

Абсолют—Помощь  
благотворительный фонд

**ДЕТИ  
ЖДУТ**  
БЛАГОТВОРИТЕЛЬНЫЙ ФОНД

# Родительство: построение эффективных отношений

Ведущий специалист БФ «Дети Ждут»,  
психотерапевт  
Дорофеева Татьяна Владимировна

Вебинар 7  
«Формирование окружения ребенка!»  
24.03.2022 Санкт Петербург



## Цитата

«Иногда наш огонь гаснет, но другой человек снова раздувает его.

Каждый из нас в глубочайшем долгу перед теми, кто не дал нашему огню потухнуть.

Самый явный признак мудрого и позитивного настроения человека - отсутствие желания искать недостатки в окружающих людях».

# Люди похожи на оконные стекла

«Люди похожи на оконные стекла.  
Они сверкают и сияют, когда светит солнце,  
но, когда воцаряется тьма, их истинная  
красота открывается лишь благодаря свету,  
идущему изнутри...» Кюблер-Росс

# Люди не встречаются — они обретают друг друга

«Люди не встречаются — они обретают друг друга. Обретают мало-помалу, как потерявшийся в детстве ребенок по одному отыскивает разбросанных по свету родных... Если бы люди тратили чуть больше сил на то, чтобы искать и открывать то, что их объединяет, а не умножать то, что их разделяет, — быть может, нам удалось бы жить в мире». Антуан де Сент-Экзюпери

# Личность это...

- То, что человек есть.
- Среда, в которой он проживает.
- Отношения, которые он строит, его опыт.



# Формирование личности и построение отношений происходит

- Родителями с момента желания иметь ребенка.
- Судьбой и предназначением.
- Состоянием семейной системы.
- Особенности окружающего мира и социального окружения, внешними обстоятельствами.
- Самостоятельным опытом.

# Важные факторы, помогающие найти место

- Состояние здоровья и личностные индивидуальные качества, наследственность.
- Вид привязанности.
- Наличие травматического опыта и способы его переработки.
- Тип воспитания в семье, роль и место, которое занимает в ней ребенок, уклад семьи.
- Ожидания от ребенка и развитие семейных отношений.
- Способ адаптации родителей к сложным ситуациям и требования к ребенку, их пример.

# Кто формирует среду для ребенка

- В возрасте до трех лет – в основном семья – привязанность.
- В дошкольном возрасте – новый опыт общения – игра и правила, знакомство с новыми взрослыми.
- В школьном возрасте - желание познавать мир, пример учителей.
- В подростковом возрасте отношения со сверстниками, кризисы и способы преодоления нового.
- В юности – личные ценности и убеждения, деятельность и развитие

# Внимание, задание

- Помните свой самый первый опыт представлений о мире
- Как ослик счастье искал.....

# Развитие ребенка в обществе происходит по двум направлениям

- Социализации (овладения социокультурным опытом, его присвоения)
- Индивидуализации (приобретения самостоятельности, относительной автономности)

# Если при поиске своего места в социальном мире ребенка

- устанавливается равновесие между процессами социализации и индивидуализации, когда, с одной стороны, ребенок усваивает нормы и правила поведения, принятые в данном социуме,
- а с другой – вносит свой значимый «вклад» в него, свою индивидуальность, происходит интеграция ребенка в социум. При этом происходит взаимная трансформация и личности и среды ( развивается гибкость и происходит приспособление – адаптация)

# Воспитание

- это целенаправленный процесс, способствующий развитию и формированию нравственных качеств личности, тем самым влияющий на социализацию ребенка, оно имеет следующие свойства:
- всегда целенаправлен и осуществляется сознательно настроенными на него или специально подготовленными для этого людьми: родителями, учителями, воспитателями, вожатыми, социальными педагогами и др.
- через воспитание происходит учет других социальных факторов, влияющих на социализацию ребенка – среды, в которой он находится, средств массовой коммуникации, культуры и пр.
- в процессе воспитания учитывается также индивидуальная самобытность каждого ребенка.

# Воспитание ребенка динамично

- Меняется с течением времени.
- Чем меньше ребенок, тем сильнее воспитательное воздействие на становление и развитие личности.
- Со временем, по мере взросления ребенка, его доля уменьшается, зато возрастает степень самостоятельности ребенка в выборе и предпочтении тех или иных социальных ценностей и ориентиров, его собственного влияния на свое развитие.



## Это можно представить в виде двух соединенных вершинами пирамид.

- Основанием первой пирамиды является воспитательное воздействие на ребенка с его рождения.
- Постепенно это воздействие ослабевает, однако набирает силу другой процесс – самовоспитание, более активной становится осознанная самостоятельная деятельность ребенка по совершенствованию своей личности, саморазвитию и самореализации, способствующая его самостоятельной интеграции в общество.
- Известно, что потребность в самовоспитании – высшая форма развития личности, которая предопределяется ведущими личностными качествами человека и обеспечивает ему возможность ставить цели и достигать их .

## Поиск своего места в мире бывает связан с адаптивностью (умением приспособливаться)

- Адаптивность выражается в согласовании цели и результатов усилий по ее достижению.
- Неадаптивность состоит в том, что между целью и результатом активности индивида складываются противоположные отношения, нет совпадений
- Намерение не совпадает с деянием, замысел с выполнением, побуждение к действию — с его итогами.

# Адаптация бывает разных видов

- Психическая, социально-психологическая и социальная адаптации.
- Психическая адаптация выражается в перестройке динамического стереотипа личности в соответствии с новыми требованиями окружающей среды.
- Социально-психологическая адаптация — это оптимизация взаимоотношений личности и группы, сближение целей их деятельности, ценностных ориентации, усвоение индивидом норм и традиций групп, вхождение в их ролевую структуру.
- Социальная адаптация — это постоянный процесс активного приспособления индивида к условиям социальной среды.

## В зависимости от структуры потребностно-мотивационной сферы ребенка выделяют два основных типа адаптационного процесса: активный и пассивный

- **Активный тип:**
- для него характерна целеустремленность ребенка или подростка в налаживании контактов со сверстниками или другими людьми, активный поиск товарищей на основе общих интересов.
- Детей этого типа временные неудачи не разочаровывают, а побуждают к большей активности
- **Пассивный тип адаптации:**
- характеризуется некритическим, конформным принятием целей и ценностных ориентации группы.

## Тип адаптации существенно сказывается на получении места ребенком в мире и усвоении им социального опыта

- гармоничный, доминирующий, чувствительный, конформный, тревожный, интровертированный и инфантильный.
- Они обуславливают избирательную чувствительность к различным патогенным воздействиям и определяют эффективность адаптации ребенка к окружающей среде (Э.М. Александровская, 1987).

Как дети реагируют на сложные семейные обстоятельства ( если семья потеряла функциональность) реагируют дети?

- Выделяют четыре основных способа адаптации ребёнка, растущего в дисфункциональной семье, к её особенностям и сложившейся ситуации.
- В каждом из этих четырёх вариантов ребёнок играет определённую роль в семье, по-своему реагируя на происходящее и выполняя определённую функцию. Вот эти роли:

# Герой

- Его послание старшим звучит так: «Давайте я сделаю что-нибудь хорошее, чтобы вы меня любили!». Его главная роль - гордость семьи. Снаружи это хороший ребёнок, у него могут быть высокие достижения в учебе, он всегда следует правилам, работает ради одобрения значимых людей, заботится о семье, часто относится к другим с позиции родителя или начальника. Внутри же этот маленький человек может испытывать чувство вины, одиночество, страх потери контроля над ситуацией, злость, повышенную чувствительность к критике.

## Окружающим его взрослым (родным, педагогам,) рекомендуется:

- относиться к ребёнку безоценочно, с безусловной любовью (независимо от успехов и поражений);
- любыми возможными способами повышать его самооценку (хвалить, говорить о своей любви к нему, подчеркивать его ценность для других людей);
- развивать у такого ребёнка навыки общения;
- уделять ему больше внимания, когда он терпит неудачу;
- помогать ему отделять собственную ценность от достижений, давать ему понять, что совершать ошибки – это нормально.

А вот чего взрослым делать не нужно, если они искренне желают своему ребёнку добра:

- стараться не поддерживать его «героическую» роль;
- не стоит взваливать на него слишком много ответственности;
- лучше как можно меньше критиковать его.

Старшие должны также учить его получать удовольствие от жизни, проявлять свои чувства, строить границы в отношениях с окружающими, отделять свои желания и потребности от чужих, разделять с другими людьми ответственность, просить их о помощи.

Если «Герою» повезёт и на его пути встретится взрослый, способный и искренне желающий помочь, то из него может получиться вполне счастливый человек. Это будет хороший лидер, умеющий принимать неудачи, обращается за помощью, брать ответственность только за себя лично.

В случаях, когда помочь ребёнку не удаётся, его перспективы не столь радужны: это брак с нуждающимся человеком, работоголизм, внутренняя установка никогда не ошибаться, чувство ответственности за всё и за всех подряд.

# Козёл отпущения

Его послание миру: «Давайте я сделаю что-нибудь плохое, чтобы вы меня любили!». Роль «козла отпущения» в семье обычно такова: он снимает фокус внимания с химически зависимого члена семьи. Снаружи у такого ребёнка можно наблюдать следующее:

- враждебность, неповиновение, бунтарство, резкость, холодность, обвинение других.
- С ним очень тяжело установить контакт, он часто вступает в альянсы со сверстниками (иногда негативные).
- Внутри же этот ребёнок испытывает боль, чувство вины, отвержение, злость.

Психологи предлагают в общении с «козлом отпущения» использовать следующие приёмы:

- чётко давать ему понять, когда то или иное поведение неуместно;
- поощрять, когда он берёт на себя ответственность,
- ставить ограничения и давать чёткие объяснения касательно его обязанностей, выборов и их последствий;
- быть всегда последовательными (т.е. самим выполнять поставленные условия и данные обещания).

Избегать же рекомендуется жалости, изменения отношения к ребёнку или усиления власти над ним, согласия с претензиями других, восприятия поведения ребёнка на свой счёт. Из «козлов отпущения», если им немного помочь, вырастают хорошие психологи-консультанты, умеющие выражать свои чувства и в нужный момент обращаться за помощью. Ребёнка же, лишённого поддержки, может в будущем ожидать тюрьма, зависимость от алкоголя или наркотиков, либо серьёзные проблемы на работе.

# Шут

- Он постоянно делает что-то смешное, чтобы разрядить обстановку. Роль такого ребёнка в семье - веселье и юмор. Внешние проявления «шута» выглядят так: клоунада, незрелость, забавность, гиперактивность, отвлечение внимания от важных дел. Внутри же у него - страх, тревога, неуверенность.

## В воспитании маленького «шута» стоит придерживаться следующих принципов:

- держать исключительно самого ребёнка ответственным за его деструктивное поведение;
- поощрять ответственность, поручать ему важные задания;
- поощрять только уместный юмор;
- регулярно настаивать на контакте глаз.

И ещё: важно смеяться «с» шутком (когда его шутки оказываются удачными), а не «над» ним самим. Будущее шута, если грамотно помочь ему развить имеющиеся таланты, выглядит довольно привлекательно: это человек, с которым весело и приятно быть в одной компании, у него хорошее чувство юмора и он способен хорошо позаботиться о себе. В противном случае из такого малыша может вырасти незрелый, неуправляемый клоун, имеющий заболевания, связанные со стрессом.

# Потерянный ребёнок

- Он «уходит» из семьи, и тогда старшие про него почти забывают. Роль «потерянного ребёнка» - облегчение для дисфункциональной семьи.
- Снаружи это тихий, застенчивый малыш, который любит уединение, избегает стрессов и конфликтов, привязывается к вещам, а не к людям, и у него обычно мало друзей. Внутри же он испытывает ощущение собственной неважности, боль, злость, отвержение, тревогу.

- Этот ребенок вообще отказывается получать внимание, его никто не замечает и его это устраивает.
- Этот ребенок удобен для семьи – он погружен в книжки, куклы, нет друзей. От него нет хлопот. Он уходит в интернет-зависимость, в свои мечты, его нет в этом мире.
- Для него одиночество – это норма. Острое ощущение своей ненужности. Крайне застенчивый и всего боится. Очень легко испугнуть контакт с ним. Они вообще ужасно незаметные везде (в семье, в классе и т.д.).

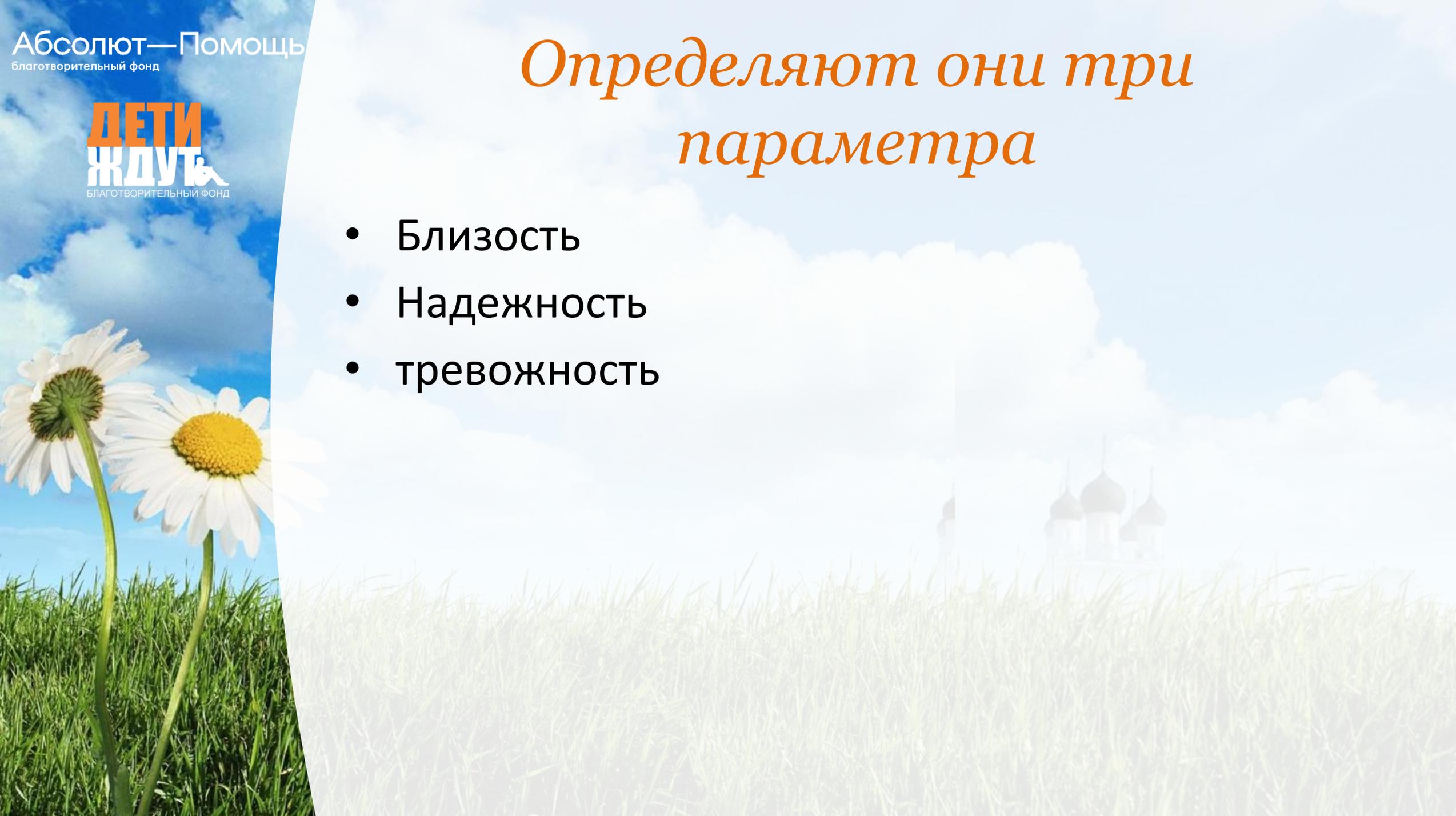


## Рекомендуется:

- Замечать его, интересоваться его внутренним миром. Если взрослым удастся «найти» «потерянного ребёнка», в нём могут развиваться прекрасные качества: талантливость, способность к разнообразному творчеству, богатое воображение. При отсутствии внимания к этому тихому малышу его вероятное будущее весьма печально: малый интерес такого человека к жизни, «скелеты в шкафу» (т.е. тщательно скрываемые ото всех проблемы), изоляция от внешнего мира и даже смерть в раннем возрасте.

# *Определяют они три параметра*

- Близость
- Надежность
- тревожность



## Шкала взрослой привязанности для близких отношений- материал для изучения себя

- Следующие вопросы оценивают, как вы обычно себя чувствуете, поэтому думайте о своих прошлых и настоящих отношениях с особенно важными для вас людьми: членами семьи, любовными партнерами и близкими друзьями.
- На листе бумаги проставьте для каждого утверждения цифру от 1 до 5:
- Цифра 1 означает, что утверждение для вас совсем не характерно,
- Цифра 5 – очень характерно,
- А остальные цифры показывают степень различия между ними.



1. Я достаточно легко сближаюсь с людьми.
2. Мне трудно позволить себе зависеть от других.
3. Я часто беспокоюсь о том, что меня не любят по-настоящему.
4. Со мной неохотно сближаются настолько близко, как мне бы этого хотелось.
5. Мне комфортно зависеть от других.
6. Я не беспокоюсь о том, что люди слишком сближаются со мной.
7. Я считаю, что люди никогда не придут на помощь в трудную минуту.
8. Мне немного дискомфортно сближаться с другими людьми.
9. Я часто беспокоюсь, что никто не захочет остаться со мной рядом.
10. Если я покажу свои чувства другим, боюсь, они не почувствуют того же ко мне.
11. Я часто задаюсь вопросом, действительно ли я волную других людей.
12. Мне комфортно развивать близкие отношения с другими людьми.
13. Мне дискомфортно, если кто-то становится мне слишком близким эмоционально.
14. Я знаю, что мне всегда придут на помощь в трудную минуту.
15. Я хочу близости, но беспокоюсь о том, что мне причинят боль.
16. Мне трудно полностью доверять другим.
17. От меня часто хотят большей эмоциональной близости, чем для меня было бы комфортно.
18. Я не уверен, что всегда могу рассчитывать на других в трудную минуту.

Ваши реакции на эти утверждения делятся на три категории:

близость, надежность и тревожность

- Подбирая ответы к утверждениям каждой из этих категорий, вы можете лучше представить себе свой вариант опыта отношений.
- Ответы со звездочкой необходимо исправить на противоположные, то есть, если вы поставили цифру 1, вам нужно будет заменить ее на 5.
- Если вы оценили что-то на 2, надо поставить 4.
- И наоборот.
- Нейтральная цифра 3 остается без изменений.
- Подсчитайте количество баллов в каждой категории.

- Шкала близости измеряет степень, до которой вам будет комфортна близость и любовная связь. Это ответы на утверждения 1, 6, 8\*, 12, 13\* и 17\*.
- Высокий балл показывает, что вам комфортны близкие отношения, а низкий – что вы испытываете трудности со сближением или с тем, чтобы позволить другим приблизиться к вам.
- Шкала надежности измеряет степень вашей уверенности в том, что вы можете рассчитывать на других в трудную минуту. Ответы на утверждения 2\*, 5, 7\*, 14, 16\* и 18\* относятся к этой категории.
- Высокий балл показывает, что вы полагаетесь на других людей и доверяете им, а низкий – что вам сложно зависеть от других.
- Шкала тревожности измеряет степень опасений быть отвергнутыми или нелюбимыми и относится к утверждениям 3, 4, 9, 10, 11 и 15.
- Высокий балл показывает, что вы беспокоитесь о ваших близких отношениях, а низкий – что вы не особенно озабочены ими.

# Характеристики по которым определяется тип адаптации

- общительность, интеллект, уверенность в себе, возбудимость, доминирование, склонность к риску, добросовестность, социальная смелость, чувствительность, тревожность, самоконтроль, напряженность.
- Можно оценить эти качества у себя и у ребенка ( хотя бы по 5 бальной системе)

# Конформный тип (около 12%)

В поведении школьников проявляются:

- Сильная зависимость от ситуации, стремление соответствовать окружению.
- Высокая школьная мотивация, потребность поступать согласно предъявляемым нормам определяют их направленность на учебную деятельность.
- По данным тестового обследования, они достаточно общительны, уверены в себе, добросовестны, имеют хороший самоконтроль, низкий уровень тревожности и напряженности.
- Характерной особенностью детей с конформным типом личности является недоразвитие познавательной деятельности, что затрудняет усвоение учебной программы.

## Гармоничный тип (около 36%)

- Дети этой наибольшей по численности группы легко учатся и не испытывают трудностей в школе.
- Обследование по детскому личностному вопроснику выявляет у них наряду с достаточно высоким уровнем сформированное™ интеллектуальных функций такие личностные свойства, как общительность, уверенность в себе, высокий самоконтроль, добросовестность, отсутствие тревожности.
- Эта группа делится на две подгруппы, отличающиеся уровнем возбудимости: детям I подгруппы (около 26%) свойственна уравновешенность, детям II подгруппы (около 10%) - ярко выраженная моторная активность.
- Практическая направленность этих школьников проявляется в эффективном овладении учебной деятельностью, стремлением к хорошим результатам.
- Сочетание перечисленных свойств представляет собой устойчивую структуру личности, которая обеспечивает им быструю адаптацию.

## Доминирующий тип (около 10%)

- Отличительной особенностью этих учащихся является стремление к самостоятельности, доминированию, самоутверждению.
- Они общительны, активны, уверены в себе, обладают социальной смелостью и склонностью к риску.
- Практическая направленность этих школьников проявляется особенно ярко в организации детских игр.
- Сочетание высокой активности и низкого самоконтроля создает трудности адаптации, связанные с усвоением школьных норм поведения.

## Чувствительный тип (около 14%)

- Эти дети робки и застенчивы, хотя дружеские связи стойкие с теми, к кому привыкли.
- Учатся старательно, прилежно.
- Доминирующим свойством, по данным тестового обследования, является чувствительность, которая сочетается с такими качествами, как общительность, добросовестность, высокий самоконтроль, зависимость
- Ресурсом является общение, о ожидание хороших оценок со стороны окружающих может мешать

# Тревожный тип (около 10%)

- Для этих детей характерны крайняя изменчивость эмоциональной сферы, повышенная впечатлительность.
- Их действия отличают излишнее волнение, тревожность.
- Учатся легко, особенно хорошо читают и рассказывают.
- По тестовым данным, высокий уровень тревожности сочетается у них с возбудимостью, чувствительностью, неуверенностью в себе,
- чувством ответственности, хорошим пониманием социальных нормативов.
- Ведущим ресурсом является общение и желание успешно добиваться своей цели.

# Интровертированный тип (около 18 %)

- Отличительной особенностью этих школьников является направленность на познавательную деятельность.
- Высокий уровень развития интеллекта сочетается у них с пониженным контролем за окружающей действительностью.
- Тестовое обследование выявляет у них замкнутость, неуверенность в себе, социальную робость, низкий самоконтроль.
- В то же время у них отмечаются возбудимость, тревожность, напряженность.
- Школьников с данным типом формирования личности можно разделить на две подгруппы, отличающиеся уровнем общей активности. Дети пассивного варианта (около 6%) выделяются бедностью мотивационной сферы, отсутствием инициативности.
- Одиночество, отгороженность от окружающих, повышенная чувствительность способствуют появлению затруднений как и в освоении социальных норм, так и при установлении контактов и в итоге приводят к конфликтной, субъективно-трудной ситуации пребывания в школе.

# Инфантильный тип личности

- Отмечаемая у них задержка психического развития находит отражение как в незрелости мотивационно-потребностной сферы, так и в интеллектуальных нарушениях.
- Их отличительной особенностью является направленность на игру.
- Выделяются 2 варианта развития детей с инфантильным типом личности:
- 1) моторно-расторможенные дети, для которых характерны повышенная возбудимость, склонность к риску, низкий самоконтроль;
- 2) апатичные дети.
- Психотравмирующая ситуация, связанная с несостоятельностью этих детей в условиях массовой школы, определяет их уход в игру, что является своеобразной формой компенсации. Подобное поведение приводит к нарушению адаптации и способствует еще большему отставанию в развитии.

## И. Френч и Б. Равен выделяют пять видов социальной власти, характеризующей отношения между ребенком и взрослым в семье:

- власть вознаграждения - ребенка могут вознаградить за определенное поведение. Награда следует за одобряемым поступком, наказание - за порицаемым поступком;
- власть принуждения - в ее основе лежит жестокий контроль над поведением ребенка, каждый незначительный проступок подлежит наказанию (словесному или физическому);
- власть эксперта - основана на большей компетентности родителей в том или ином деле;
- власть авторитета - в ее основе лежит уважение перед человеком, который является образцом-носителем социально одобряемого поведения;
- власть закона - единственная форма внеличной власти, однако, носителем и толкователем закона для ребенка являются именно родители, взрослые.

## В. Сатир основным отношением в семье считает отношение власти и выделяет следующие типы семей:

- доминирующий муж - подчиненная жена;
- доминирующая жена - подчиненный муж;
- открытая борьба;
- сотрудничество;
- изоляция.

## Э.Г. Эйдемиллером и В.В. Юстицкисом отмечен ряд требований, предъявляемых к системе ролей в семье.

- Во-первых, они должны создавать достаточно целостную систему. Если требования к представителю данной роли противоречивы, возникают серьезные трудности при её выполнении. Проблемы возникают также при противоречивости одних и тех же ролей, выполняемых индивидом. В настоящее время очень много внимания уделяется трудностям, с которыми сталкивается женщина-мать, совмещающая производственную деятельность и супружеско-родительские обязанности.
- Во-вторых, совокупность ролей, которые выполняет индивид в семье, должна обеспечивать удовлетворение его потребностей - в уважении, признании, симпатии.
- В-третьих, выполняемые индивидом роли должны соответствовать его возможностям. Когда требования при выполнении роли непосильны, может возникнуть нервно-психическое напряжение, тревога.
- В-четвертых, система семейных ролей, которые выполняет индивид, должна быть такой, чтобы обеспечить удовлетворение не только его потребностей, но и потребностей других членов семьи. Ролевая структура, при которой отдых одного члена семьи обеспечивается за счет непомерного труда других членов, может стать психотравмирующей.

- Эмоциональная близость, которая психологически основана на мотивации аффилиации (контакта, общения). М. Мюррей описывал мотив потребности в аффилиации таким образом: «Заводить дружбу и испытывать привязанность. Радоваться другим людям и жить вместе с ними. Сотрудничать и общаться с ними. Любить. Присоединяться к группам».
- Аффилиация завершается установлением взаимоприятных, дружеских отношений, симпатий партнеров по общению. Аффилиация противоположна власти - любовь толкает человека на поступки, которые он хочет совершить, а страх власти принуждает к таким действиям, которые человек бы не совершал по своей воле.



- Никогда не храните ключи от вашего настроения у других людей .
- И тогда каждый ваш день будет праздником!!!
- Есть те, кому не всё равно. И на этом всё строится. Главное — встретить таких людей .

# Следующая встреча завершающая

- Она позволит обобщить весь материала и для создания крепкой основы последующего понимания развития своего родительства
- Готовьте пожалуйста вопросы с благодарностью мы на них ответим !
- Встреча состоится в четверг 31.03.22 года в 19 часов