не чувствуют себя плохо и вполне справляются с детсадовскими буднями.

Новый ребенок в группе тоже может чувствовать себя смущенно. Обычно это смущение длится недолго, а порой его и вовсе не бывает. Новичку нужно позволить спокойно обследовать новую окружающую обстановку. Хорошо, если бы учитель прошел вместе с ним по помещению и показал возможности для игр и обучения. Следует спросить ребенка, чем ему нравится заниматься. Нужно также познакомить нового ребенка с остальными и направить его играть с кем-нибудь.

У **застенчивого ребенка** общение вызывает тревогу, а в незнакомых ситуациях они могут замкнуться в себе. Он неуверен в себе и не знает, как правильно себя вести. Такие дети пытаются избегать отрицательных результатов и не пытаются достигать положительных. Затруднения возникают у них при встрече с незнакомыми людьми, при публичных выступлениях, на крупных мероприятиях и т. д. Нет смысла заставлять застенчивого ребенка выступать на празднике в детском саду. Подготовка к публичным выступлениям – это длительная работа, которая требует тактичности и терпения. В случае таких детей совершенно необходимо сотрудничество с родителем. В детском саду следует отмечать и поощрять любую инициативу ребенка.

Отвергаемые дети отличаются от своих сверстников тем, что:

- проводят меньше времени в играх с другими детьми, большую часть времени наблюдая за играми со стороны
- редко пытаются повлиять на поведение сверстников или организовать его, даже занимаясь чем-то с ними вместе
- проводят меньше времени в течение дня в фантазийных и ролевых играх
- для общения со сверстниками предпочитают более структурированные и прочные группы.

Отвергаемые дети склонны к агрессивности, чрезвычайно импульсивны, раздражают других и неспособны к сотрудничеству. Они редко вступают в позитивные отношения и часто в негативные (драка, препирательство), терпя больше поражений.

У боязливых детей или детей с фобическим поведением наблюдается серьезная отстраненность наряду с эмоциональными и поведенческими расстройствами. По словам Руть Райело, большинство страхов детского возраста являются нормальными, а их преодоление помогает ребенку взрослеть, самоидентифицироваться

и справляться с жизнью. Если же страх настолько силен, что постоянно подавляет ребенка, то он может отреагировать на это нарушением здоровья. Дети боятся разных вещей, но результаты одного исследования (проведенного в Австралии, Канаде, Египте, Японии, на Филиппинах и в США) показали, что самый главный детский страх - потерять родителей.

Детские страхи

Основные страхи детей в зависимости от возраста (источник: Ruth Raielo „Laste hirmud”)

Возраст	Страх
0–6 месяцев	Потеря поддержки; громкие звуки, шум
7–12 месяцев	Чужие люди; высота; внезапно, неожиданно или угрожающе появляющиеся объекты
1 год	Разлука с родителями; туалет; телесные повреждения; чужие люди
2 года	Многие стимулы, например громкие звуки (пылесос, сирена, тревожная сигнализация, большие автомобили, гроза); животные; темные комнаты; разлука с родителями; большие объекты или машины; изменения в окружающей обстановке; чужие сверстники
3 года	Маски; темнота; животные; разлука с родителями
4 года	Разлука с родителями; животные; темнота; звуки (в том числе голоса, шум ночью)
5 лет	Животные; плохие люди; темнота; разлука с родителями; телесные повреждения
6 лет	Сверхъестественные создания (например, привидения, ведьмы, пугала, пришельцы); телесные повреждения; гром и молния; темнота; одиночество или сон в одиночестве; разлука с родителями
7–8 лет	Сверхъестественные создания; темнота; события из СМИ (новости о ядерной опасности или о похищении детей); одиночество; телесные повреждения
9–12 лет	Тесты и экзамены в школе; ответы и выступления в школе; телесные повреждения; внешний облик; темнота; гром и молния; смерть
Подростки	Публичные выступления, способность справляться в общественной жизни; сексуальность

Страхи могут наблюдаться у детей любого возраста, но в определенном возрасте они подвержены страхам более всего. В возрасте 2–4 лет возникает много новых страхов: многие дети боятся животных (особенно собак), грозы, бури, врачей. На шестом году жизни наиболее распространенным страхом является боязнь темноты. Страхи начинают уменьшаться и исчезать по мере взросления и развития ребенка.

Ребенок, который был во всех отношениях храбрым, в трехлетнем возрасте вдруг становится боязливым. Почему? Рут Райело объясняет это тем, что к этому возрасту дети осознают, что они маленькие и не в состоянии контролировать все обстоятельства. Кроме того, они не всегда в состоянии отличить фантазию от реальности. Многие дети либо наслышаны от других людей об устрашающих опытах, либо сами их испытали.

У некоторых детей наблюдаются произвольные иррациональные страхи – фобии, не соответствующие реальной действительности и мешающие нормальной деятельности ребенка.

5-летний Рауль боится один спать в своей комнате. Каждый вечер он проверяет электрические контакты (чтобы они все были заклеены липкой лентой); он залезает под кровать и смотрит, нет ли щели между полом и стеной. Он не позволяет приоткрыть окно даже для вентиляции. Те же самые страхи случались с ним во время тихого часа в детском саду. Родители обратились к психологу, и тут благодаря совместным усилиям выяснилось, что в детском саду Рауль как-то слышал от одного мальчика рассказ о фильме, где показывали, как в комнату заползали насекомые через всевозможные щели. Насекомые нападали на людей.

Психологи уже давно установили, что воображаемые события устрашают больше, чем буквальные. У детей живая фантазия, которую они не всегда могут отличить от реальности.

У детей, постоянно пребывающих в состоянии страха, может наблюдаться нервозность, агрессивность, расстройства концентрации, трудности в учебе. Часто отмечаются нарушения сна, ночное недержание мочи, расстройства речи и навязчивые действия. Могут иметь место также расстройства пищеварения, головные боли, боли в спине и расстройства кровообращения.

Как творчески помочь ребенку

Ребенка следует побуждать говорить о тех вещах, которые вызывают у него страх. Ни в коем случае нельзя высмеивать его словами: «Ну какой же ты мужчина!», нельзя принуждать: «А теперь иди смело – собака тебя не тронет». Свои страхи дети преодолевают лучше всего с помощью каких-либо занятий.

Искусство помогает ребенку в общении, побуждает его контролировать свои движения.

Рисование. Дети, которые не в состоянии общаться традиционным образом, рисуют красивые или дающие пищу для размышлений картины. Творческая деятельность дает им возможность иметь над чем-то контроль в своей жизни, в виде выбора подходящих материалов, цветов, образов и т. д. Для этого они могут использовать мелки, краски и бумагу разной структуры. Искусство помогает ребенку в общении, побуждает его контролировать свои движения.

Посредством рисования ребенок учится экспериментировать – смешивать краски, сравнивать/сочетать образы; учится лучше осознавать самого себя – изображая свою семью, собаку, качели на ветвях яблони и т. п. Он испытывает новые чувства – радость, удовольствие; а также – страх, гнев и т. д. Рисование доводит невидимую жизнь ребенка до его сознания.

Уместны также ролевые игры, посредством которых ребенок учится быть в непривычных для самого себя ролях. Играя разные роли, ребенок испытывает различные чувства и начинает лучше понимать поведение своих сверстников. В то же время, он получает возможность видеть себя глазами других.

Шаг за шагом он приобретает все больше практических умений справляться с ситуациями, которые раньше внушали страх. Полезно вместе с ребенком проследить, как ведут себя в похожих ситуациях более смелые дети.

Использованная и рекомендуемая литература

Brancroft, L., Silverman, J. G. (2007). *Vägivallatseja lapsevanemana*. Tartu Naiste Varjupaik.

Crowder, S. (2012). *Mõistliku kasvatuse põhitõed*. Kirjastus ERSEN.

Gillberg, C. (2003). *Aspergeri sündroom*. Kirjastus Kunst.

Kinnunen, S. (2008). *Las ma olen laps*. Tallinn: MTÜ Allika kirjastus.

Korp, E., Leppiman, A., Meres, T., Vaher, A. (2002). *Laps – elu, probleemid ja lahendused*. Tallinna Laste Tugikeskus.

Nõmme, A. (2009). *Iga laps tuleb oma õnnega*. Tartu: AS Atlex.

Pittelkow, K. & Jakob, A. (2004). *Andekas laps: avasta oma lapse anded ja võimed*. Tartu: Väike Vanker.

Raielo, R. *Laste hirmud*. <http://www.tnk.tartu.ee/0laste.html>

Raudsepp-Alt, U., Raudisk, S., Lukanenok, K., Bogomolova, E., Pentshuk, K. (2008). *Koolimineku lävel*. Tallinn: Kirjastus Ilo.

Roomeldi, M., Haldre, L., Susi, A., Metsis, L., Kõrgesaar, R. (2003). *Hüperaktiivne laps*. Tartu Ülikooli Kirjastus.

- Sepp, V. (2010). *Andekusest ja andekatest lastest*. Tartu: AS Atlex.
- Smith, P. K., Cowie, H. & Blades, M. (2008). *Laste arengu mõistmine*. 4. trükk. Tallinn: Tallinna Ülikooli Kirjastus.
- Smutny, J. F. (2000). *Teaching Young Gifted Children in the Regular Classroom*.
- Soonets, R., Popova, A., Roomeldi, M., Haldre, L., Saar, S., Kuiv, K., Paddar, M., Heido, R., Kutsar, D. (2007). *Lapse väärkohtlemine II*. Tartu: AS Atlex.
- Steer, J., Horstman, K. (2011). *Aktiivsus- ja tähelepanuhäirega laste ja noorte abistamine õppetöös*. Kirjastus Kunst.
- Textor, M. (25.07. 2006) *Hochbegabte Kinder entdecken und angemessen fördern*.
- Unt, I. (2002). *Andekas laps tänases Eestis – tendentsid, reaalsus, prioriteedid*.
- Unt, I. (2005). *Andekas laps: raamat õpetajale ja lapsevanemale*. Tallinn: Koolibri.
- Vaatman, M. (2011). *Andekas laps lasteaia ja individuaalsed tegevused eriandekatele*.
- Vikat, M. (Koost.). *Andekas laps muutuvus ühiskonnas*. Tallinn: TPÜ Kirjastus, 7–13.

Сотрудничество в случае проблем с поведением ребенка

Кярт Кяэсель

В последние годы в сфере образования все чаще говорится об особых потребностях, связанных с развитием и адаптацией детей, и о детях, которым не очень хорошо дается учеба в обычных учебных ситуациях и для которых требуется реорганизация занятий, развивающей среды и учебной программы. Они отличаются по фоновым данным, способностям, личным качествам и поведению. В школе их называют детьми с особыми образовательными потребностями, а в детском саду – детьми с особыми потребностями в развитии. Присутствие в коллективе ребенка со сложностями в поведении в первую очередь означает, что необходимо сотрудничество между различными сторонами – как в группе и в детском саду, так и вне детского сада. Это командная работа, в которой по возможности участвуют учителя детсадовской группы, преподаватели движения и музыки, работник здравоохранения, логопед, помощник учителя, представитель руководства и законные представители ребенка (родители или назначенный государством представитель ребенка – работник по защите детей).

К настоящему времени разработана и утверждена входящая в государственные учебные программы система обучения и развития детей с особыми потребностями как в школах, так и в детских садах. В общеобразовательных школах назначены на должность координаторы обучения учеников с особыми образовательными потребностями (в разговорной речи ХЕВКО, аббревиатура от эстонского наименования должности), в задачу которых входит построение этой системы в школе и управление ей. Наиболее важным участком работы является организация сотрудничества между различными сторонами для нахождения решения детским проблемам. В системе базового образования за сотрудничество и командную работу внутри детского сада отвечает директор учреждения.

Сотрудничество с ребенком и коллегами в группе детского сада

Создание общей позитивной атмосферы в группе

В каждой группе детского сада с детьми договариваются о правилах поведения в группе. Кроме того, учителя группы и помощники учителей тоже должны договариваться между собой о том, как они будут общаться с детьми и их родителями, а также как будут решать сложные ситуации в своей группе. Например, хорошей традицией в группе могла бы быть такая позиция: мы одобряем хорошее поведение и не обращаем повторного и подчеркнутого внимания на неподобающее поведение в нашей группе.

Правила хорошего поведения можно разработать также и вместе с детьми. Дети способны скорее описать поведение, чем назвать критерии. Например:

- хорошее поведение это, когда...*
- мы вежливы по отношению друг к другу*
- мы всегда спрашиваем разрешения, если хотим взять чью-то вещь*
- мы всегда слушаем, что говорит нам другой человек*
- мы дружно играем вместе, никому не причиняя боли*
- мы помогаем друг другу*
- мы спокойно говорим друг другу о том, что вышло не так*
- мы рассказываем друг другу правдивые и веселые истории*

Инструкции для закрепления желаемого поведения можно найти здесь (классический метод).

Обуздание нежелательного поведения и закрепление позитивного поведения

- Одобрите хорошее поведение при помощи «я-сообщения» (см. также «Признание», с. 89). **Эффективная похвала должна последовать сразу за хорошим поведением.** Похвала будет более эффективным подкреплением хорошего поведения, если больше одобрять поведение ребенка, нежели самого ребенка. Можно использовать социальное признание – улыбку, объятие, похлопывание, зрительный контакт или проявление внимания. Можно выделить ребенку материальное и действенное одобрение – например, позволить ему помочь учителю в какой-нибудь важной деятельности и т. д. «Мне понравилось сегодня, как ты помог мне накрыть на стол. Это значительно облегчило мою работу, и вместе мы быстрее справились».

Правила хорошего поведения можно разработать также и вместе с детьми.

Похвала будет более эффективным подкреплением хорошего поведения, если больше одобрять поведение ребенка, нежели самого ребенка.

Одна учительница из таллиннского детского сада поделилась своим простым методом – она постоянно носит в кармане блокнот и ручку. Если она замечает нечто заслуживающее похвалы, но в данный момент у нее нет времени, чтобы подойти и выразить свое восхищение, то она старается запомнить этот эпизод и записать его при первой возможности. Особенно это касается детей, чье поведение вызывает озабоченность. Когда вечером родители приходят за ребенком, учительница достает свои заметки и дает родителям положительную обратную связь – что сегодня прошло хорошо. Очень важным является то, что родители слышат о своем ребенке хорошее и что, в связи с этим, возрастает их доверие и готовность к сотрудничеству. Еще лучше передать одобрительное сообщение непосредственно ребенку, т.е. обратиться к нему напрямую.

- **Будьте внимательны, чтобы невольно не одобрить нежелательное поведение**

Такая опасность существует в ситуациях, когда ребенок добивается желаемого при помощи, например, плача, жалоб или плохого поведения. Если, успокаивая плач или вспышку гнева, уступать желанию ребенка, чтобы разрядить обстановку и не усугублять ситуацию, то это может привести к закреплению нежелательного поведения. В детском коллективе это означает, что так называемый капризуля не учится выражать свои потребности и желания разумно, а вместо этого учится добиваться внимания и исполнения своего желания неподобающим образом.

- **Не закрепляйте плохое поведение постоянным напоминанием и подтруниванием**

Неоднократное напоминание детям их плохого поведения поддерживает активность их мозга в данном контексте (программирует их поведение наперед) и увеличивает у детей чувство тревожности. Встревоженному ребенку трудно контролировать свое поведение.

- **Осудите плохое поведение**

Ребенка нельзя стыдить или унижать, но нежелательному, причиняющему вред другим людям поведению надо непременно положить конец. Подходящие для этого способы вы найдете в главе, посвященной общению, начиная со с. 76.

Вмешательство и усмирение

Следующее описание примера вмешательства в критической ситуации не подходит для вывешивания на стену на всеобщее обозрение в группе. Лучше, если оно будет под рукой в ящике учителя в пластиковой обложке поверх других документов. В тоже время,

надо договориться с родителями по главным принципам, и применять эти принципы только с согласия родителей. Не все методы однозначно подходят для аутичных или гиперактивных детей, а также детей, переживших психическую травму (см. также другие главы).

Вмешательство в критических ситуациях (например, если один ребенок бьет другого ребенка)

- **Сразу подойдите к ребенку** (при необходимости решительно остановите инцидент). Если ребенок в состоянии аффекта случайно либо намеренно ударит вас или поцарапает, это будет очень неприятно, а также может быть и больно. Однако вам как взрослому человеку нельзя здесь терять самообладание. Надо обязательно поговорить с родителем о случившемся.
- **Мимика и язык тела должны быть однозначно решительными.** Не будьте нерешительным и извиняющимся. Если вы непременно желаете быть всегда хорошим и популярным среди всех детей, то в такой момент не стоит об этом и думать. Другие дети будут всячески восхищаться вашей решимостью.
- **Назовите имя ребенка,** при этом голос должен быть более низким и уверенным. Повышенный тон голоса может возбудить так называемое защитное поведение в какой-либо иной форме. Ребенок может неправильно понять учителя и вместо того, чтобы его слушать, например, убежать (сбежать от той ситуации, которая кажется ему опасной). Другой ребенок в такой же ситуации может застыть на месте и не понимать дальнейшей речи.
- **Установите зрительный контакт и смотрите на ребенка так, чтобы глаза были ровно напротив друг друга** (не сверху вниз и не снизу вверх). Глазами можно передать много информации, и свой взгляд также можно практиковать дома перед зеркалом. Вместе с тем, взгляд не должен быть холодным и сердитым, а скорее сочетать в себе заботливое отношение, сострадание и решительность.
- **Используйте уверенный тон голоса** и всегда помните, что ваш голос является важной частью вашего профессионального репертуара. Полезно пройти курс по постановке голоса.
- **Дайте простое, прямое, однозначное и четкое распоряжение** (см. также «Утверждающие я-сообщения», с. 86).



- **Используйте при необходимости метод тайм-аута.** Можно взять паузу, если вы лично убедились, что этот ребенок был агрессивен к другому ребенку (ударил, толкнул, плюнул, укусил, обзывал, дразнил и т. д.).

Использование метода тайм-аута для усмирения

Общие правила

- Объясните детям, что с сегодняшнего дня в группе устанавливается такое правило, что насилие и причинение другим боли теперь вообще недопустимо, и если кто-то кого-то ударит (подберите один конкретный пример порицаемого поведения), то он должен будет сидеть на условленной скамейке, пока не пройдет заранее согласованное время. Полезно использовать метафоры, например, как в баскетболе – тайм-аут. Любителям футбола это можно объяснить сравнением с красной карточкой (удаление с поля до конца игры).
- С ребенком, который сидит на скамейке, нельзя ни играть, ни разговаривать. Если другие дети с ним заговорят, то они рискуют и сами оказаться на скамейке тайм-аута.
- Скамейка тайм-аута может находиться в отдельном определенном месте того же помещения (неотделяемое место), хотя полезно оградить это место ширмой или полкой так, чтобы ребенок не видел, что делают другие. Ребенку должно быть в том месте как можно более скучно – среда не должна быть стимулирующей. В целях безопасности, для маленьких детей нельзя использовать изолированное место в отдельном помещении.
- Рекомендуется поэтапно проработать метод тайм-аута вместе с коллегами в стиле ролевой игры и при этом самим активно проанализировать, что может пойти на пользу, а что нет. Цель этого метода – чтобы ребенок успокоился, обдумал свой поступок и раскаялся. Этот метод не следует использовать в случае плохого настроения, обиды, боязни, хныканья, плача и другого непреднамеренного или неагрессивного по отношению к другим поведения ребенка, а также если взрослый не был свидетелем случившегося или не слышал об этом.

Метод тайм-аута в случае нежелательного поведения включает следующие шаги:

1. Остановите неправильное поведение и назовите, что именно ребенок сделал недопустимо неправильно.
2. Отведите ребенка сразу после проступка на место, предназначенное для тайм-аута, используя для этого не более 10 слов и 10 секунд.

3. Возьмите портативный таймер (можно также использовать таймер в мобильном телефоне) и заведите его на столько минут, сколько лет ребенку. Поместите его в пределах слышимости ребенка.
 4. Не обращайтесь на ребенка никакого внимания, пока не зазвонит звонок (боковым зрением надо смотреть, чем он занимается и как реагируют другие).
 5. Когда таймер прозвонит, заговорите с ребенком по-дружески. Повторите ребенку, что то, что он сделал, было плохо. Объясните, почему такое поведение неприемлемо. Попросите ребенка повторить своими словами, почему то, что он сделал, опасно и неприемлемо. Ребенок не должен при этом извиняться или оправдываться, а должен описать свое поведение.
 6. Попросите ребенка сказать, как бы он мог повести себя по-другому. Похвалите и приободрите ребенка, если он предложит свои варианты. Помогите ему найти альтернативные способы взаимоотношений с другими детьми. Если ребенок отказывается разговаривать в данный момент, то поговорите с ним позже, когда он возьмет себя в руки.
- Если ребенок сбежал со стула, верните его назад, встаньте рядом с ним и держите руку на его плече, но не обращайтесь к ребенку никаким иным способом. Кроме того, можно посадить ребенка себе на колени, но при этом нельзя никаким образом с ним общаться. Следите, чтобы это не превратилось в интересное зрелище для других детей.
 - Используйте технику отражающего (рефлексивного) слушания (попытайтесь вербально выразить, что ребенок мог чувствовать, когда он так себя повел; повторите то, что вам сказал ребенок; проявите понимание).
 - Перечитайте снова пункты 5 и 6 о шагах в методе тайм-аута, так как эта часть нередко упускается из виду, хотя она очень важна для изменения поведения ребенка в желаемую сторону. Описание своими словами помогает ребенку понять ситуацию, а нам дает возможность узнать, понял ли ребенок ее правильно. Кроме того, он может предложить свои решения, как можно выйти из сложной ситуации. Это, в свою очередь, облегчает так называемую вину, и помогает сохранить веру в себя и в то, что в будущем он будет лучше справляться с подобными трудностями.

Метод тайм-аута имеет свои риски и погрешности, но в то же время они считаются преодолимыми, а сам метод – эффективным. Цель



состоит в том, чтобы изменить поведение ребенка путем успокоения, обдумывания и анализа. Ни в коем случае нельзя каким-либо образом унижать или обвинять ребенка. В противном случае это вызовет упрямство и результаты будут противоположными. Тайм-аут позволяет успокоиться, и тогда можно дополнительно сделать упражнения с безопасными местами другие упражнения, которые описаны в главе «Психическая травма в раннем детском возрасте» и которые помогают организму еще больше успокоиться. После этого с успокоившимся ребенком можно обсудить ситуацию, чтобы проанализировать произошедшее, а также найти способ, как постараться загладить вину (попросить прощения, что-то починить, и т. д.) – это восстанавливает чувство собственного достоинства. Правильное применение метода тайм-аута сохраняет нормальную самооценку ребенка.

Сотрудничество с ребенком – игра как поддержка эмоционального и социального развития

Поддержка социального развития

Если дети перестают сотрудничать, то это либо оттого, что они уже слишком долго и много сотрудничали, либо оттого, что была нарушена их личная целостность. Причиной этого никогда не бывает отсутствие желания сотрудничать. (Jesper Juul)

По словам признанного датского семейного врача-терапевта Джеспера Джуула (Jesper Juul), обычно считается, что дети не имеют достаточного потенциала для сотрудничества, что они недостаточно социальны и бескорыстны, поэтому их надо учить сотрудничать, приспособливаться и считаться с другими. Для этого на протяжении веков в качестве единственно правильного метода воспитания в большей или меньшей степени применялось физическое и психическое насилие. К счастью, теперь оно замещается диалогом и привлечением ребенка к сотрудничеству. Глупо полагать, что ребенок, обладая врожденными средствами для выживания, не является социальным существом, говорит Джуул. Даже аутичный ребенок является социальным существом, хотя он может оказывать большое сопротивление попыткам общения. Книги Джеспера Джуула опубликованы также и на эстонском языке.

Хорошие идеи и приемы для изменения поведения детей предлагает Билл Роджерс (Bill Rogers), чьи руководства опубликованы на эстонском языке. Предлагаемые им инструкции предназначены, прежде всего, для восстановления нормального поведения в школе, однако они также подходят и для дошкольных групп детских садов.

Игра

Хорошим способом присмотреться к ребенку и изменить его поведение является игра. Нежелательное поведение можно в психологическом плане рассматривать как неудовлетворительное эмоциональное самовыражение – вместо того, чтобы попытаться объяснить другим свое настроение или чувства, маленькое рациональное существо выбирает более легкий путь и бросается в крик или начинает драться. Поэтому полезно играть в игры, самому непрерывно руководя процессом и участвуя в нем.

- Игра учит сдерживать себя, тренирует саморегулирование, самоконтроль.
- Игра учит справляться с тревогой, в ходе игры ситуации повторно воспроизводятся по нескольку раз и благодаря повторам ребенок становится более уверенным в себе. Неуверенный в себе ребенок также может прибавить себе уверенности в хорошо управляемых играх.
- Игра учит определять свое «я», познавать себя в различных ситуациях, лучше понимать свои и чужие потребности. Игра развивает способность сочувствовать.
- Игра учит и помогает находить объяснения своим чувствам (как хорошим, так и плохим), развивает эмоциональный интеллект.

Однако не все игры для этого подходят.

Составление репертуара игр

- Выберите в репертуар игры, которые нравятся вам самим.
- Научитесь правильно в них играть – чем проще игра, тем лучше.
- Дополните и измените их в соответствии с возможностями и потребностями своей группы.
- В адаптированные игры можно играть в любом месте, например во время долгой автобусной экскурсии.
- Заведите личную тетрадь для игр или набор картонных карточек с записанными правилами игр и маленькую сумку или кейс с необходимыми предметами – небольшими мячиками, листками бумаги, карандашами, кубиками, наклейками, клейкой лентой, веревкой, резинками, скрепками, стеклянными шариками и т. д.
- Соревновательные игры не предлагают равного чувства успеха – скромного ребенка с более медленной реакцией не мотивируют и не устраивают соревнования на скорость и на силу.

Хорошим способом присмотреться к ребенку и изменить его поведение является игра.

Положительная самооценка делает ребенка более уверенным в себе и более спокойным.

- Ребенок, испытывающий трудности в социальных ситуациях (аутичный ребенок, ребенок с особенностями развития), не понимает игр, где нужно разыгрывать других и стараться перехитрить друг друга.
- Подходят такие игры, где удовольствие от игры и сам процесс важнее, чем победа.
- Всегда раздавайте призы – всем участникам за участие или в неожиданных категориях (самый доброжелательный, самый отзывчивый, самый внимательный и т. д.).

Сотрудничество в случае более стойких проблем с поведением

Если для решения небольших проблем достаточно взаимного сотрудничества между учителями групп и родителями, то более серьезные проблемы с поведением требуют более системного подхода и более широкого круга помощников – сети. По мнению специалиста по воспитанию Джеральдин Митчелл (Geraldine Mitchell), решению проблем с поведением можно помочь, если к проблемам ребенка с нежелательным поведением отнестись серьезно и в сотрудничестве с коллегами подготовить план, который обеспечивал бы ребенку успех и положительную обратную связь как минимум в течение двух недель. Это, в свою очередь, помогло бы восстановить положительную самооценку ребенка. Положительная самооценка делает ребенка более уверенным в себе и более спокойным. Конечно, хорошо бы сотрудничать как в группе, так и в рамках всего детского учреждения в целом, но при этом не надо бояться большого объема дополнительной работы. Можно при этом мотивировать себя мыслью, что в будущем проблем, связанных с поведением ребенка, может стать меньше, и тогда, безусловно, он и его семья будут чувствовать себя намного лучше. Подробнее об этом методе рассказывается в руководстве «Обнаружение и предотвращение проблем психологического здоровья в школе», которое можно загрузить с веб-сайта Института Развития Здравоохранения terviseinfo.ee.

Самооценка

- Хороший уровень самооценки формируется тогда, когда ребенка признают и ценят как личность в тех группах, где он развивается и проводит время – в семье, детском учреждении, на тренировках, среди друзей и т. д.
- **Пока дети не научатся, так сказать, заявлять о себе, они не в состоянии достичь удовлетворительного уровня своей самооценки. Поэтому много внимания обращается на развитие социальных навыков.**

- Многие исследования подтверждают, что дети с трудностями в поведении и учебе имеют низкую самооценку (которая основывается на недостаточной уверенности в себе, малом самоуважении и слабой вере в себя).
- Правильные самостоятельные решения в состоянии принимать тот ребенок, который имеет нормальную самооценку. Вместе с тем, обучение и социальные взаимодействия (поведение) основываются на правильных решениях.

Практические стратегии уменьшения трудностей в поведении детей

Источник: Mitchell, G. (2001). *Practical Strategies for Individual Behaviour Difficulties*. UK: David Fulton Publishers Ltd.

Если ребенку уделять дополнительное внимание, сосредоточиваясь главным образом на повышении его самооценки и уверенности в себе, то этим можно предупредить серьезные проблемы, а поведение и самостоятельность ребенка могут значительно улучшиться. При поступлении в школу ребенок будет находиться в более равном положении с другими. Дальнейшие проблемы с поведением могут и не возникнуть или проявиться в более слабой форме. Поддерживающий ребенка план может быть частью программы его индивидуального развития, но надо еще привлечь и специалиста, который сумеет обратить внимание именно на когнитивное, эмоциональное и социальное развитие ребенка. Самое главное – знать, что все, касающиеся детей решения, должны приниматься **исходя из интересов ребенка** – они должны защищать его права и обеспечивать удовлетворение его потребностей. Интересы взрослых в вопросах, касающихся ребенка, должны оставаться на заднем плане.

Наблюдение и сбор информации.

- Для получения информации нужно, в первую очередь, установить сотрудничество с семьей и получить ее согласие.
- После этого проводится командная работа в виде сотрудничества между учителями и заполняется карта наблюдений (может быть сделана от руки). Карта заполняется в течение двух недель – учитель отмечает там хорошее и плохое поведение, содействие, участие в деятельности, другие эпизоды и связанные с ними обстоятельства - с кем, где, почему, и т. д.
- Пусть акцент остается положительным, а содержание рациональным. Эмоциям здесь места быть не должно. Перед внесением записи можно задать себе вопросы: действительно ли то, что я пишу здесь, является правдой? Хорошо ли это для чего-нибудь? И полезно ли это?

1-й шаг

	Позитивные примеры поведения, сильные стороны	Сотрудничество с учителями и товарищами и содействие им	Стороны поведения, нуждающиеся в развитии, слабые стороны
Понедельник			
Вторник			
Среда			
Четверг			
Пятница			

Пример: случай был инициирован одним из учителей группы. В одной обычной группе поведение 5-летнего мальчика отличалось от поведения других детей (ребенок был новеньким в группе). В последнее время ребенок был очень нервным и бил других детей, часто неожиданно. Учителя пытались заниматься с ним отдельно, но в конце концов сложилась ситуация, когда у учителей, особенно у одного из них, не стало больше хватать ни внимания, ни энергии на других детей, из-за чего у него обострились симптомы хронического заболевания. У мальчика были разные проблемы, и их начали исследовать. Родители мальчика сначала были испуганы и держались отстраненно, хотя и согласились на наблюдение за ребенком в условиях группы, чтобы лучше понять его проблемы. Оба учителя в группе, учитель музыки и учитель движения заполняли карту наблюдений за ребенком в течение 10 рабочих дней, помощники учителей давали устные комментарии, которые учителя добавляли в таблицу. Директор детского сада тоже поддерживал их в этом. У одного помощника учителя сложился хороший контакт с ребенком, мальчик с удовольствием помогал ему и вместе с ним занимался делами.

2-й шаг

Формулирование проблемы (как можно конкретнее).

Когда условленное время истекает, все вместе садятся за стол (круглый стол), и анализируют следующие вопросы.

- Когда, где и в чьем присутствии ребенок ведет себя плохо/хорошо и т. д.?
- Бывает ли ребенок необычно голодным или усталым (социальные проблемы)?
- Наблюдаются ли чрезмерные реакции, физическая агрессия, неспособность успокоиться и сосредоточиться?
- Изменяется ли поведение после выходных?

- Как насчет уверенности в себе и творческих способностей – выражается ли участие ребенка в занятиях только в виде строгого исполнения данных заданий, как он участвует в творческой деятельности?
- Как он принимает признание, и какое признание ему нравится?
- Что в этом раздражает и кого это раздражает? Чья это может быть проблема? (См. «У кого затруднение/проблема?», с. 78.)

Продолжение примера: собрание провели во время послеобеденного сна детей, в это время пришел на работу другой учитель группы. Ребенок вел себя с обоими учителями более или менее одинаково. По утрам он был в лучшем настроении, чем после обеда. По дням недели не было никакой разницы. Самые большие проблемы начинались каждый день перед послеобеденным сном - мальчик не хотел спать и не спал после обеда ни разу. После обеда неприветливость и упрямство возрастали, сотрудничество тоже ладилось хуже. Чем меньше было в группе детей, тем он был спокойнее. Он довольно уверен в себе и хорошо принимает похвалу. Раздражает то, что ребенок не спит и не ведет себя тихо, мешает другим. Во время сна портит настроение и вызывает раздоры и пререкания. Непредвзятым взглядом директор заметил, что с одним из учителей проблемы возрастают (с более строгим учителем). Родители сказали, что начиная с трехлетнего возраста ребенок ни разу не спал после обеда, ни в один из дней. Родители изначально надеялись, что ситуация как-то разрешится, и ребенок будет спокойно лежать. Они не хотели говорить об этом сразу.

Планирование стратегии для достижения цели повышения самооценки и уверенности ребенка в себе и придания ему больше уравновешенности и стабильности. Планируется программа действий с целью увеличить количество положительных эпизодов.

Некоторые ключевые понятия:

- нужно исходить из индивидуальных особенностей ребенка, и, так сказать, шить ему индивидуальный портновский костюм
- все поведение в целом является коммуникацией, ребенок выражает себя своим поведением, и предоставляет важную информацию даже тогда, когда он ведет себя, так сказать, переходя границы

3-й шаг



- стратегии должны применяться тогда, когда ребенок спокоен и здоров. В случае детей с диагнозом следует привлекать психолога и учитывать обусловленные диагнозом особенности ребенка
- во время занятий ребенок должен чувствовать, что он привлечен, а не исключен. Он должен испытать, что награда за уступку группе - возможность заниматься вместе с другими (уступи немного, и тебя примут в компанию)
- **взрослый видит поведение не всегда таким, каково оно на самом деле.** Поэтому было бы полезно собирать различные мнения многих взрослых – с разными учителями ребенок ведет себя по-разному
- действия, которые повышают самооценку, должны продолжаться **как минимум шесть недель**
- ребенка вознаграждают за хорошее поведение в согласованном порядке (чем младше ребенок, тем незамедлительнее должно следовать вознаграждение). Полезнее награждать нематериальными призами.

Продолжение примера: мальчик выглядит довольно несчастным, потому что он чувствует, что им недовольны. Тем не менее, он не может ничего изменить. Самооценка, безусловно, нуждается в поддержке, и чтобы ее поддержать, сокращают число ситуаций, в которых мальчик чувствует, что он терпит неудачу. Конфликты стараются предупреждать еще более индивидуальным подходом – если это возможно, то делают компромисс или исключение, сосредотачиваются на позитивном, выражают признательность и предлагают деятельность, в которой достигается успех – помогать в группе, накрывать на стол и т. д. Спрашивают мнение директора и помощника учителя. Договариваются, что во время послеобеденного сна мальчик будет находиться рядом с помощником учителя, вместе с ним заниматься делами или тихо сидеть и рисовать. Другим детям объясняют ситуацию. Родители обращаются к специалистам для исследования особенности сна ребенка. Другим родителям информация дается деликатно, если возникают вопросы, и каждому отдельно. Если мальчик бьет других детей, то вмешиваются обычным образом. Все прочие правила также действительны. Отдельно следует уделять внимание развитию речи и общению, чтобы ребенок умел лучше выражать себя словами.

Выполнение действий согласно плану и сохранение в это время своего профессионального поведения. Полезным будет открытое отношение и испытание новых методов, поддержка коллег и консультации по работе – совидение, супервизия.

- Успех и продвижение вперёд наиболее ощутимы в начале, затем их интенсивность уменьшается.
- Не бросайте выполнение плана на полпути, даже если положительных эпизодов стало больше, чем отрицательных. Если проблемы отступили, то программу поддержки ребенка часто оставляют незавершенной, хотя этого делать нельзя. Позитивное поведение еще не закрепилось, и ребенок нуждается в дальнейшей поддержке и дополнительном внимании.
- Во время действия программы поддержки ребенка к нему все так же применяются общие правила и ограничения детского учреждения – что можно и чего нельзя делать. Если поведение ребенка требует более жесткого вмешательства, то и это должно быть сделано, и он должен быть наказан в соответствии с договоренностями. Наказание не должно быть унижающим.
- Акцент должен сохраняться на положительном. Не обсуждайте с ребенком его плохое поведение и не говорите об этом в его присутствии. Это снова активизирует прошлые черты и дает новую энергию негативному поведению.
- Сосредоточьтесь на хорошем поведении. Не теряйте надежды, если время от времени проявляется прошлое поведение. Рассмотрите вместо этого, не появились ли отличия в плохом поведении и не снизилась ли его напряженность.
- Если появится хороший план попробовать что-то новое – сделайте это! Неудача тоже является обратной связью.
- Иногда дети до того, как превратиться в так называемого хорошего, становятся хуже. Не меняйте ничего в плане и держите тот же курс. Отрицательные черты формировались годами, и иногда они очень стойкие.
- К процессу выражения похвалы привлечите коллег, руководство и родителей.

Продолжение примера: во время послеобеденного сна мальчик тихо идет заниматься с помощником учителя, остается рядом с ним. Агрессивность мальчика снизилась, стресс уменьшился во всей группе. У помощника учителя появилась дополнительная нагрузка исполнять роль поддерживающего лица,

5-й шаг

ищется возможность для ее компенсации. При возможности, семья оставляет мальчика раз в неделю дома, чтобы дать ему возможность побыть в более спокойной обстановке. Семья продолжает сотрудничать со специалистами вне детского сада, приносит в детский сад их рекомендации.

Оценка результатов и переформулирование непреодоленных (оставшихся) сложностей.

Просмотрите недельные листы вместе с коллегами – изменилась ли первоначальная проблема? Каким образом? По сути здесь идет речь также и о самоанализе учителя, что очень важно с точки зрения профессионального развития.

Можно пользоваться вспомогательными вопросами.

- Участилось ли позитивное поведение?
- Если нет, то стало ли негативное поведение менее острым?
- Воплощены ли задуманные стратегии согласно плану?
- Все ли взрослые премировали ребенка за хорошее поведение?
- Проявил ли ребенок интерес к обещанной ему награде?
- Не произошло ли что-либо непредвиденное, и, если да, то как это повлияло на программу?
- Кто из взрослых противодействует - коллеги или родители?
- Как ребенок сам оценивает свою способность справиться с проблемой?
- Проявляли ли родители в течение этих шести недель интерес и поддержку?

Продолжение примера: мальчик более склонен к сотрудничеству, стал спокойнее, ведет себя более благопристойно, больше улыбается. Драк не было. Родители ребенка и учителя группы играют с ребенком в разные игры и занимаются с ним, чтобы помочь ему приспособиться к требованиям детского сада. Инициировавший и ведущий этот случай учитель обстановкой доволен. Не весь коллектив детского сада оказывает содействие, несколько коллег настроены критично и не желают ничего слушать. Однако наиболее тесно связанные с ребенком взрослые все же сотрудничают как единая команда. Похоже, что все взрослые также хвалят ребенка и концентрируют внимание на положительном. Родители очень довольны, что детский сад пошел навстречу, и благодарны.

Планирование новой стратегии, изменения для преодоления оставшихся затруднений.

Возможно, что на этом этапе мы уже поднимем руки и прекратим напрягаться. Однако от нас ожидают оправданных дальнейших действий и новых решений. Если деятельность осуществляется в интересах ребенка и приводит хоть к малейшим переменам в его ситуации, то нужно эту деятельность продолжать.

Продолжение примера: новый план не нужен, следует работать дальше со всей группой и поддерживать общую позитивную атмосферу, продолжать программу обратного интегрирования мальчика в дневной сон и снизить нагрузку помощника учителя.

Расширение круга сотрудничества

Сотрудничество с узкими специалистами

Бывают ситуации, когда все сделано в нужное время и потребности ребенка в области развития приняты во внимание, но ожидаемой перемены в поведении ребенка не происходит. Для нахождения решения проблем необходимо сотрудничество с детским психиатром, психологом, специалистом по развитию речи, семейным терапевтом, консультантами, семейным врачом. Эта тема очень деликатна, и оправданы вопросы о том, кто сделает первый шаг (если он еще не сделан) и кто с кем будет сотрудничать. Кого приглашать в команду? С кем консультироваться? Как вообще подходить к этой теме? Сосредоточиваться на диагнозе и на том, чего в этой ситуации сделать невозможно – это не принесет в детском учреждении пользы. Вместо этого лучше смягчить ситуацию, в зависимости от того, какая функция у ребенка нарушена и что можно предпринять в детском саду для выравнивания нарушения. Что у ребенка сейчас не получается, с чем он испытывает затруднения? Как поддержать ребенка и помочь ему в сотрудничестве с родителями? Если общая группа, несмотря на все усилия, все равно не станет подходящей средой для развития ребенка, то какие иные подходящие варианты можно будет предложить?

Ребенок с особыми потребностями часто бывает настолько эмоционально обременительным для неподготовленного учителя и причиняющим ему стресс, что здоровье учителя может пошатнуться и, к тому же, он не будет испытывать достаточной радости и удовлетворенности от своей работы. Подобные случаи встречаются среди персонала как школ, так и детских садов. С таким ребенком должна работать вся сеть – все люди, которые к этому готовы или почти готовы.

С ребенком с особыми потребностями должна работать вся сеть – все люди, которые к этому готовы или почти готовы.

Хороший пример в отношении этого приведен выше, где напряжение создаваемое агрессивным ребенком в группе и среди родителей было настолько высоким, что у одной из учительниц группы проявились симптомы ее хронического заболевания. Совместно было предпринято шесть шагов по восстановлению уверенности ребенка в себе (и здоровья учительницы).

1. Сбор информации о проблемах ребенка
2. Как можно более точное формулирование проблемы (и ее причин) – круглый стол
3. Составление плана (опорная программа, программа индивидуального развития)
4. Совместная деятельность согласно плану, сотрудничество как внутри учреждения, так и с привлечением консультантов при содействии местного самоуправления, привлечение медиков
5. Оценка результатов – круглый стол
6. При необходимости изменение плана

Предпринятые шаги принесли успех – проблема разрешилась, уровень стресса понизился и обстановка нормализовалась. Сотрудничество осуществлялось также и с медиками. Семья доверяла учительнице группы в такой мере, что сотрудничество между всеми сторонами оказалось осуществимым.

Порой привлечение родителей к сотрудничеству требует больше усилий и терпения (подробнее об этом читайте в главе «Сотрудничество с родителями», с. 91).

Если же семья все же не согласна сотрудничать, то в интересах ребенка следует обратиться к местному работнику по защите детей. Если вы не найдете контактов работника по защите детей своего района, то можете передать информацию (имя ребенка, по возможности адрес) по бесплатному анонимному телефону помощи детям **116 111**, и проблема будет адресована нужному человеку. Обязанность сообщать о нуждающихся в помощи детях распространяется на каждого взрослого гражданина Эстонской Республики.

Ребенок с особыми потребностями и инклюзивное образование

Итак – дети, которые по способностям, фоновым данным, и личным качествам настолько отличаются от сверстников, что для реализации своего потенциала развития нуждаются в реорганизации среды – это дети с особыми потребностями в развитии. Они имеют такие же права и обязанности; их интересы, также как и интересы их семей, тоже следует защищать. В контексте инклюзивного образования они развиваются и растут в обычных группах, мы не отделяем их от других детей. Мы вовлекаем их в повседневные занятия и в учебные и воспитательные процессы, для этого имеется законодательная база. Принципы поддержки развития детей с особыми потребностями в детском дошкольном учреждении определяет Закон о детских дошкольных учреждениях и государственная учебная программа детского дошкольного учреждения. В детском саду имеется своя учебная программа, которая должна соответствовать государственной учебной программе. Экспертами и специалистами созданы инструкционные материалы к государственной учебной программе, снабженные приложениями. За создание в общей группе условий, необходимых для детей с особыми потребностями в развитии, и за системную помощь таким детям отвечает директор детского сада, и это, несомненно, легче осуществлять при наличии мотивированного, позитивного и сплоченного коллектива.

Если детское дошкольное учреждение окажется в затруднении, оно может обратиться к руководителю образовательной сферы своего района или же в местный центр консультаций по учебе. Поскольку в разных местах укомплектованность специалистами неодинакова, то, по словам местных практиков, стоит создать свою сеть людей с проверенной компетентностью, сотрудничество с которыми проходит гладко. При этом стоит непременно выяснить, что предлагает местный центр консультаций по учебе, в котором работают специальные педагоги, логопеды, психологи и социальные педагоги. Консультирование по учебе – это консультирование детей, законных представителей детей (родители, назначенное государством лицо) и работающих с детьми специалистов по проблемам, связанным со способностями и развитием детей в возрасте от 3 до 17 лет. Основной акцент ставится на определение и профилактику проблем, связанных с развитием, учебой и поведением, на нахождение решений и совместную работу. Тем самым, именно в центрах консультаций по учебе вполне возможно получить необходимую поддержку и информацию, смотрите: <http://www.innove.ee/et/karjaariteenused/oppenoustamisteenused>

Использованная литература и дополнительная информация

О воздействии на поведение ребенка

Clark, L. (2010). *SOS hädaabi lapsevanematele. Praktiline käsiraamat tavapärase käitumisprobleemide lahendamiseks*. Tallinn: Ersen

Elliott, M. (1998). *501 moodust olla parem lapsevanem*. Varrak

Ginott, H. G. (2006). *Lapsed ja meie*. Odamees

Juul, J. (2010). „Ei” ütlemise kunst. *Kuidas öelda oma lapsele kindel „Ei” armastaval viisil*. Väike Vanker

Juul, J. (2010). *Sinu tark laps. Mida peab iga lapsevanem teadma lastekasvatusest ja suhetest lapsega 21. sajandil*. Väike Vanker

Rogers, B. (2008). *Taasleitud käitumine*. Tartu Ülikooli kirjastus.

Rogers, B. *Käitumine klassiruumis. Tõhusa õpetamine, käitumisjuhtimise ja kolleegitoe käsiraamat*. <http://eduko.archimedes.ee/files/K%C3%A4itumine%20klassiruumis.pdf>

Источники игр

Friedl, J. (2004). *Halva ilma mängud. Mitusada mängu toas ja õues*. Tallinn: Tänapäev.

Gerald, K., Gerald, D. (2001). *Workind with Children in Groups. A Handbook for Councillors, Educators and Community Workers*. UK: Palgrave.

Kroom, G. (2004). *Lõbusad ajaviitemängud*. Tallinn: Odamees.

Lindquist, I. (2000). *Mänguteraapia*. Tallinn: OMEP-Estonia.

Mänd, M. (2005). *Mänge siit ja sealt. Eesti lasteaedades mängitavaid mänge*. Tallinn: Ilo.

Newstrom, J., Scannel, E. (1998). *The Big Book of Team Building Games*. USA: McGraw-Hill.

Plummer, D. M. (2007). *Self-Esteem Games for Children*. UK: Jessica Kingsley Publishers.

Raadik, S. (2001). *Õpime mängides. Draamakasvatus lasteaias ja algkoolis*. Tallinn: Avita.

Räugel, K. (2004). *Tants ümber tööposti*. Tallinn: Pegasus.

Rüütel, E. jt (2001). *Loomismäng. Muusika-, sõna-, liikumis-, kunsti- ja värviharjutusi rühmatöök*. Tallinn: TPÜ Terviseuuringute Labor.

Tibballs, G. (2005). *Maailma parimad seltskonnamängud*. Tallinn: Tänapäev.

Tuula, R., Soidra-Zujev, K. (2006). *Valik elamusmänge*. Tallinn: Lastekaitse Liit.

Дополнительные материалы и законодательство

Häidkind, P., Kuusik, Ü. (2008). *Erivajadustega laps koolieelses lasteasutuses. Tugimaterjal koolieelse lasteasutuse riikliku õppekava juurde.*

Häidkind, P. jt (2013). *Lapse arengu hindamise ja toetamise juhendmaterjal koolieelsetele lasteasutustele.*

Lilleoja, L. (2013). *Erivajadusega laps lasteaias. Juhendmaterjal ja filmid.* <http://eduko.archimedes.ee/valminud-materjalid>

Koolieelse lasteasutuse riiklik õppekava. <https://www.riigiteataja.ee/akt/12970917>

Koolieelse lasteasutuse seadus. <https://www.riigiteataja.ee/akt/114032011006>

Koolieelsete lasteasutuste psühhosotsiaalse keskkonna arendamine. <http://www.terviseinfo.ee/et/toeoevahendid/toovahendid/lasteaia-psuhhosotsiaalse-keskkonna-hindamise-toovahend>

Psühhosotsiaalse keskkonna juhendmaterjal koolieelsetele lasteasutustele. (2007). Tallinn: Tervise Arengu Instituut.

Tervisedendus lasteaias. (2003). Tartu: Tervise Arengu Instituut.

Õppenõustamiskeskuste kontaktid. <http://www.innove.ee/et/karjaariteenused/oppenoustamisteenused>

Общение с детьми и родителями

Кадри Ярв-Мяндоя

Повседневная работа требует не только от учителя детского сада, но и от всех прочих людей, работающих с детьми, множества умений и навыков, чтобы направлять, помогать, поддерживать и развивать не только детей, но довольно часто и родителей. В так называемом инструментальном наборе в числе прочих приемов должны быть такие навыки межличностного общения, как активное слушание и я-сообщения. На первый взгляд эти приемы могут показаться легкими, но на самом деле они требуют практики и упорства. Они стоят того, так как при использовании в правильном месте и в правильное время обеспечивают превосходный результат. Кроме того, дело не только в эффективности. Их ценность в том, что они развивают мышление ребенка, увеличивают словарный запас и способность к сопереживанию, повышают независимость.

Речь идет об очень универсальных коммуникативных навыках. Это инструмент, необходимый не только учителю детского сада для общения с ребенком и родителями – столь же успешно этим можно пользоваться и в собственной жизни. Хотя нижеследующий материал и ориентирован только на взаимоотношения с детьми, но то же самое относится и к общению со взрослыми.

Поведенческое окно

Поступки, действия и высказывания каждого ребенка (а также и взрослого) можно рассматривать как бы через окно. Любое поведение ребенка – все, что он говорит или делает, можно поместить в четырехугольник (окно).

Через такое окно вы видите поведение всех людей, с которыми общаетесь. Это ваша точка зрения, и она не обязана совпадать с мнением других людей.

Черта приемлемости делит окно пополам. В верхнюю часть помещаются те поступки, которые вам нравятся, считаются приемлемыми (приемлемое поведение). В нижней части те поступки, которые мешают вам, раздражают вас, докучают (неприемлемое поведение).

Вы и сами можете по-разному отнестись к одному и тому же поведению в разные моменты времени, потому что черта приемлемости может перемещаться вверх или вниз, и на это влияют следующие три фактора.

- **Вы сами** – ваши поступки, настроение и сиюминутные потребности. Например, усталость может сделать вас раздражительным и сотня детских «почему?» будет не радовать, как обычно, а раздражать.
- **Окружающая среда** – ваша терпимость зависит от времени и места. Например, вы спокойно относитесь к детской беготне и игре с мячом во дворе, но не в помещении группы.
- **Ребенок** – уровень терпимости зависит от пола или возраста ребенка, его характера и свойственного ему поведения. Например, для вас приемлемо, что мальчики, играя друг с другом во дворе, толкаются, но вас не устраивает, если то же самое делают девочки.

Важно, чтобы поведение, рассматриваемое в окне, было свободно от оценок. Такие определения, как ленивый, грубый, небрежный, хороший, замечательный и пр. расплывчаты. Эти слова разные люди воспринимают по-разному. Ленивый может означать разное, например, разбросанные вещи, или же неучастие в общей работе. Ребенок может истолковать эти слова по-своему. Поэтому он может не понять, чего от него требуют или что имеет в виду взрослый. Другая проблема в том, что оценка имеет большую силу внушения. Если постоянно твердить ребенку, что он плохой, велика вероятность, что он станет поступать соответственно. Если не в детском саду, то уж в школе обязательно. **На поступки и действия ребенка следует реакция взрослых, и в соответствии с этой реакцией он выстраивает свое дальнейшее поведение.**

Поэтому поведенческое окно должно содержать описание поведения или картину того, что вы видите или слышите. Например, вещи на полу, одежда сложена в шкаф, ребенок вмешивается в разговор взрослых, ребенок помогает товарищу собрать игрушки и пр. Если поведение трудно охарактеризовать, можно придумать, как сделать это при помощи картинки/фото или звукозаписи. Так намного легче описать даже поведение, вызывающее недовольство.

Такие определения, как ленивый, грубый, небрежный, хороший, замечательный и пр. расплывчаты. Эти слова разные люди воспринимают по-разному.

У кого затруднение/проблема?

Поведенческое окно состоит из трех частей. Таблица 1.

Приемлемая область	У ребенка проблема	Поведение ребенка, приемлемое для взрослого, однако показывающее, что у ребенка проблема
	Беспроблемная часть	Поведение ребенка, приемлемое для взрослого и не указывающее ни на какую проблему
Неприемлемая область	У взрослого проблема	Неприемлемое для взрослого поведение ребенка

Верхняя часть окна

Верхняя часть окна включает то, что вы считаете допустимым/приемлемым, и туда входят поступки, свидетельствующие о проблеме или какой-то неудовлетворенной потребности ребенка. Золотое правило: на проблему ребенка указывает изменение его поведения. К примеру, ребенок начинает драться с другими детьми, у него плохое настроение или он становится непослушным. Также это плач и поиск утешения. Конечно, проблема ребенка может разволновать и вас, но начало проблемы все равно в ребенке.

Например, ребенок не хочет отпускать мать. В первую очередь, это проблема ребенка и только потом – учителя, который должен справляться со слезами ребенка.

Взрослые могут считать, что тот или иной ребенок плохой, потому что он мешает другим детям или плохо себя ведет. На самом же деле за всяким плохим поведением стоит какая-то причина. Нет плохих детей, есть только неподобающее поведение, которое неприемлемо для взрослого.

Причина нежелательного поведения ребенка в том, что он неспокоен из-за какой-то неудовлетворенной потребности и не чувствует себя хорошо. Он не умеет выразить чувство дискомфорта иначе, чем изменением поведения или настроения. Чтение морали, увещания и наказание просто не подействуют, так как потребность, ставшая причиной нежелательного поведения, так и остается неудовлетворенной. Более покорный и робкий ребенок может от страха замолчать, однако проблема не исчезнет. Большинство же детей будут продолжать совершать поступки, выводящие взрослых из себя.

Нет плохих детей, есть только неподобающее поведение, которое неприемлемо для взрослого.

Мартен стал задиристым и обидчивым. Даже мать пожаловалась учителю, что с Марتنеном стало трудно справляться дома. Раньше мальчик был дружелюбным, открытым и жизнерадостным. Все изменилось после летнего перерыва. Он по-прежнему порой готов дурачиться и шутить, но затем вновь становится раздражительным, говорит другим гадости и дует, если учитель его о чем-то просит. Из беседы с отцом, который пришел за мальчиком в детский сад, выяснилось, что уже с весны родители Мартена живут отдельно. Мартен с этой ситуацией не смирился. Лето он провел с бабушкой и дедушкой и был немного спокойнее. Несколько недель назад родители договорились, когда и с кем из них будет находиться Мартен, но мальчику, по-видимому, трудно смириться и с таким положением дел. Мартен, видимо, больше не чувствует себя защищенным, потому что произошло много изменений. Выслушав это, учитель понимает, что по отношению к мальчику надо просто проявить больше терпения и в особо хмурые для него дни интенсивнее применять к нему активное слушание.

Нижняя часть окна

Сюда относится поведение, позволяющее предположить, что у вас неприятность, что какая-то важная ваша потребность не удовлетворена. Поведение других вызывает у вас раздражение, плохое настроение, дискомфорт.

5-летний ребенок не хочет одеваться сам и это вас раздражает. Вы должны помогать ему и постоянно напоминать, чтобы он одевался. Поскольку в группе есть дети младше, которым надо помогать, выход на прогулку затягивается, и дети выражают нетерпение.

Родитель, чей ребенок начинает вести себя агрессивно, не хочет говорить на эту тему или что-то предпринимать, это мешает вашей работе в группе. Вам приходится постоянно быть начеку, чтобы никто не пострадал, и предотвращать ссоры. Вдобавок начинают поступать жалобы от других родителей.

Ваш коллега не слушает ваши идеи относительно предстоящего рождественского праздника, и относится к ним критически. Это понижает рабочее настроение и вызывает ощущение, что ваши идеи никому не нужны.

Средняя часть окна

В эту область приемлемого поведения входит беспроблемная часть. Эта часть окна лучше всего подходит для обучения, игр или просто совместного проведения времени. Когда у ребенка проблемы,

**Поведенческое
окно дает
возможность
подобрать
соответствующие
ситуации
инструменты.**

его способность воспринимать новые знания и опыт нарушается. Чем серьезнее неприятность, тем меньше восприимчивость. Поэтому важно расширять беспроблемную часть.

Настало время чтения. У детей хорошее настроение, и они уже сидят в ожидании, разинув рты. После замечательной истории будет еще интереснее обсудить услышанное. Всем хорошо.

Расширение беспроблемной области

Беспроблемную часть можно расширить, например, уменьшив проблемную зону ребенка, если научить ребенка самостоятельно решать проблемы или говорить о них взрослым. В этом поможет **активное слушание**.

Беспроблемную часть можно расширить, также и уменьшив область собственных проблем в поведенческом окне. Например, при помощи **я-сообщений**, а также за счет изменения или адаптации **среды** (отложить опасные или создающие проблемы дела и пр.).

Изменение среды значительное помогает предотвращению и разрешению проблем.

Шкафчики Мати и Юри находятся рядом. Перед выходом во двор и при возвращении в группу они постоянно толкаются и ссорятся. Поэтому их шкафчики было решено разнести в разные концы помещения.

Поведенческое окно дает возможность подобрать соответствующие ситуации инструменты. Если у ребенка проблема, нужно применить активное слушание, а если проблема у вас самих, то утверждающие я-сообщения. Так что полезно постоянно помнить о поведенческом окне и время от времени спрашивать себя, у кого именно проблема.

Родитель приходит за ребенком. Увидев на стене объявление о предстоящем уже завтра собрании, родитель набрасывается на учителя: «Вы действительно считаете, что родители явятся, если вы всего лишь вывесили на стене объявление с микроскопическим шрифтом? Или считаете, что все родители сидят дома?» Так как извещение было на самом деле разослано родителям электронной почтой и давно вывешено на домашней странице детского сада, учитель понимает, что проблема, очевидно, у самого родителя. После поддерживающего активного слушания выясняется, что у родителя на работе сейчас горячая пора и все дополнительные обязанности вызывают у него раздражение. Родитель извиняется за вспыльчивость, и его настроение при прощании гораздо лучше, чем при встрече.

Активное слушание

Если у ребенка неприятность, то есть какая-то его потребность не удовлетворена, надо воспользоваться активным слушанием. Это означает, что слушатель отражает сказанное ребенком или то, что видит в поступках и действиях ребенка. Зачастую надо поставить себя на место другого и суметь «прочитать между строк».

Этапы активного слушания

1. Ребенок каким-то образом подает знак относительно своих мыслей или того, что с ним происходит (слова, поведение, голос).
2. Вы расшифровываете полученное сообщение и даете ребенку обратную связь, чтобы проверить, правильно ли вы понимаете чувства и мысли ребенка. Отразить можно как язык движений тела ребенка, так и его слова и чувства.
3. Ребенок подтверждает, что вы понимаете его правильно, и продолжает рассказ, или отрицает это и пытается выразиться яснее.

У родителя выступают на глазах слезы и он молча смотрит вниз. Активное слушание: «Я вижу, что это вас огорчает» или «Это весьма тяжело для вас».

Ребенок начинает плакать, потому что другой ребенок отнимает у него игрушку. Активное слушание: «Ты огорчен, что он забрал то, с чем ты играл».

Ребенок плачет, когда мама/папа уходит. Учитель берет ребенка на руки и говорит: «Тебе грустно, что мама (папа) ушла (ушел). Ты хотел бы уйти с ней (с ним). Ой, это так тебя огорчает».

Ребенок огорчен, что на его рисунок попала вода. Учитель: «Тебе грустно оттого, что вода испортила рисунок».

Активное слушание может проходить и **в беспроблемной части**.

После проведенных в деревне выходных ребенок вернулся в детский сад очень возбужденным. Он рвется высказать все свои впечатления учителю. Учитель: «У тебя был очень интересный отдых. Поэтому тебе так радостно».

Активное слушание не требует, чтобы слушатель точно понимал мысли и чувства говорящего. Неправильное отражение не означает неудачи, но, как правило, ведет к продолжению беседы.

Учитель: «Ты сердит на Мартина, потому что сегодня он играет с Юргеном». Ребенок: «Нет ... да, сердит, но это потому,

Неправильное отражение не означает неудачи, но, как правило, ведет к продолжению беседы.

что Мартин сказал мне, что я дурак». Учитель: «А-а, ты сердишься, потому что Мартин тебя обозвал. Он тебя обидел». Ребенок: «Да».

Какую пользу может принести активное слушание?

Взрослым порой трудно терпеливо выслушивать проблемы детей, и потому они хотят показать незначительность детских проблем, начинают быстро предлагать решения или решать проблему, что неправильно. Проблема у ребенка все равно остается.

«Перестань плакать из-за этого. Ты же можешь прямо сейчас построить новую башню», «Не грусти, ты можешь это пережить», «Иди сюда, я построю тебе новую башню».

Чтобы понять это, достаточно вспомнить о какой-либо собственной неприятности или серьезной проблеме. Очень приятно, когда кто-то может выслушать тебя без оценивания и без нравоучений. В ходе проговаривания проблемы неожиданно может прийти в голову ряд неплохих решений. Крайне неприятно, когда кто-то высмеивает твои проблемы или вместо того, чтобы выслушать, начинает рассказывать свой опыт или предлагать свои решения. Иногда, конечно, бывает польза и от того, чтобы наперебой сетовать на проблемы, но при серьезных затруднениях это не помогает. Для детей их проблемы всегда серьезны, даже если взрослым они такими не кажутся.

- Через активное слушание ребенок получает обратную связь о том, что с ним происходит. Он обретает также словарный запас для выражения своих бед и описания чувств.
- Активное слушание увеличивает способность ребенка к сочувствию.
- Проблему можно сравнить с луковицей. Верхняя шелуха скрывает множество последующих слоев. Дети (и взрослые тоже) не всегда могут сами осознавать настоящую суть проблемы. Сказав, что не хочет идти в детский сад, на самом деле ребенок, возможно, опасается дразнения, ненавидит дневной сон или боится большой цепной собаки по дороге в детский сад. **Активное слушание помогает найти настоящие причины проблемы** и двигаться в направлении ее решения. Выражение своих мыслей вслух проясняет их.
- Благодаря активному слушанию старшие дети зачастую находят решение проблемы самостоятельно. И даже малыши начинают понемногу учиться находить решения.
- Активное слушание в беспроблемной части помогает детям закрепить положительный опыт, выразив его словесно.

Проблему можно сравнить с луковицей. Верхняя шелуха скрывает множество последующих слоев. Дети (и взрослые тоже) не всегда могут сами осознавать настоящую суть проблемы.

- Активное слушание вызывает у говорящего ощущение, что его понимают и воспринимают всерьез. Ребенку важно знать, что значимый для него человек (а учитель всегда им является) принимает его таким, какой он есть, и не начинает сразу поучать или упрекать («Я же тебе говорила...», «Не волнуйся, все будет в порядке...», «Какой же ты ленивый и безалаберный...» и т. д.). Обесценивание взрослым проблем ребенка, высмеивание его, наклеивание ярлыков и постоянные повторения, что «ничего страшного нет, не плачь», убеждает ребенка в том, что обсуждение его проблем неприемлемо. Так появляются замкнутые подростки и взрослые.
- Активное слушание снижает тревожность и прочие негативные эмоции. Когда ребенок возбужден, он не может ни слушать, ни думать. Морализирование и поиск решений для озлобленного, опечаленного или просто некомфортно чувствующего себя ребенка как правило бесполезны.
- Выслушивание проблемы согревает отношения и делает их приятными для обеих сторон.

Что происходит после активного слушания?

Активное слушание не может и не должно быть бесконечным. Продолжительность беседы поможет определить ваше шестое чувство. В большинстве случаев мимика и поведение ребенка помогут вам определить суть проблемы. Иногда даже этого достаточно, и ребенок бежит играть дальше.

Ребенок падает, ему больно, он начинает плакать. Учитель: «Ой, это действительно очень больно. Тебе наверное очень больно». Ребенок сквозь слезы: «Да-а». Учитель: «Тебе очень больно. Иди, я подую». Учитель дует на ушибленное место и ребенок убегает играть.

Для некоторых проблем решение надо искать совместно. Это невозможно, если ребенок очень расстроен или слушателю неясно, в чем причина проблемы. Активное слушание помогает ребенку успокоиться, а слушателю – прояснить суть проблемы. Когда ребенок успокоится, можно выяснять, какие можно найти решения.

- Обрисуйте проблему своими словами.
- Спросите ребенка, что он считает нужным сделать или что он сам хочет сделать.
- Если ребенок не знает, то спросите у него позволения предложить ваши способы разрешения проблемы и расскажите о них.

- Спросите, что, по мнению ребенка, можно сделать дальше.
- При этом постоянно применяйте активное слушание.

Оскар и Марие поссорились. Оба хотели поиграть с новым парковочным домиком. Оскар ударил Марие.

Учитель: «Нельзя драться! У тебя есть слова, чтобы сказать, что тебе не нравится».

Оскар: «Она не дает мне играть с парковочным домиком. Я тоже хочу» (сердито дуется).

Учитель: «Ты обиделся на Марие, потому что она не дала и тебе поиграть. Я вижу, что ты очень сердит, но драться все равно нельзя. Марие, тебе было больно, когда Оскар тебя ударил».

Марие: «Да-а, я больше не буду играть с Оскаром, никогда» (плачет, сжимая кулачки).

Учитель: «Марие, ты сильно сердишься на Оскара».

Марие: «Да» (успокаивается).

Учитель: «У нас не разрешается драться. Я понимаю, что ты, Оскар, тоже хотел поиграть, но ты не спросил разрешения у Марие» (Оскар молчит и смотрит вниз).

Учитель: «Как вы думаете, как нам решить эту проблему?»

Марие: «Оскар может пойти играть вместе со мной».

Учитель: «Хорошо, Марие, скажи это Оскару сама» (Марие говорит: «Пойдем играть»).

Учитель: «Оскар, как ты думаешь, что ты мог бы сделать?»

Оскар, глядя в сторону Марие: «Прости, пожалуйста!»

Учитель: «Замечательно. В следующий раз договаривайтесь между собой, а если не получится, зовите меня на помощь» (Дети бегут играть).

Иногда в продолжение активного слушания можно повторить какое-либо правило группы или дать короткое разъяснение.

Учитель: «Нельзя драться. Мари забрала у тебя мяч, и ты злишься. Но драться все равно нельзя. У тебя есть слова, чтобы сказать о том, что тебе не нравится».

Учитель: «Тебе грустно, что мама (папа) ушла (ушел). Ты хотел бы уйти с ней (с ним). Ой, какая ты печальная. Но мама (папа) скоро вернется. Пойдем пока поздороваемся с игрушками и поиграем. Слушай, все игрушки ждут тебя и кричат «Ма-а-а-ри, где ты-ы-ы!»

Иногда в продолжение активного слушания можно повторить какое-либо правило группы или дать короткое разъяснение.

Сколько времени занимает активное слушание?

Учителя часто говорят, что у них нет времени выслушивать детей. Этот страх можно понять, ведь в группе много детей, и все они требуют заботы и внимания. Незамеченные, нерешенные и подавленные проблемы могут очень сильно повлиять на поведение ребенка, так что оно станет еще более раздражающим, и впоследствии решение проблемы потребует намного больше времени. Таким образом, активное слушание является средством, помогающим в перспективе облегчить свою работу. Как правило, активное слушание занимает всего несколько минут. В большинстве случаев достаточно дать ребенку понять, что на его проблему обратили внимание.

Почему активное слушание не всегда работает?

- Когда ребенку нужна конкретная помощь или информация. Например: *«Я не могу открыть дверь»*.
- Активное слушание не работает, если вы устали и раздражены, или в этот момент вы в верхней части поведенческого окна (у меня проблема). В этом случае необходимость слушать другого раздражает и сосредоточиться трудно.
- Попытки уловить чувства говорящего и мысленное формулирование ответа не позволяют слушать. Это чаще всего проблема начинающих слушателей.
- Активное слушание не работает, если к нему примешаны поучения, чтение моралей, выяснения, наклеивание ярлыков и другие действия, мешающие откровенности. К сожалению, именно такие реакции возникают быстрее всего.
- Расспросы не являются активным слушанием. У слушающего непременно возникает желание узнать мнение рассказывающего, быстро выяснить причину проблемы, определить виновного и т. д., однако от этого мало проку. Например, на вопрос *«почему?»* ребенок в большинстве случаев отвечает *«Не знаю»*, просто отмалчивается или дает ответ, которого, как ему кажется, ждут от него взрослые.
- Если вы очень спешите и у вас нет времени слушать, то оставьте «дверь открытой». *«Я вижу, ты расстроена, потому что поссорилась с Катю. Сейчас я не могу поговорить с тобой об этом. Когда я улажу ссору мальчиков, мы разберемся»*. К сожалению, чем младше ребенок, тем на более короткое время можно отложить выслушивание проблемы. Маленьким детям в большинстве случаев нужна короткая зеркальная реакция и решение проблемы, это не отнимет у вас много времени.

Активное слушание является средством, помогающим в перспективе облегчить свою работу.

Утверждающие я-сообщения

В детском саду бывают ситуации, когда проблемы не у ребенка, а сам учитель раздражен и его нужды не удовлетворены. Такое поведение находится в неприемлемой, нижней области окна. В этом случае учитель должен дать знать о своих нуждах. Чем яснее он это сделает, тем лучше ребенок поймет.

Утверждающее я-сообщение дает знать другому, что в его поведении раздражает, мешает, является неприемлемым, и какое воздействие оказывает такое поведение.

Утверждающее я-сообщение состоит из трех частей

1. Описание недопустимого поведения (безоценочное и необвинительное описание того, что другой человек сказал или сделал): *«Если ты оставляешь свою посуду после еды на столе...»*.
2. Конкретное осязаемое воздействие его поведения на меня (как на меня реально влияет неприемлемое поведение другого): *«...то мне приходится убирать ее самой»*.
3. Связанные с этим воздействием чувства (чувства по отношению к тому воздействию, которое оказывает неприемлемое поведение ребенка): *«...и мне это совершенно надоело»*.

«Если в то время, когда я читаю всем книжку, ты болтаешь с приятелем, то мое чтение сбивается и я плохо себя чувствую».

«Если ты во время прогулки не будешь ходить в строю вместе со всеми, то я больше не смогу выходить с вами гулять. Я буду бояться, что ты выбежишь на проезжую часть».

Как работает утверждающее я-сообщение?

- Многие, наверное, замечали, что для детей имеет значение, что чувствуют значимые для них взрослые, и поэтому они готовы к сотрудничеству со взрослыми. Такие запреты и распоряжения как «Не делай!», «Сейчас же иди сюда!» и т. п. остаются для детей по сути непонятными. Ребенку гораздо понятнее, когда он знает, как влияет на взрослого то или иное его поведение. Когда ребенок понимает нужды значимого для него взрослого, то старается идти этим нуждам навстречу. Конечно же, так будет в том случае, если у него нет настоятельной потребности вести себя определенным образом.
- Утверждающее я-сообщение охраняет самооценку ребенка, поскольку не звучит так агрессивно, как приказы, навешивание ярлыков, угрозы и т. д.

Когда ребенок понимает нужды значимого для него взрослого, то старается идти этим нуждам навстречу.

- Тем самым, оно помогает поддерживать хорошие отношения. Когда я раскрываюсь и ясно выражаю, что для меня неприемлемо, то ребенок чувствует, что его уважают, и вскоре начнет отвечать тем же. Хорошие отношения, конечно же, упрощают работу учителя.
- Утверждающие я-сообщения повышают самостоятельность ребенка. Если я сообщу, что я чувствую и испытываю, то у ребенка появится возможность с этим посчитаться. Я-сообщение скорее приглашает к сотрудничеству, нежели является нападкой.
- Утверждающее я-сообщение работает тогда, когда его произносят искренне. При выражении своих чувств не стоит их преувеличивать («Я совсем схожу с ума...» и т. п.), однако учитель не должен и скрывать чувства.

Почему утверждающее я-сообщение не работает?

- Утверждающее я-сообщение не всегда работает Эне Пилльс первой попытки. Порой приходится говорить одно и то же несколько раз, чередуя это с активным слушанием (см. «Переключение передачи», с. 87). Эне Пилльс Иногда приходится вести и более продолжительные беседы. Все это делается для того, чтобы сделать отношения с ребенком более близкими и таким путем достигнуть сотрудничества. Построению отношений способствует активное слушание.
- Сложно утвердить себя также и при плохих отношениях с ребенком. Например, взрослый, который применял уже немало наказаний и угроз, может и не получить особой пользы от утверждающих я-сообщений. Ребенок, которого воспитывали при помощи наказаний, слушается взрослого из страха, а не из желания сотрудничать.
- Порой случается, что, несмотря на желание сказать утверждающее я-сообщение, получается все равно ты-сообщение. Сказанное является оценивающим ты-сообщением.

Ты-сообщения

Ты-сообщение не содержит сведений относительно МОЕГО опыта и чувств, вследствие чего оно нечеткое и говорит вместо другого.

Ты-сообщениями называют навешивание ярлыков, угрозы, чтение морали, выдачу оценок, высмеивание и т. п.

Примеры ты-сообщений и соответствующих им я-сообщений:

«Не кричи» – «Когда ты кричишь, я не слышу, что другие дети хотят мне сказать».



Если ребенок находится в опасной ситуации, то нет смысла произносить длинное сообщение, а надо немедленно реагировать.

Если изначально проблема находилась в нижней части поведенческого окна (у меня проблема), то при возникновении сопротивления проблема оказывается также и в верхней части окна (у ребенка проблема).

«Ты так неаккуратна! Книга теперь порвалась» – «Если книга порвется, мне будет очень грустно, потому что я больше не смогу ее вам читать, но придется тратить много времени на приведение ее в порядок».

Воздействие ты-сообщений

- Ты-сообщение вызывает сопротивление, оно звучит унижающе и зачастую даже враждебно. Даже когда мы не собираемся сказать ничего плохого, ты-сообщение все равно звучит агрессивно.
- Ты-сообщение воздействует на самооценку, и при постоянном их использовании картина собственного «я» ребенка становится более негативной.
- Ты-сообщение вредит отношениям. Никто не хочет чувствовать себя униженным.
- Ты-сообщение ограничивает возможности ребенка решать проблемы по собственной инициативе или изменять поведение, поскольку он не понимает, почему его поведение раздражает близких.
- Ты-сообщение не призывает ребенка к сотрудничеству.

Когда не нужно использовать утверждающее я-сообщение?

Бывают обстоятельства, в которых никак нельзя применять утверждающих я-сообщений. Если ребенок находится в опасной ситуации, то нет смысла произносить длинное сообщение, а надо немедленно реагировать. Например, ребенок не замечает приближающегося автомобиля. В таком случае неразумно говорить: *«Когда ты выходишь на проезжую часть, то можешь попасть под машину, и меня это очень пугает».* В угрожающей ребенку или кому-либо еще ситуации нужно немедленно схватить ребенка и отнести его в безопасное место. Я-сообщение можно высказать ему потом.

Переключение передачи

Может оказаться, что утверждающее я-сообщение вызовет сопротивление. Это естественно, поскольку ребенку, как правило, не нравится, когда его деятельность прерывают или когда хотят, чтобы он сделал что-то другое или чтобы прекратил свое занятие. В таком случае ответ на я-сообщение может быть весьма голосистым: «Я не хочу», «Почему я», «Я не делал» и т. п. Если изначально проблема находилась в нижней части поведенческого окна (у меня проблема), то при возникновении сопротивления проблема оказывается также и в верхней части окна (у ребенка проблема).

Если не обратить внимания на проблему ребенка и продолжать дальше настаивать на своем при помощи я-сообщений, то может случиться, что эмоции слишком обострятся и решение не будет найдено. Это то же самое, что буксовать на автомобиле в песке или в снегу только на первой передаче. Каждый водитель знает, что в такой ситуации нужно поочередно включать то передний, то задний ход. То же правило действует и в общении. Задним ходом является активное слушание.

Если я-сообщение вызывает сильные эмоции, то активное слушание помогает охладить чувства. В ходе слушания можно дать знать, что вы имеете желание понять ребенка и посчитаться с его нуждами, а не только заботиться о своих делах. Если выслушать, почему ребенку не нравится ваша просьба, то можно понять, в чем он действительно нуждается.

Мать Каура заглядывает в дверь группы. Мальчик бросает игру на середине и бежит к матери.

Учитель: «Каур, пришла твоя мама. Но если кубики останутся разбросанными по полу, то убирать их потом придется мне, а мне это совсем не нравится. Кроме того, у нас есть договоренность, что каждый ребенок сам складывает свои игры».

Каур: «Не хочу, я хочу домой».

Учитель: «Тебе, наверное, радостно, что пришла твоя мама, но кубики тоже хотят пойти в свою коробку и на свою полку».

Каур: «Не хочу убирать! Пусть они будут там».

Учитель: «Тебе не нравится убирать».

Каур: «Я хочу завтра снова играть с этой башней».

Учитель: «А-а, у тебя не закончена игра и ты не хочешь ломать башню. Тебе подойдет, если мы эту башню поставим сюда на полку, чтобы она ждала тебя здесь, а остальные кубики ты тогда уберешь в коробку. Завтра сможешь играть с этой башней дальше».

Каур: «Да».

Признание

Как похвалить ребенка? Что ему сказать? Сказать ли ему «молодец», «умница», «хорошо» и т. п.? Когда вы сделаете что-то хорошее, начальник может сказать вам «Молодец» или же «Мне нравится, как Вы решили эту проблему и как вы говорили с ребенком». Какой вариант похвалы вам понравится больше? Обычно нам нравится более длительная и конкретная обратная связь.

Однако, можно было бы почаще говорить о том, что хорошо. Тогда ребенок будет знать, что в следующий раз можно сделать, чтобы взрослый остался доволен.

Ребенок нуждается в позитивной обратной связи от взрослых, чтобы с ее помощью создать картину самого себя.

Мы все нуждаемся в признании, чтобы получать радость от своей работы и испытывать удовлетворенность собой. Также и дети нуждаются в признании. **Нет такого ребенка, который специально хотел бы вести себя плохо.** Желание ребенка (и подростка) – получать позитивное признание от важного для него взрослого человека. В большинстве случаев взрослые говорят им о том, что неправильно или что им не нравится. Однако, можно было бы почаще говорить о том, что хорошо. Тогда ребенок будет знать, что в следующий раз можно сделать, чтобы взрослый остался доволен.

Хвалить можно любого ребенка. Даже самого большого упрямца. Сам по себе ребенок не является плохим. Раздражающим и неподобающим является его ПОВЕДЕНИЕ. Если проблем слишком много, то очень трудно заметить положительные стороны ребенка. Ребенок кажется безнадежно плохим. Такова человеческая реакция, однако здесь надо остановиться и подумать, почему ребенок ведет себя таким образом и какие можно заметить положительные моменты.

Если вы хотите, чтобы от вашей похвалы ребенку действительно была польза, то избегайте таких фраз, как «ты такой молодец», «умница». Будьте конкретными и скажите, что вам особенно понравилось и порадовало в поведении ребенка, и обоснуйте почему это так.

Хороший способ выразить одобрение – это **позитивное я-сообщение**. Сообщение может содержать три части.

1. Что сделал другой человек?
2. Как это повлияло на меня?
3. Какие чувства у меня возникли в связи с этим?

Позитивное я-сообщение относится к конкретному действию (не является оценкой человека в целом). Поэтому его можно говорить и тому, кто нам не нравится.

Передача четких позитивных я-сообщений может в течение определенного времени вызвать в ребенке позитивное изменение. Ребенок нуждается в позитивной обратной связи от взрослых, чтобы с ее помощью создать картину самого себя. Признание придает уверенность в себе и создает хорошие условия для развития ребенка.

Ребенку: «Мне понравилось, как ты поделил игрушки между детьми, мне не пришлось подходить и улаживать ваши ссоры. Я горжусь тобой».

Коллеге: «Мне нравится работать с тобой. У тебя есть хорошие решения для сложных ситуаций, и я восхищаюсь этим».

Хотя я-сообщение ребенку понятно лучше, это не значит, что нельзя ему сказать, что он молодец и умница. Конечно же, можно, - но если вы надеетесь оказать конкретное воздействие, той используйте я-сообщение.

Сотрудничество с родителями

Сотрудничество между детским садом и домом является очень важным, поскольку через семью и дом можно повлиять на благополучие ребенка. Заботы и радости преимущественно берут начало из взаимоотношений ребенка с родителями. Уменьшить заботы и увеличить радости можно также посредством сотрудничества с семьей. Чем в более раннем возрасте заметить проблемы и особенности ребенка и начать ими заниматься, тем лучшими будут для него перспективы на будущее. Чем дольше проблемы остаются незамеченными, тем труднее потом с ними справиться. Например, корректировать ошибки воспитания и предупреждать их последствия гораздо проще именно в детском возрасте.

Сталкиваясь с проблемными родителями приходится, как известно, как в школе, так и в детском саду, и это следует принимать во внимание в работе с детьми. Так было, так есть, и так будет в будущем. Вместе с тем, внешне беспечных родителей не стоит осуждать. Если рассмотреть это поглубже, то можно увидеть, что все родители желают своим детям добра. К сожалению, некоторые из них, любя своих детей, не умеют все же поступать по любви (учитывать потребности детей). Причины этого могут быть различными. Большинство таких родителей сами не видели в детстве образца хорошей, действенной и здоровой модели воспитания детей. Это, однако, не означает, что они не в состоянии или не хотят меняться.

Родитель, который не видит проблемы или склонен винить детский сад или других родителей

Порой бывает, что родитель не видит проблемы или не хочет ее признавать. Ему кажется, что дома все в порядке, или же он пытается произвести впечатление, что это так. В иных случаях беспокойство и тревога родителя за ребенка так велики, что выражаются в обвинении других (детского сада, других родителей), иначе говоря – в сопротивлении.

Майя – девочка, которую в детском саду все боятся. Она пренебрежительно относится к другим, говорит им гадости и быстро пускает в ход кулаки. Распоряжениям она повинуется с трудом. Другие родители и учителя очень обеспокоены, поскольку атмосфера в группе плохая. Некоторые дети вообще боятся приходить в детский сад. Родители же Майи разговоры на эту тему прекращают быстро и конкретно. Как

Чем дольше проблемы остаются незамеченными, тем труднее потом с ними справиться.

Некоторые из них, любя своих детей, не умеют все же поступать по любви.

правило, они отвечают: «Вы же специалист. А проблема у вас в детском саду. У нас дома проблем нет. И мы не обязаны проводить ту воспитательную работу, которую вы упускаете делать в детском саду».

Приглашение родителя к сотрудничеству

В этом случае, согласно поведенческому окну, первичная проблема имеется у учителя детского сада, а не у родителя. Именно учитель должен справляться с повседневными конфликтами, а это возможно делать только с привлечением родителей. Далее опишем один из возможных подходов к таким ситуациям.

- Попросите родителя прийти на беседу, описав проблему без оценок и обвинений и сообщив, как эта ситуация влияет на вашу работу и ребенка. Пригласите родителя помочь вам. Не стоит полагать, будто учитель в состоянии решать проблемы в одиночку, поэтому приглашение к помощи, а точнее к сотрудничеству, является вполне естественным. Ребенок является частью системы, к которой относятся и детский сад, и семья. Большую часть связанных с детьми проблем действительно невозможно решать без родителей.
- На приглашение к сотрудничеству родитель может ответить сопротивлением, гневом, опечаленностью, обвинениями и прочим подобным образом. Это говорит о том, что фактически и у него имеется проблема, которую он не умеет выразить по-другому. Некоторые родители реагируют сопротивлением, потому что боятся критики и обвинений, боятся показаться неудавшимися родителями. Возможно, что родитель и сам чувствует себя неудавшимся, но не хочет самому себе в этом признаться, так как это очень болезненно.
- **В случае сопротивления применяйте активное слушание.** Не начинайте оправдывать себя или детский сад, даже если вам очень хочется. Большинство родителей не обдумывают обвинения серьезно, но это выяснится лишь когда их внимательно выслушать и понять. Если вы, например, вложили много сил в исправление ситуации с ребенком или просто устали от работы, то выслушивать критику и недовольство бывает очень трудно. Желательно постоянно следить за своим состоянием и находить возможность, например, поговорить с коллегой и развеяться. Начав бросать ответные обвинения, вы никогда не придете к конструктивному и поддерживающему ребенка решению.
- Активное слушание помогает рассеять чувства родителя, чтобы он смог воспринять новую информацию и с ним проще было бы сотрудничать.

Некоторые родители реагируют сопротивлением, потому что боятся критики и обвинений, боятся показаться неудавшимися родителями.

- После активного слушания, когда родитель немного успокоится, выскажите свою просьбу снова.
- Порой приходится включать активное слушание несколько раз. Как правило, такие разговоры все же не являются очень длинными. Вам следует быть честными и искренними, проявлять поддержку. Тогда и родителю будет проще раскрыться и отказаться от сопротивления.
- В разговоре могут оказаться затронутыми темы, которые одному из собеседников понятны сами собой либо же неприятны. В этом случае все равно нужно выложить карты на стол и поговорить о том, как обстоят дела на самом деле. Например, может оказаться, что учитель и родитель просто несимпатичны друг другу или несовместимы по характеру. Не все люди обязательно должны подходить друг к другу. В таком случае можно поговорить и об этом и прямо спросить, не это ли является причиной сопротивления родителя. Может оказаться, что родитель очень боится обвинений, и поэтому не соглашается на долгую беседу. Обычно такой родитель откладывает свой приход, меняет время, избегает контакта. Если это длится уже долгое время, то нужно об этом поговорить. Например, можно сказать так: *«Может быть, я ошибаюсь, но мне кажется, что вы боитесь неодобрения или обвинений с нашей стороны»*. Эти скрытые причины нужно сердечно обговорить и прояснить.
- Если родитель резко повышает голос, то вы оказываетесь в той части поведенческого окна, где проблема у вас. Крик не является конструктивным средством, поэтому следует утвердить себя и прекратить разговор. *«Если вы будете повышать на меня голос, я не смогу продолжать с вами разговаривать. Продолжим разговор тогда, когда мы сможем рассуждать спокойно»*.

Учитель: «Я переживаю за Майю. Майя часто оказывается в конфликте с детьми своей и других групп. Я в большом затруднении и нуждаюсь в вашей помощи, чтобы прояснить ситуацию. Вы видите своего ребенка в домашней среде, вам она рассказывает о своих проблемах. Не могли бы вы завтра подойти к 5 часам, чтобы немного поговорить?»

Родитель: «У меня нет времени, и, к тому же, что я могу сделать, если у вас нет порядка?»

Учитель: «Вам кажется, что мы не справляемся со своей работой? Однако для разрешения ситуации мне необходимо поговорить также и с вами. Я верю, что совместно мы найдем решение.»

Если вы, например, вложили много сил в исправление ситуации с ребенком или просто устали от работы, то выслушивать критику и недовольство бывает очень трудно.

Родитель: «Да. Но, знаете, у меня действительно нет времени. И, кроме того, Майя жалуется, что это у вас в детском саду все время все дерутся и дразнятся». Мы даже думали, не перевести ли ее в частный детский сад, но это дорого.

Учитель: «Понимаю, вы сами тоже обеспокоены тем, как у Майи идут дела в детском саду».

Родитель: «Вообще-то да, об этих поддразниваниях у нас идет разговор каждый день. И я даже сам думал, не поговорить ли мне с вами. Хорошо. Тогда завтра встретимся».

Направление родителя к специалисту

Учитель детского сада не всегда может понять, почему у ребенка имеется тот или иной недостаток или что можно сделать, чтобы помочь ребенку и семье. В этом случае следует спросить совета у кого-либо вне детского сада. Просьба обратиться к психиатру или к семейному консультанту обычно пугает большинство родителей, поскольку страх перед тем, что на тебя будут показывать пальцем, все еще, к сожалению, весьма распространен. Тем более, что сохраняется тенденция навешивать на проблемных детей ярлыки.

Если учитель полагает, что обращение за помощью является не показателем его неумения, но весьма разумным действием, то ему легче удастся договориться с родителями. Например: *«Я была бы очень рада послушать совет и мнение какого-либо специалиста. Быть может, психиатр или психолог сумеют дать указания, как действовать дальше. Так мы сможем предложить вашему ребенку самое лучшее».*

Родителям трудно отказаться, когда вопрос стоит о создании для их ребенка более благоприятной среды для учебы и роста. Все родители желают своим детям добра.

Проя о возможности обратиться к кому-либо еще, очень важно дать подробные разъяснения о том, чем занимается тот или иной специалист. Например, можно сказать, что психиатр не будет сразу же выписывать лекарства и что постановка ребенку диагноза не является единственной целью, но важно выяснить, в какой помощи и поддержке нуждается ребенок и как можно это обеспечить. Говоря на такие темы, важно активно выслушивать родителя. Без этого растерянный и встревоженный родитель фактически не станет прислушиваться к разъяснениям, поскольку будет поглощен своими чувствами.

Консультирование родителя

У Вас, как учителя, имеется специальная подготовка и опыт. Вы видите ребенка в детском коллективе, и эта картина может отличаться от того, каким видит своего ребенка родитель. Важно,

Проя о возможности обратиться к кому-либо еще, очень важно дать подробные разъяснения о том, чем занимается тот или иной специалист.

чтобы вы как учитель рассказывали о том, что вы видите в детском саду, и делились бы своим опытом и знаниями. При возникновении проблем порой достаточно небольшого совета, чтобы придать родителю уверенности в себе и помочь ему взглянуть на ситуацию по-новому.

- Разъяснив родителю, в чем может заключаться проблема, попросите разрешения высказать свое мнение и поделиться опытом (*«Вы не против, если я поделюсь некоторыми своими мыслями?»*)
- Как правило, родители дают согласие.
- Дайте разъяснения исходя из своего опыта и знаний. Будьте при этом эмпатичны, покажите поддерживающее отношение (*«Мой опыт говорит, что... Быть может, с вашим ребенком это и не так, но довольно часто в такой ситуации может случиться, что...»*).
- Имейте в виду, что порой приходится объяснять одно и то же несколько раз, потому что то, что для вас является само собой разумеющимся, для него может быть совершенно новой информацией. Будьте терпеливы.
- Спросите у родителя его мнение. Что он думает об услышанном и как предполагает действовать в дальнейшем?
- В случае противодействия и отрицания проблем применяйте активное слушание.
- При необходимости дайте ему материал для чтения, адреса интернет-страниц, контакты.

Наполнение чаши

Чаша символизирует запасы энергии, которые при работе с людьми имеют тенденцию чрезвычайно быстро истощаться. Когда заканчиваются силы, то быстро приходят и болезни. Для того, чтобы сразу при наступлении отпуска не заболеть в связи с резким сокращением стресса, стоит всегда следить за запасом своих сил.

В этом окажет помощь окно общения. Сперва следует пронаблюдать, где находится ваша черта приемлемости. Не находится ли она главным образом где-то посередине окна, или же вовсе в его верхней части? В последнем случае вас будут раздражать многие виды поведения. Если же черта приемлемости находится глубоко в нижней части окна, то вы, очевидно, относитесь к жизни спокойнее.

Стресс на рабочем месте и нерешенные личные проблемы могут, однако, быстро вздернуть черту приемлемости вверх. В этом слу-

Всем, кто работает с детьми, нужно считать своей ответственностью поддержку собственного здоровья и работоспособности.

чае вас начнут раздражать или огорчать многие вещи. Вы будете не в состоянии общаться с детьми и родителями. Если наступит полная опустошенность, то это может быть признаком эмоционального выгорания. Это значит, что ваша чаша, видимо, весьма пуста.

При пустой чаше не стоит надеяться, что активное слушание или даже я-утверждения принесут особую пользу. Трудно искренне интересоваться проблемами других людей, когда тяжело самому. А в разговоре о своих проблемах можно преувеличить положение дел.

Быстро опустошает чашу принятие близко к сердцу негативной и неконструктивной критики со стороны других, например обвинений родителя. В таких ситуациях лучше подумать о том, почему другой человек оказывает вам сопротивление или даже нападает на вас (см. «Поведенческое окно»). Очевидно, что у этого человека есть какая-то проблема, и если ее понять, то можно помочь ему поделиться своим затруднением и найти решение.

Наполнением чаши следует заниматься каждый день. Это нужно делать вполне осознанно. Отдыху надо отводить время ежедневно, а не только по выходным или три недели раз в году. Всем, кто работает с детьми, нужно считать своей ответственностью поддержку собственного здоровья и работоспособности. Вы же являетесь сами для себя своеобразным рабочим инструментом, от которого будет мало проку, если он выйдет из строя.

Заключение

Объем материала не позволяет подробнее рассмотреть упомянутые выше навыки. Интересующимся следует обратиться к книгам, упомянутым в перечнях использованной литературы. Важны упражнения, ибо хотя активное слушание и утверждающие я-сообщения могут, на первый взгляд, показаться простыми, но в действительности в ходе разговоров нередко доминируют прежние шаблоны общения. При этом хорошо то, что и дети очень быстро усваивают эти навыки и начинают сами их применять.

Литература

Gordon, T. (2006). *Tark lapsevanem, Väike Vanker.*

Gordon, T. (2006). *Õpetajate kool, Väike Vanker.*

Suhtlemisoskuste KKK: <http://www.sinamina.ee/ee/koolitused/suhtlemisoskuste-kkk-4/>

Perekeskuse Sina ja Mina e-nõustamine, kus nii vanemate kui ka õpetajate küsimustele vastavad spetsialistid: <http://www.sinamina.ee>

Данный материал
поможет работающим
с детьми специалистам
лучше замечать нужды
или проблемы детей и
умело действовать,
чтобы поддерживать их
психическое здоровье
наилучшим образом.

