



Министерство просвещения Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное научное учреждение
«Институт коррекционной педагогики Российской академии образования»

А.В. Павлова

ВОСПИТАНИЕ ДЕТЕЙ РАННЕГО ВОЗРАСТА С ОВЗ. О ДЕТЯХ С ТРУДНОСТЯМИ ПОВЕДЕНИЯ

Методическое пособие для родителей
по вопросам комплексного психолого-педагогического
сопровождения детей с ОВЗ

Москва 2021

УДК 376.3

ББК 74.2

Воспитание детей раннего возраста с ОВЗ. О детях с трудностями поведения: электронное методическое пособие /А.В.Павлова. – М.: ФГБНУ «ИКП РАО», 2021. – 50 с. + Приложение [Информационные материалы в части образования и психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста с ОВЗ, в том числе в удаленных и труднодоступных территориях, в том числе силами НКО].

Материалы методического пособия позволяют ответить на вопросы родителей: почему маленький ребенок ведет себя плохо, и что нужно ему для того, чтобы научиться владеть собой. На страницах пособия рассмотрены наиболее волнующие родителей поведенческие проблемы ребенка раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ): капризы, агрессия и «стереотипное» поведение. Особое внимание уделено причинам малоактивного поведения ребенка, которое очень удобно для родителей, однако скрывает «подводные камни» в развитии ребенка, которые обязательно проявятся в будущем. Пособие адресовано родителям детей раннего возраста с ОВЗ, содержит информационные материалы в части образования и психолого-педагогического сопровождения детей раннего возраста с ОВЗ, в том числе в удаленных и труднодоступных территориях, в том числе силами НКО.

Методическое пособие разработано в соответствии с государственным заданием Министерства просвещения Российской Федерации ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики РАО» в целях обеспечения комплексного психолого-педагогического сопровождения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья.

ISBN 978-5-907436-31-2

©ФГБНУ «ИКП РАО», 2021

©Павлова А.В., 2021

Содержание

Введение.....	4
Глава 1. Два подхода к воспитанию ребёнка раннего возраста.....	6
Первый подход: поощрения и наказания.....	6
Второй подход: родительский авторитет.....	7
Поведение ребенка в раннем возрасте.....	8
Практикум для родителей. Проблемы поведения ребёнка с ОВЗ раннего возраста. Что делать родителю?.....	11
Глава 2. Благополучие в отношениях с близкими. Как общение с родителем влияет на поведение маленького ребёнка?.....	13
Глава 3. Стабильность окружающего мира. Как режим влияет на поведение маленького ребенка?.....	20
Глава 4. Слезы и капризы.....	24
Глава 5. Агрессия.....	29
Глава 6. Про аутистимуляции и стереотипии.....	34
Глава 7. «Удобный ребенок».....	42

Введение

Опросы и исследования, проводимые среди родителей детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), показывают, что родителей маленьких детей с ОВЗ волнуют два основных вопроса: первое – как развивать ребенка, и второе – что делать, если он ведет себя плохо. И если в первом случае родитель может найти информацию в медицинских или образовательных учреждениях, в сети Интернет, в родительских чатах, то во втором случае вопрос чаще всего остается без ответа.

При этом в родительской среде все популярнее становятся идеи гуманистического воспитания, основные постулаты которых провозглашают ценность индивидуальности ребенка, а также недопустимость насилия в физическом и моральном плане. Традиционные способы воспитания – поставить в угол, прочесть нотацию или шлепнуть по «мягкому месту», объявляются негуманными. Родители остаются совершенно обезоруженными и беспомощными в этой сложной для них ситуации, когда их малыш капризничает: чуть что не по его, разбрасывает игрушки, кусается или дерется. К сожалению, наш опыт и свидетельства исследователей показывают, что ситуация беспомощности губительна для родительских чувств: плохое поведение малыша, с которым родитель не имеет способов справиться, становится точкой разрыва и отдаления родителя от ребенка.

Как же воспитывать ребенка, который, начиная с раннего возраста, доставляет родителю все больше неприятных моментов, как ограничивать его неприемлемое поведение и прививать ему правила поведения в социуме и при этом сохранить с ним теплые и близкие отношения?

Семье в этом вопросе помогут специалисты службы ранней помощи. Сразу хочется предостеречь молодых родителей, которые могут спутать такую службу с развивающими клубами или центрами раннего развития, которые предлагают развивать ребенка в опережающем темпе, организуют обучение грамоте и счету с «пеленок». Такой подход не полезен и здоровым детям, а для развития ребенка с ОВЗ он просто губителен. Ранняя помощь, напротив, строится на научном понимании особенностей развития ребенка до трех лет, на признании особой ценности этого возрастного периода. Ранняя коррекционная помощь – это комплексное сопровождение специалистами: медиками, психологами и педагогами семьи ребенка с ОВЗ.

Научные исследования и практика ранней коррекционной помощи показали, что психическое развитие ребенка в этом возрасте требует полноценного и радостного общения маленького ребенка с самым близким взрослым – мамой, а потом и с другими членами семьи, в которой он растет.

Несмотря на кажущуюся простоту, построить такие отношения с ребенком с ОВЗ часто становится для матери трудной задачей. Исследования показывают, что лишь малое количество матерей способны наладить такое общение с младенцем, поддерживать партнерство и сотрудничество в более позднем периоде – в раннем возрасте, с года до трех лет. Почему одни матери не справляются, а у других все получается? Оказывается, они имеют определенные навыки, которые позволяют им сохранять близость с ребенком, радоваться его достижениям и получать удовольствие от родительства.

Научные исследования позволили описать и систематизировать такие умения матери, и мы познакомим вас с ними в этом пособии. Наши рекомендации основаны на данных, полученных в научных исследованиях ФГБНУ «Институт коррекционной педагогики Российской академии образования» (ИКП РАО), а также на опыте многолетней практики консультирования семей детей раннего возраста с ОВЗ в службе ранней помощи ИКП РАО.

Рекомендации адресованы семьям, воспитывающим маленьких детей с ограниченными возможностями здоровья, но окажутся полезными также родителям здоровых непосед и шалунов.

Мы покажем, почему маленький ребенок ведет себя плохо, и что нужно ему для того, чтобы научиться лучше владеть собой. Поговорим об авторитете родителя и наказаниях. Рассмотрим некоторые, по нашему опыту, самые волнующие родителей поведенческие проблемы ребенка: капризы, агрессию и странное повторяющееся «стереотипное» поведение. Особое внимание уделим причинам малоактивного поведения, которое очень удобно для родителя, однако скрывает «подводные камни» в развитии ребенка, которые обязательно проявятся в будущем.

Глава 1. Два подхода к воспитанию ребёнка раннего возраста

В раннем возрасте ребенок впервые проявляет свой характер, свою индивидуальность. И проявляется его индивидуальность как в особых достижениях и способностях, так и в таком поведении, которое окружающие называют «плохим». Вот он лезет в лужу в ботинках, несмотря на запреты и крики бабушки. Или вытащил все содержимое помойного ведра и разложил его по кастрюлькам. Отказывается мыть руки. Кричит, если ему не дают конфету. Отнимает машинку у малыша в песочнице. Убегает на автомобильную дорогу. В гневе раскидывает игрушки. Бьет мальчика лопаткой. Что делает взрослый в такой ситуации? Некоторые родители при виде такого поведения сами теряют самообладание и начинают ругать ребенка, кричать на него; другие, справедливо полагают, что это та ситуация, которая показывает, что ребенка надо воспитывать. Взрослый поступит так, как подсказывает ему его представление о том, как надо (или как не надо) воспитывать ребенка. И, если немного упростить, то подходов к воспитанию ребенка оказывается всего два.

Первый подход: поощрения и наказания

Первый подход провозглашает: воспитание – это система ограничений в сочетании с процессом «обтесывания» непосредственной натуры ребенка, результатом которой становится культурный и воспитанный взрослый. Исходя из такого понимания, плохое поведение (то, которое не согласуется с социальной нормой) является злом и его необходимо искоренять. Это - то лишнее, что надо отсечь. «Терпи», «не плачь», «не злись», «не дерись»; запрет и ограничение на проявления определенных «плохих» качеств - вот тот посыл, который транслирует ребенку такой воспитатель. Для воспитания при этом подходе используется два традиционных средства – наказание и поощрение.

Что такое наказание? Наказания могут быть эмоциональные и рациональные. Эмоциональные наказания – это спонтанные эмоциональные выплески взрослого. Иногда родитель, сгоряча, может шлепнуть ребенка, или в нетерпении повесить на него голос: «Как ты мне надоел!», «Уйди от меня!» Рациональное наказание - это причинение страдания ребёнку, которое

должно показать ему недопустимость его поведения. Практики наказания, применяемые для ребенка в раннем возрасте, варьируются в большом диапазоне: повышение родителем голоса, запугивание (угроза позвать милиционера, тетю или соседа), шлепки, стояние в углу, сидение на стульчике и другое. В ходе таких воспитательных мер ребенку предстоит осознать связь между «неправильным» поведением и следующим за ним наказанием; в будущем воспоминание о наказании якобы должно предотвращать плохие действия ребёнка.

К этому подходу есть два вопроса:

1. Насколько ребенок раннего возраста способен осознать связь «проступок - наказание»? Возрастные психологи считают, что понимание причинно-следственных связей появляется только в дошкольном возрасте, около пяти лет, при условии того, что развитие ребенка идет в границах возрастной нормы. То есть для маленького ребенка, тем более, имеющего особенности в развитии, понимание логической связи не недоступно.

2. Насколько наказание является допустимым для выстраивания здоровых отношений с ребенком? И тут ответ будет отрицательным. Хотя логика окружающего ребенку неподвластна, однако негативная эмоциональная ассоциация у маленького ребенка может остаться на всю последующую жизнь. Совершенно очевидно, что этот результат не приведет к близким и доверительным отношениям.

Как же тогда воспитывать ребенка? Неужели нужно ему позволять все? Вовсе нет. Правила и ограничения необходимы ребенку для его полноценного развития. Но принимать их, и соответственно, вести себя в соответствии с ними, ребенок с рождения не умеет.

Второй подход: родительский авторитет

Достичь этого позволяет другой подход к воспитанию, который гласит: «Воспитание – это всестороннее развитие личности ребенка». В этой формулировке совсем другой акцент: ведь развитие – это всегда приобретение, а не отсечение. Приобретение ребенком новых способностей, которые изменят его поведение, позволят ему вести себя сообразно культурным обычаям, традициям, нормам и правилам. Посыл взрослого ребенку также меняется: «Тебе трудно, ты не умеешь справляться? Ты научишься. Я помогу тебе». Основным орудием воспитателя становится не

система наказаний, а собственный авторитет, который позволяет ребенку следовать за взрослым, слышать и слушаться его.

В этом пособии мы развиваем второе представление, которое хотим передать и родителям, читающим эти строки.

Поведение ребенка в раннем возрасте

Что дает возможность ребенку управлять своим поведением, останавливать эмоциональные импульсы, терпеть, не раздражаться и не расстраиваться? Ответ нам дают данные из области нейрофизиологии, науки о формировании и работе центральной нервной системы человека.

Непосредственное поведение малыша в первые годы его жизни, его импульсивное восприятие окружающего мира, высокая двигательная активность, невнимательность и отвлекаемость – это проявления естественного хода в развитии центральной нервной системы. Многие поведенческие особенности ребенка объясняются тем, что определенные участки коры головного мозга, а именно, его лобные отделы, пока не работают полноценно. А лобные отделы центральной нервной системы – это тот главный регулятор поведения человека, который позволяет ему справляться с гневом, управлять своими побуждениями и сиюминутными желаниями, позволяет реагировать разумно и рационально.

Ребенок же, напротив, реагирует на происходящее с ним эмоционально и импульсивно. Любопытство порождает в нем желание немедленно достичь объекта интереса, а любые препятствия – запреты, физические преграды – вызывают яркий протест, гнев и возмущение. Он находится под властью эмоций. Благополучное формирование лобных отделов позволит ребенку справляться с бурными эмоциональными переживаниями и включить волю – способность контролировать эмоции. Взаимодействие эмоций и воли и определяет поведение ребенка, эта часть психики так и называется: эмоционально-волевая сфера.

Когда лобные области «включатся», и воля начнет работать? Этот возраст определяется многими факторами, в том числе – индивидуальными особенностями строения нервной системы, благополучием рождения ребенка, особенностями здоровья, генетическими причинами и еще многими другими факторами, в том числе, стабильностью и благополучием условий, в которых воспитывается малыш. Если говорить о возрастных нормативах, то лобные доли ребенка только начинают свое формирование в возрасте около

года, а активно работать будут после трехлетнего рубежа. И еще долгие годы понадобятся человеку для полноценного развития у него лобных отделов, и со временем, в результате жизненного опыта и обучения, он все лучше и лучше будет владеть собой и контролировать свои эмоции.

Эти рассуждения подводят нас к выводу, что ребенок в раннем возрасте ведет «себя» плохо не потому, что он от природы плох, не воспитан, а также не потому, что имеет коварный замысел мучить своих близких или манипулировать ими, а в силу совершенно объективных причин. Потому, что его нервная система несовершенна, она только развивается.

Пока регуляторы поведения ребенка не заработали, взрослым предстоит помогать ему справляться с переживаниями. Не осуждать, не наказывать, а помогать овладевать навыками эмоциональной регуляции.

Человеку способности контролировать, сдерживать и ограничивать себя нужны тогда, когда есть необходимость и готовность взаимодействовать с другими людьми. Только человек, имеющий возможность контролировать себя сможет занять место в социуме на любом уровне – в кругу семьи, с соседями и друзьями, с наставниками и учителями, с начальниками и подчиненными. Появляясь сначала как необходимость сдерживаться, чтобы общаться или достигать своих целей, способность контролировать себя открывает перед человеком большие возможности в саморазвитии. Так, эта способность позволяет быть любезным и приятным собеседником, но, вместе с тем, она помогает человеку сохранять трезвость ума и справляться с проблемами, конфликтами, с ситуациями, когда «что-то пошло» не так, как он ожидал, позволяет ему взаимодействовать со своими желаниями и привычками.

Совершенно очевидно, что у младенца такой способности нет. Самоконтроль зарождается у него тогда, когда появляется взаимодействие с другими людьми, которые ограничивают его желания. Когда малышу хочется взять яркую коробку с прилавка в магазине, а ему не разрешают; когда проходят мимо площадки, которая притягивает ребенка; когда он желает к маме на ручки, а она занята приготовлением обеда. Вот в этих ситуациях у ребенка есть необходимость побороться с импульсом, с желанием и начинает формироваться навык эмоционального контроля. Но родитель ожидает, чтобы ребенок слушался его сразу, умел сдерживать свои желания и импульсы, не нарушал запреты. Так не бывает. Чтобы освоить любой навык нужно время, а быстрее он им овладеет, если ему поможет близкий взрослый.

Для того, чтобы разобраться в том, как ребенок овладевает навыком эмоционального контроля, рассмотрим более наглядный пример, а именно – умение писать. Ребенок не рождается с этим умением; чаще всего он начинает овладевать письменной грамотой только когда идет в первый класс, вместе с другими школьниками. Вначале навык письма дается ребенку с трудом, но путем постоянных упражнений и тренировки школьник постепенно овладевает грамотой. Никто не ждет от первоклассника того, чтобы он научился писать сразу; мы все понимаем, что важно последовательно отработать каждую букву и соединение, и что на это нужно время.

Мы знаем также, что не все дети одинаково способны к письму: кто-то пишет красиво и аккуратно, а для другого ребенка проблемой является удержать строчку, учесть размер буквы, справиться с непослушной рукой. Таким детям непросто приходится в школе, однако при индивидуальном подходе и они справятся с трудной для них задачей. А что такое индивидуальный подход? Это помощь взрослого, учитывающая личностные особенности ребенка. А всякий ли взрослый справится? Совершенно очевидно, что нетерпеливый и раздраженный взрослый будет плохим помощником ребенку. Для того чтобы помогать ребенку, взрослому надо обладать определенными умениями – быть терпеливым, помочь создать и запомнить схему написания буквы, а вместе с тем – и умение подбодрить, увидеть достижения ребенка, создать у школьника ощущение успеха. Эти умения взрослого, в свою очередь тоже являются навыками, и постепенно появятся в ходе ежедневного взаимодействия с ребенком, при условии того, что взрослый хочет помочь первокласснику и понимает, в чем эта помощь заключается.

В психологии выделены и описаны универсальные моменты в овладении человеком любым навыком:

1. Необходимость (мотив и потребность) появления у человека нового навыка;
2. Последовательность отработки навыка;
3. Время на тренировку и освоение навыка;
4. При трудностях – нужна индивидуальная помощь;
5. Индивидуальную помощь оказывает наставник, обладающий сам определенными умениями.

По этой схеме можно разложить появление любого навыка и умения, например, обучение взрослого иностранному языку или новой технике рукоделия. Маленький ребенок таким же образом обучается пользоваться ложкой или одеваться на прогулку.

Конечно, можно возразить, что ограниченные возможности здоровья не позволяют ребенку овладевать навыками так же, как здоровому ребенку. Безусловно, ему придется намного труднее в силу множества факторов: особенности работы нервной системы, быстрой утомляемости, нарушения функционирования сенсорных систем, задержки в формировании речи, неравномерности развития ребенка... И если нормально развивающийся ребенок многие навыки приобретает самостоятельно, без взрослого, то малыш с ОВЗ особенно нуждается в помощи взрослого, и потому его родителю нужно овладеть умением оказывать такую помощь.

Далее поговорим о том, какие конкретно навыки нужны родителям, чтобы справляться с поведенческими трудностями ребенка.

Практикум для родителей. Проблемы поведения ребёнка с ОВЗ раннего возраста. Что делать родителю?

Поведенческие реакции – это показатель процессов, происходящих в эмоционально-волевой сфере ребёнка. Что делать родителям в этой ситуации? Как сохранить эмоциональное благополучие ребенка? В этом разделе мы расскажем, что нужно родителям делать для того, чтобы ребенок постепенно овладевал своим поведением, учился справляться с возбуждением.

Необходимо работать на двух уровнях:

1. Воздействовать на эмоциональный фон ребенка. Снизить общее возбуждение, ощущение тревоги, ненадежности и опасности. Помнить, что безопасность ребенку обеспечивают две вещи:

- Благополучие в отношениях с близкими взрослыми;
- Стабильность окружающего мира.

2. Воздействовать на уровень эмоциональных реакций. Помогать ребенку проживать те эмоциональные «взрывы», которые проявляются в поведенческих реакциях, и получать навыки эмоционального контроля.

Далее на страницах методического пособия рассмотрим пошаговые стратегии действий родителей в трех ситуациях, которые чаще всего вызывают у родителя ребенка с ОВЗ сложности:

- В ситуациях проявления капризов;
- В ситуациях проявления агрессивного поведения;
- В ситуациях проявления стереотипий и аутостимуляций в поведении ребенка.

Отдельные главы пособия посвящены каждой сложной ситуации в поведении ребенка.

Еще одна сложность в эмоционально-волевой сфере, которая, в силу удобства для родителей, часто в раннем возрасте ребенка остается ими незамеченной – это пассивность в поведении ребенка. В эмоциональном развитии внешне спокойного, чуть медлительного малыша есть свои риски, которые мы обсудим в последней главе этого пособия.

Глава 2. Благополучие в отношениях с близкими взрослыми. Как общение с родителем влияет на поведение маленького ребёнка?

Благополучие в общении с близким взрослым совершенно необходимо ребенку для развития. При этом формы этого общения меняются. В первом полугодии ребенок и мама вступают в общение, которое называется ситуативно-личностной формой общения.

Начиная с периода новорожденности, происходит взаимное узнавание и приспособление матери и младенца друг к другу. Многочисленные эксперименты, проведенные с участием младенцев, позволили сделать вывод о том, что ребенок рождается с высокой чувствительностью и откликаемостью на социальные воздействия взрослого. Младенцы более чувствительны не только к голосу собственной матери, но и к мелодичному медленному разговору на частоте женского высокого голоса, называемого «babytalk». Несмотря на ряд особенностей развития зрительного восприятия, они готовы к ответу на зрительные сигналы, поступающие от взрослого, сразу после рождения. Функция их зрения выступает в качестве интегратора различных сенсорных модальностей из-за того, что они могут видеть объект и, в то же время, слышать и ощущать его, они способны получать различные ощущения об одном и том же объекте.

С периода новорожденности ребенок способен различать сложные социальные сигналы, подаваемые, прежде всего матерью или другим ухаживающим за ним человеком, он предпочитает их другим сигналам окружающей среды. Также ребенок обладает некоторым набором поведенческого репертуара, необходимого для начала социального взаимодействия. Для новорожденных детей очень важно, что взрослый является необыкновенно богатым источником разнообразных воздействий. Обращаясь к ребенку, близкий ребенку взрослый одновременно адресуется к разным его сенсорным системам – зрению, слуху, обонянию и осязанию; он стремится привлечь внимание младенца, удержать на себе его взгляд; постоянно комментирует все происходящие с ним события, «воркует»; задает вопросы и сам на них отвечает и, тем самым, естественным образом включает малыша в общение и в повседневную жизнь семьи.

Психологические исследования показали, что почти все формы социального поведения матери или другого близкого ребенку взрослого специфичны по отношению к нему. У матери меняется не только речь, но и выражения лица, движения головы и тела в процессе взаимодействия и общения с ребенком, наблюдается преувеличенность мимики лица: глаза широко раскрываются, брови вскидываются; наблюдаются изменения в диапазоне высоты и интенсивности вокализаций. В ходе установления контакта мать часто использует такие способы поведения, как замедленное формирование и долгое удержание одного и того же выражения лица, уменьшение длительности вокализаций и увеличение пауз между ними, увеличение длительности взгляда в лицо ребенка. Такое поведение матери создает пространство для проявления вариативности поведения ребенка во взаимодействии и общении.

В ситуациях ежедневного ухода, кормления, купания, переодевания близкий взрослый не только удовлетворяет органические потребности ребенка, но и регулирует аффективное состояние ребенка, он может успокоить ребенка, снять напряжение, негативные эмоции, может успокоить, утешить ребенка или, наоборот, тонизировать, подбодрить младенца.

Процесс взаимного подстраивания начинается сразу после рождения ребенка – в ситуации кормления, когда мать подстраивается под чередующуюся паузами активность сосания ребенка, его индивидуальный ритм. Затем подстройка происходит практически в каждой из ситуаций ежедневного ухода, в которых взрослый активно поддерживает, одобряет и наделяет определенным смыслом все ответные проявления ребенка. В их взаимодействии начинают складываться определенные предпочтения, происходит приспособление не только под ритм, но и под темп действий друг друга. Наблюдая за поведением младенца, близкий взрослый может синхронизировать свое состояние с периодами изменения внимания ребенка. Вовлеченный в такое синхронное общение младенец сам начинает содействовать развитию общения.

В поведении матери в это время наблюдается повторяемость обращенных к младенцу реплик, движений, выражений лица, тактильной и кинестетической стимуляции. Обычно мать не использует весь свой репертуар экспрессивных выражений, – она пользуется постоянным и ограниченным набором. Наличие постоянных по содержанию или времени экспрессивных выражений в обращении матери к ребенку, повторение од-

ного и того же репертуара, лишь с небольшим изменением, увеличивает вероятность ответного поведения ребенка. Наличие в поведении ребенка поисковой активности, направленной на взрослого, а также отклика на его коммуникативное поведение в виде непродолжительного взгляда глаза в глаза и легкой улыбки может говорить о начале формирования у младенца потребности в общении.

Следующий этап в развития ситуативно-личностного общения в среднем охватывает период от 1 месяца до 2 и 2, 5 месяцев. Основной характеристикой этого периода является развитие ответного коммуникативного поведения ребенка в общении. Теперь наиболее значимым для ребенка становится лицо взрослого, его улыбка, глаза, выражение лица, мимика взрослого. В течение этого времени младенец все более уверенно отыскивает глазами взрослого, поворачивается на звук его голоса, замечает его на некотором от себя расстоянии. В этот период развивается чувствительность ребенка к коммуникативным воздействиям взрослого: ребенок готов воспринять проявления внимания, ласковый разговор, улыбку взрослого. Чувствительность к воздействиям взрослого нарастает постепенно. Сначала у младенца обнаруживаются внимание и интерес к воздействиям взрослого: глаза расширяются, брови приподнимаются, происходит раскрытие рук со слегка согнутыми пальцами, приподнимание головы, уменьшение движений тела, младенец замирает и сосредотачивает свое внимание на взрослом, затем проявляются ответные положительные реакции – улыбки, двигательное оживление, вокализации.

В поведении матери или другого близкого взрослого в это время также наблюдается повторяемость обращенных к младенцу реплик, движений, повторяемость в выражениях лица, в тактильной и кинестетической стимуляции.

В психологических экспериментах установлено, что тип воздействия взрослого определяет ответное поведение ребенка в общении. Так, на появление взрослого и его улыбку ребенок отвечает в основном тоже улыбкой и оживлением. При поглаживании младенец может быть спокойным и даже расслабленным, но не замирает, а длительно улыбается и вокализирует. При разговоре ребенок может то же часто и длительно вокализовать. При сложном воздействии почти также интенсивно вокализирует, но не так оживленно, как при разговоре. Было установлено, что одни и те же воздействия дают разный эффект в зависимости от того, в

какой ситуации они были применены. В ситуации «под грудью» интенсивность всех ответных компонентов ниже, чем в «ситуации чистого общения», исключение представляет лишь замирание. Поведение ребенка в «положении под грудью» характеризуется спокойной улыбкой, длительным замиранием, очень слабым оживлением и редкими кратковременными вокализациями. В ситуации «чистого общения» поведение ребенка характеризуется оживленной улыбкой, длительными радостными вокализациями и замиранием на все время воздействия.

В этот период во взаимодействии матери ребенка происходят тонкие подстройки, связанные с учетом индивидуальных особенностей ребенка, его настроения и желания взаимодействовать. Характер воздействий, адресованных взрослым ребенку, в это время начинает влиять на ответное поведение младенца. Чем более активен взрослый, тем спокойнее ребенок. И, наоборот, при минимальной коммуникативной определенности взрослого, у ребенка проявляется сложное поведение с включением наиболее активных компонентов: оживления и вокализаций. Разные средства общения начинают выражать разные коммуникативные смыслы. Взгляд и сосредоточенность ребенка означают, что он готов воспринять обращение взрослого; улыбка демонстрирует, что он воспринял воздействия взрослого и доволен; двигательное оживление и вокализации побуждают обратить внимание взрослого на ребенка и привлечь его к взаимодействию. В общении взрослого с ребенком все явственнее проявляются характеристики диалога: инициатива – ответ; говорящий – слушающий. Проявляются структурно-функциональные характеристики общения: начало, продолжение, состоящее из 1-2 пар реплик и завершение. Постепенно у младенца возникает стремление удержать или привлечь к себе внимание «интересного собеседника», что вынуждает ребенка проявлять инициативу.

Следующий период, характеризующийся проявлениями инициативного коммуникативного поведения, обычно приходится на середину 3 месяца жизни ребенка или проявляется ближе к 4 месяцам. Инициативное коммуникативное поведение ребенка характеризует его стремление привлечь к себе внимание взрослого и продлить общение.

Обогащение состава комплекса оживления, включение в него инициативной улыбки, адресуемой взрослому, быстрых движений конечностей и корпуса, а также вокализаций все больше сообщает этому поведению характер активной деятельности, направленной на привлечение внимания

взрослого, на поддержание взаимодействия с ним, на интенсификацию и углубление общения. Комплекс оживления становится средством, которое ребенок использует для решения своих коммуникативных задач.

Инициативный характер комплекса оживления проявляется и в том, что в различных ситуациях общения младенец подключает разные компоненты, варьирует их по интенсивности. Исследования показали, что комплекс оживления можно рассматривать как форму социального поведения детей с того момента, когда он стабилизируется по своему составу, включая элементы, позволяющие ребенку проявить активность во взаимодействии со взрослым. Отличительной особенностью этого поведения является характер коммуникативных действий младенца. По своему существу они сводятся к выражению ребенком положительных эмоциональных состояний разной степени интенсивности. В этих действиях выражается лишь общее удовольствие от контакта с близким взрослым.

Для развития и поддержки инициативности ребенка важно, чтобы взрослый был максимально чувствителен даже к минимальным проявлениям активности ребенка. Необходимо, чтобы взрослый реагировал не только на коммуникативное поведение ребенка, но на его некоммуникативные сигналы, продолжая диалог в ответ на любой сигнал ребенка. Такие действия матери «сообщают» ребенку о том, что любая его активность замечена, важна и поддержана. Мать должна быть включена в игру с ребенком на равных и должна быть заинтересована в его яркой эмоциональной реакции в процессе игры. От атмосферы эмоциональной поддержки ребенка взрослым зависит эмоциональная вовлеченность ребенка в общение, его интерес к взаимодействию со взрослым, удовольствие от общения, желания его продлить.

Расцвет общения, как правило, приходится на период 4-5 месяцев. Взаимодействие в это время имеет форму частых сбалансированных контактов. Полученные в исследованиях результаты доказывают тесную согласованность функционирования пары «ребенок - взрослый», тонкое подстраивание поведения матери к поведению ребенка, точное совпадение их действий. Ответственность за симметрию в таком неречевом диалоге ложится на взрослого, который, наблюдая ритм и ответы младенца, должен быть готов уступить и изменить свое поведение так, чтобы поведение младенца, его стиль и предпочтения активно влияли на ход взаимодействия.

Основным результатом взаимодействия матери и младенца является получение удовольствия и радости от общения друг с другом. Для достижения такого результата необходима постоянная взаимная регуляция поведения в паре. Со стороны матери это требует частого изменения темпа, интенсивности стимуляции, хороших способностей к вариативности и быстрому изменению воздействий на ребенка, а также контроля над стимуляцией ребенка. В поведении матери по отношению к младенцу должно быть сочетание постоянных паттернов поведения, повторяющихся единиц коммуникации и переменных частей, связанных с новыми переживаниями и смыслами, только такое соотношение подходит для привлечения и поддержания оптимального уровня внимания младенца в неречевом диалоге и его активности.

Во втором полугодии жизни в отношениях происходят изменения: в пространстве общения ребенка и мамы появляется предмет – игрушка или предмет быта (ложка, бутылка, расческа, погремушка и т.п.). Теперь мама и малыш учатся общаться по поводу предмета, и реплики в диалоге становятся предметными. Предметный диалог происходит, когда они действуют предметами по очереди, или играют в игру «дай – на», или мама показывает, как нужно действовать с новым предметом. Эта форма общения называется ситуативно-деловой. Отношения у участников диалога уже не эмоциональные, а деловые. И родитель постепенно занимает совершенно особую позицию – он становится для ребенка авторитетом, который знает тайны всех вещей, он поможет достать то, что привлекает ребенка.

Отношения между мамой и малышом остаются близкими и доверительными, эмоционально тёплыми, но уже подразумевают иерархию: взрослый - ведущий, он руководит; ребенок – ведомый, он настроен на взрослого, ориентирован на него.

Авторитет – это – то орудие, которое появляется у родителя как инструмент воспитания.

Однако очень часто ребенок и родитель не вступают в такие благоприятные для развития отношения. Для того чтобы они появились, нужно сочетание нескольких моментов:

- у ребёнка есть «базисное доверие к миру». Первый этап отношений со взрослым малыш прошел благополучно, он умеет вступать и поддерживать эмоциональное общение. Он ощущает себя комфортно в общении с близким взрослым;

- взрослый «в ресурсе»: он имеет запас сил, позволяющий занять руководящую позицию;

- взрослый учитывает интересы ребенка. Начиная со второго полугодия жизни ребенка, – это интерес к предметам окружающего мира.

Иногда родителю мешают вступить в такие отношения с малышом внутренние личностные конфликты; в этом случае нужно обратиться к семейному психологу, который поможет справиться с возникающими проблемами.

Благоприятные и полноценные отношения с близким взрослым в младенчестве и раннем детстве дают ребёнку ощущение безопасности, а родителю позволяют сформировать инструмент влияния на ребенка – родительский авторитет.

Глава 3. Стабильность окружающего мира. Как режим влияет на поведение маленького ребенка?

Любому ребенку в возрасте до трех лет необходим ритм смены активности и отдыха. Нервная система маленького ребенка быстро истощается и наступает переутомление. Внешне это проявляется не в повышенной сонливости и упадке сил, как у взрослого, а наоборот: ребёнок ведёт себя более шумно и подвижно, его труднее успокоить, он мало реагирует на речевые указания взрослого. перевозбуждённого ребенка сложно усадить за тихое занятие – чтение, рисование, а уложить спать иногда вообще невозможно. Утомление влияет на настроение ребенка: родителям знакомо, как раздражителен и капризен их ребенок, если не выспался, или устал.

Избежать таких проблем поможет правильно организованный распорядок дня. Замечено, что дети второго – третьего года жизни (раннего возраста), родители которых соблюдают в обиходе дня стабильный режим, имеют значительно меньше проблем с поведением, они более внимательны, более стрессоустойчивы. Кроме того, стабильный уклад дня делает чередование событий дня предсказуемым для ребенка, рутина даёт ему ощущение спокойствия и безопасности. Все эти моменты благоприятны для эмоциональной сферы

Родителям также очень нужен четкий режим дня малыша. Справляться с трудностями в поведении – с капризами, агрессией, протестами ребенка, взрослый сможет, только если сам чувствует в себе бодрость и имеет запас оптимизма. Поэтому мама, на которую чаще всего ложится эта нагрузка, также должна иметь возможность отдохнуть в течение дня. Поэтому полноценный ночной и дневной сон ребенка, предсказуемость его активностей поможет ей распределить силы так, чтобы их хватило с утра и до вечера.

Итак, стабильный режим семьи поможет решить сразу несколько проблем:

- режим дня укрепляет центральную нервную систему ребенка и позволяет нормализовать эмоциональный фон его настроения;
- режим вносит стабильность, предсказуемость и планирование в жизнь всей семьи;

- режим дает возможность и ребенку, и взрослому полноценно отдыхать и распределять свои силы в течение дня.

Вот признаки нарушения режима:

- поздний утренний подъем (позже 8:00);
- позднее вечернее засыпание (позже 21:00);
- долгое укладывание на сон (более 40 мин);
- бодрствование ночью;
- вялость утром и повышенная активность вечером.

Если родитель наблюдает хотя бы один пункт из перечисленного, то режим надо стабилизировать.

Для этого нужно опираться на такие рекомендации:

1. Составьте письменный распорядок дня ребенка, придерживайтесь его сами и попросите ваших родных, если они остаются с ребенком, также следовать заведенному расписанию.

Из чего состоит распорядок дня? Кормление, гигиена, укладывание на дневной и ночной сон, занятия и игры – вот события, составляющие привычный уклад ребенка. При этом соблюдать последовательность событий важнее, чем выдерживать их временные границы.

Распорядок дня, составленный письменно, становится сводом правил, по которым живет и сам ребенок, и другие члены семьи. При этом важно, чтобы этот план учитывал интересы и потребности не только ребенка, но также и детей и взрослых, проживающих вместе.

2. Организуйте полноценное бодрствование ребенка.

Казалось бы, что тут можно изменить: ребенок бодрствует, как может, помощь родителя ему не нужна. Однако в бодрствовании есть два состояния: активное бодрствование и спокойное бодрствование. Они оказывают разное влияние на качество сна ребенка: активное бодрствование важно для крепкого сна, а спокойное бодрствование необходимо для более легкого засыпания.

Разделите время между снами на две примерно равные части. Первая часть должна быть посвящена активным и динамичным занятиям, а вторая половина – спокойным видам деятельности. Когда ребенок проснулся, предложите ему разные игры и упражнения на развитие физической и умственной активности. Во второй половине бодрствования необходимо дать ребенку успокоиться, после чего переходите к укладыванию на дневной или ночной сон.

Занятия для активного бодрствования:

- пешая прогулка на улице, игры в песочнице, на детской площадке;
- знакомство с новым – новая игрушка или книжка, новое занятие;
- веселые шумные игры со взрослыми или детьми – догонялки, прятки;
- гимнастика и активный массаж;
- участие в домашних делах.

Занятия для спокойного бодрствования:

- чтение знакомых книжек, знакомые игры и игрушки;
- игры с водой, песком;
- игры с крупами, с мисками, на кухне около мамы.

3. Вводите в режим дня правила самостоятельности ребенка. Помыть руки, почистить зубы, одеться, поест, раздеться и т.д. – ребенок раннего возраста постепенно осваивает эти навыки, и если он научился этому делу, то надо вводить его в режим дня, что поможет им стать полезными привычками ребенка. Постепенно увеличивайте долю участия ребенка в самообслуживании, однако помните, что вменять малышу в обязанность его дела ещё рано (то есть подразумевать, что ребенок «должен сделать это сам»). Слово «надо» будет побуждать ребенка только в дошкольном возрасте. До этого времени создайте условия для его активной и самостоятельной деятельности, помогаете ему в случаях затруднений. Это и будет залогом его успехов в развитии осознания себя и своей жизни, и в постепенном овладении возможностью управлять собой с помощью правил.

Как вводить правила? Большинство родителей традиционно дают прямую речевую инструкцию: «Помой руки», «Ты должен есть сам». В раннем возрасте (в возрасте 2 – 3 лет) малыш еще недостаточно ориентируется на речевые сообщения, и будет сопротивляться и им, и директивной интонации взрослого. Родителю нужна не строгость, а последовательность и обязательность выполнения. Правило в раннем возрасте – это правило не только для ребенка, а для пары «ребенок – взрослый». Взрослый в этом тандеме ведущий: именно он напоминает и создает мотивацию у ребенка на выполнение того или иного действия, эмоционально вовлекает его. Для многих детей с определенного возраста становится эффективным использование игровых приемов: если любимый плюшевый заяц «собирается завтракать» и «зовет Петю», то и малыш с удовольствием присоединится к нему. Также помогают знакомые стишки и песенки из любимых мультфильмов: возвращаться домой с площадки куда

приятнее, если мама напевает ритмичную песенку Винни Пуха: «Куда идем мы с Пятачком?» (Б. Заходер).

2. Используйте ритуалы перехода. Часто бывает, что ребенок с трудом переключается с одного дела на другое: например, ему трудно «оторваться» от игры и собраться на прогулку, а потом такой малыш не хочет уходить домой с площадки. Это возрастная особенность: процессы центральной нервной системы маленького ребенка инертны, трудно переключаются с одной активности на другую. В этой ситуации малыш может протестовать, капризничать, проявлять агрессию. Это – не плохое поведение или огрехи воспитания ребенка, это совершенно объективные трудности перехода ребенка из одного состояния в другое. Их можно избежать или уменьшить, если использовать в такой ситуации ритуал перехода, который позволит ребенку подготовиться к перемене заранее. Ритуал – это четкая и неизменяемая последовательность событий, которая начинается в одной активности и переходит в другую.

Обычно про ритуал вспоминают в связи с укладыванием на сон. Но можно также организовать любой другой трудный ребенку переход. Например, составить ритуал, помогающий ребенку собраться на прогулку: сначала подошли к окну, посмотрели, что происходит во дворе; обсудили погоду; прочитали в книжке стишок про прогулку (или посмотрели фото, где малыш гуляет); собрали все вещи для прогулки – лопатку, формочки, грузовичок; достали крошки, чтобы покормить голубей и т.п. Не так важно, какие события выбираются в качестве ритуала, важно, чтобы они изо дня в день были одинаковые и выполнялись в неизменной последовательности.

После того, как режим восстановлен, ребёнок будет иметь запас сил на полноценное развитие, и можно приступать к развитию волевой составляющей – навыкам эмоционального контроля.

Глава 4. Слезы и капризы

Отчего плачет ребенок раннего возраста? Что вызывает слезы у малыша? Упал и ушибся; испугался большой собаки, которая пробежала мимо; хочет конфету на полке магазина; увидел деда Мороза; остался один в магазине; хочет, чтобы сломанная игрушка оказалась целой; не хочет идти домой – список можно расширять бесконечно... В детстве достаточно поводов расстроиться, и устроить бунт. При этом можно заметить, что чем старше становится ребенок, тем он спокойнее реагирует на то, что в более раннем возрасте вызывало горячие слезы.

Поводы к слезам можно разделить на две большие группы.

Первая группа – это слезы–сигналы, которые возникают в ситуации, воспринимающейся ребенком как жизненная опасность. Наиболее ярко они проявляются у младенца, до года: малыш кричит и плачет, когда ему плохо, мокро, голодно. Спустя время младенец осознает связь: «Я заплакал – мама пришла», и крик становится способом вступить в коммуникацию, привлечь и получить внимание взрослого. Если родитель отвечает, то младенец уверяется в своей возможности воздействовать на близкого взрослого, это продвигает его в коммуникативном развитии и вскоре на смену плачу приходят первые слова: этот способ приятнее и радостнее, чем слезы и расстройство. Слезы–сигналы остаются в жизни ребенка на долгое время: он плачет и призывает помощь взрослых, если ушибся или испугался. Совершенно очевидно, плач ребенка вызывает не только больная коленка. Более того, родители знают, что начиная с года, слез в жизни ребенка становится очень много, но вызывают их другие причины

Это вторая группа – это адаптивные слезы. В поводах их появления есть слово «хочу». Это новое в развитии ребенка в период одного года жизни, в период, который иногда называют «кризисом первого года». В это время ребенок приобретает новое достижение: он начинает ощущать и запоминать свои желания и намерения. Он увидел привлекательную машинку – и хочет ее получить сразу же, и если малыша до года можно было легко отвлечь от интересного, но недостижимого предмета, переключив его внимание не нечто другое – птичку, кошку, что-то вкусненькое, то теперь малыш проявляет настойчивость в достижении желаемого. Рождается сущность «Я хочу» – первая форма неповторимой индивидуальности

ребенка, и это рождение сопровождается обильными слезами и постоянными капризами. Кажется, ему все хочется – и ничего нельзя. Малыш плачет и капризничает, когда ему не дают схватить машинку с полки магазина, не дают забраться к бабушке в шкатулку, или ведут домой, когда хочется понаблюдать за стройкой. Слезы появляются, когда желания и ожидания малыша не исполняются. Эти слезы выполняют адаптивную функцию. К чему же надо адаптироваться или, иначе говоря, приспособиться ребенку и причем тут слезы?

Слезы и крики у ребенка раннего и любого другого возраста возникают, как способ справиться с фрустрацией. Дословно слово фрустрация (лат. Frustratio) обозначает – «расстройство планов», «уничтожение замыслов». Фрустрацию, разочарование человек переживает, когда чего-то хочет, но не может этого достичь. В младенчестве фрустрация ребенка связана с витальными потребностями и потребностью в общении. Это потребности в еде, в тепле, безопасности, или, как в случае, с потребностью в общении, без которой ребенок не развивается. Как ни страшно это звучит, но этот факт доказывают наблюдения почти столетней уже давности, наблюдения за детьми – сиротами, выжившими во второй мировой войне. Витальные потребности обязательны к удовлетворению близкими, мама реагирует на слезы младенца как на сигнал бедствия: она бежит к нему и выясняет, что ему нужно, почему он плачет.

Но вот наступает момент, когда вырастают новые потребности ребенка, которые выходят за рамки витальных – познавательный интерес, любопытство, желание достигать и изучать. Но ребенок не может уже удовлетворять эти потребности беспрепятственно. Помойное ведро, розетка, унитаз, лестничная клетка, ящик с мамиными духами, полочка с химикатами: все эти привлекательные предметы ребенок видит, хочет изучать, но... не может. Ему не разрешают, его останавливают, а иногда и ругают за такие желания. Тут малыш начинает осознавать, что свобода его не безгранична, не все ему можно и доступно, не все идет так, как ему хочется. Он знакомится с переживанием фрустрации из-за недостижимости желаемого.

Первое знакомство малыша с ограничениями внешней жизни, ставит перед ним новую задачу – задачу как-то смириться с ограничением, пережить бурю эмоций, которую вызывает фрустрация. Выплескиваются они во всевозможные поведенческие реакции: ребенок кричит, падает на пол, может разбросать все вокруг, может ударить родителя.

Ребенок переживает и активно протестует ограничениям.

Какие навыки позволяют ребенку справляться с фрустрацией? Это навыки эмоционального самоконтроля. Их нет у ребенка, они появляются при активной помощи близкого взрослого и начинают активно действовать и помогать ребенку только в районе года, и значит, начинается период, когда в жизни ребенка будет много капризов и истерик.

Что же происходит в душе ребёнка, когда он встречает ограничение? Он последовательно проходит через две стадии переживаний, каждая из которых может сопровождаться слезами, но эти слезы будут разными.

Первая фаза переживаний – это протест. Это яркая и сильная эмоция, которая называется «аффект» или «аффективная реакция». Аффект захватывает малыша полностью, и он не в силах остановить эмоцию, она выражается в протестном, буйном поведении: ребенок громко плачет, кричит, дерется, кусается, падает на пол – злится. Она может проявляться по-разному, общим является состояние напряжения – мышцы всего тела малыша сокращены, кулаки сжаты, дыхание активное. Если в этот момент его попробовать взять на руки или обнять, он может вырываться и убежать или неестественно выгибаться.

Ребенок неосознанно стремится изменить ситуацию: он сражается, он борется с ограничением. Он будет бороться до тех пор, пока не поймет, что желаемое недостижимо. Урок, который должен вынести ребенок из этих переживаний, – понять, что у обстоятельств есть непреодолимая сила.

Вторая фаза переживаний – горе. Ребенок горюет по поводу утраченной возможности. Тело ребенка расслабляется, он продолжает плакать и кричать, но это другие слезы: тон понижается, малыш всхлипывает, в его голосе – интонация не возмущения, а скорее жалобы. Родитель уже может утешить ребенка, прижать его к себе. Урок, который должен вынести ребенок из этих переживаний, – принятие того факта, что желаемое недостижимо, а утешение со стороны близкого взрослого всегда можно получить.

Зная адаптивный механизм слез, взрослый может помочь своему ребенку постепенно сформировать умение справляться со своим «хочу, но не могу», с фрустрацией.

Советы и рекомендации

Шаг 1. Принятие помогающей стратегии

Первое, что необходимо сделать взрослому в данной ситуации – остановить привычную реакцию осуждения и возмущения. Взять небольшую паузу, восстановить свое эмоциональное равновесие. Это получится быстрее, если родитель изменит отношение к поведению малыша. Действительно, наши переживания меняются, когда мы меняем точку зрения на ситуацию. Так, если родитель считает ребенка агрессором, – у него появится настрой бороться с ним. Если взрослый поймет, что ребенок сейчас не справляется, то у родителя появится желание помочь малышу. Пристальное внимание взрослого к эмоциональной жизни ребенка помогут ему понять, что стоит за слезами, за агрессией, что в данный момент испытывает ребенок. Взрослому надо реагировать не на «плохое поведение» ребенка, а на его внутреннее переживание, на горе. Тогда в родителе проснутся силы, чтобы помочь ребенку последовательно пережить обе стадии и прийти к утешению, которое так нужно обоим.

Шаг 2. Действия родителя, когда ребенок протестует

Быть рядом. У ребенка активная аффективная реакция, и справиться с ней в момент возбуждения сложно. С ним бесполезно разговаривать, попытка обнять и удержать малыша может вызвать только усиление аффекта и агрессию. Что родитель может сделать в ситуации развития аффекта? В первую очередь, быть вместе с ребенком, используя прием активного слушания: зрительный контакт на уровне глаз, спокойный тон, интонация ровная и стихающая, размеренная и очень спокойная. Если ребенок замахнулся, надо его остановить, придержать, обнять. Мама транслирует ребенку: «Я здесь, я готова тебя утешить. Я буду рядом, когда тебе нужна».

Озвучивать эмоции. Малыш не знает, что в данный момент переживает, ему просто плохо. Когда родитель называет переживание малыша словом: «Тебе страшно», «Это очень обидно», «Ты злишься», – он начинает формировать у ребенка эмоциональный интеллект, который поможет ему с определением и называнием того или иного чувства.

Твердо удерживать то правило, против которого в данный момент протестует ребенок. Нельзя менять правила под воздействием аффекта и слез ребенка. Тогда истерика не будет встречаться с действием непреодолимой силы, и у малыша не появится необходимости адаптироваться к ограничениям. У ребенка должно появиться ощущение границы, и чем быстрее оно появится, тем меньше времени и сил он потратит на протест.

Если взрослый предоставит ребенку такой опыт, то в дальнейшем он научится не задерживаться на этой стадии, нащупав границы, он быстро перейдет к горьким слезам.

Шаг 3. Действия родителя, когда ребенок горюет

На этой стадии нужно принять другие уже эмоции ребенка – горькие слезы. Многие родители не любят и боятся слез ребенка, однако к ним нужно относиться как к лекарству, которое поможет малышу выздороветь и прийти в себя. Здесь уже проще утешить ребенка, можно его обнять, пожалеть, он уже слышит и слушает родителя. Не надо бояться избаловать этим ребенка, наоборот, для малыша ласка будет дополнительным подтверждением прочности ваших отношений. Это позволит ему выйти здоровым из ситуации, которая его травмирует – ситуации горя и разочарования в собственном всемогуществе.

Выходом из ситуации конфликта и аффективного выплеска является оживление малыша, когда у него появляются силы найти себе другое занятие, и интерес к окружающему миру восстанавливается. Иногда малыш возвращается к причине своих слез и сам находит выход из сложившейся ситуации.

Придерживаясь данной стратегии, двигаясь и проживая вместе с ребенком каждый шаг, родитель учит ребенка справляться с негативизмом в ситуации ограничения. Эта стратегия позволит укрепить связь ребенка со взрослым и поддержать его авторитет, как некоторую меру вещей. Спустя определенное время, родители замечают, что аффективная реакция ребенка уже не такая острая, и не такая продолжительная.

Итак, суммируем навыки родителя, которые позволят ему добиться такого результата:

- Умение быть рядом с ребенком, когда он переживает сильные эмоции;
- Уметь определять эмоциональное состояние ребенка;
- Умение правильно дозировать и правильно ставить правила;
- Умение оказывать эмоциональную поддержку.

Все это – навыки, которые не появляются сразу, они требуют тренировки, практики. Благо у любого родителя достаточно много возможностей получить такие навыки, было бы желание.

Глава 5. Агрессия

В этой главе поговорим о таких особенностях поведения, которые чаще других проявляются у ребёнка раннего возраста и дома, и в общественных местах.

Речь пойдёт об агрессивных проявлениях: малыш дерётся, кусается, кричит, кидается игрушками, ломает свои и чужие постройки, осыпает другого ребёнка песком или кидает в него камнем. Чаще всего такое поведение проявляется в ситуации общения с другими – с братьями или сёстрами, в компании на детской площадке, в группе детского сада, однако и в одиночестве или в игре со взрослым некоторые дети при малейшей неудаче начинают в гневе раскидывать игрушки, падают на пол или бьются головой об стену или мебель. Когда ребёнок начинает говорить, то уже в раннем возрасте он может проявлять такую форму агрессии, которая называется вербальная, а именно, начать ругать тех людей, которые мешают ему (например, в ситуациях запрета или введения правила): «Мама плохая», «Я тебя накажу!»

Конечно, такое поведение никого из окружающих взрослых не оставит равнодушным. Раздражение, осуждение, возмущение – вот те чувства, которые овладевают наблюдателями при виде маленького драчуна. Наличие забияки в группе детского сада – большая головная боль для воспитателей или педагогов. Типичная реакция взрослых на агрессивные проявления маленького ребёнка – это повышение голоса, одёргивание; чаще всего дело доходит до физических наказаний и изоляции от группы сверстников. Конечно, последнее бывает необходимым в интересах остальных детей, но опыт показывает, что менее агрессивным ребёнок от таких мер не становится, скорее наоборот – агрессивные черты в поведении закрепляются и усиливаются. Замечено, что при повторении опыта агрессивного поведения такие реакции в дошкольном детстве становятся для ребёнка привычными и повторяющимися, а к младшему школьному возрасту складываются в устойчивую черту характера.

При этом большинство взрослых понимают, что ребёнок поступает так не намеренно, не из желания причинить боль или вред, а потому, что не справляется с бушующими в нём эмоциями. Это действительно так. Агрессия, как намеренное желание причинить вред другому (а иногда и себе)

невозможна у ребёнка до 5–7 лет. Мы говорили выше о том, что нервная система ребёнка в раннем возрасте не предоставляет ему возможности целенаправленно управлять своим поведением, иметь агрессивный (а также манипулятивный) замысел. Эмоций внутри малыша много, возбуждение сильно, и сдерживать их маленький забияка не умеет. Внешние впечатления, препятствия и преграды вызывают в нем импульсивную реакцию, что выражается в поведении, которое выглядит агрессивным, но не всегда является таковым. Так, малыш может укусить другого ребёнка в игре в догонялки от восторга, что догнал его. Другой пример, ребёнок начинает больно щипать маму, в нетерпении и расстройстве от того, что она не обращает на него внимание. Таким, не всегда приятным для окружающих, образом ребёнок в раннем детстве может выражать свои желания. Спустя некоторое время он постепенно овладеет другими, более совершенными способами выразить своё намерение или переживание, или разрешить конфликт. Но, если ему не помочь в этом, а, напротив, занять осуждающую, наказывающую позицию, агрессивное поведение маленького ребёнка может только усилиться.

Родитель может закрепить у ребёнка агрессивные формы поведения в трех случаях.

Случай 1. Взрослый сам даёт образец агрессивного поведения

Наиболее подвержены этому риску дети из неблагополучных семей, где агрессия является нормой общения: ребёнок видит, как взрослый ругается, угрожает или бьёт, пусть не его самого, а других членов семьи, или вообще любое живое существо – человека или животное.

Однако и вполне благополучные родители могут дать такой образец поведения. Например, когда шлёпают своего ребёнка, находясь в раздражении и гневе. Можно услышать, как родитель советует своему малышу в конфликтной ситуации ударить в ответ обидчика, «постоять за себя» – это тоже образец агрессивного поведения.

Также существует мнение, даже поддерживаемое в медийном пространстве некоторыми просветителями, о том, что, если малыш проявляет агрессию, то надо взрослому ответить ему тем же: «Ребенок кусается – укусите его в ответ; покажите ему, что кусаться больно». Мы не разделяем такую логику. Наблюдая за действиями взрослого, ребёнок скорее сделает другой вывод: «Взрослый кусается (бьет, ругается...), значит, и мне так можно делать». Очень ярко это проявляется при вербальных агрессивных

высказываниях ребёнка: ругаясь на кого-то, он чаще всего повторяет то, что услышал от взрослого в свой адрес или в адрес другого живого существа.

Получается, что, порой из самых лучших побуждений, родитель своим примером даёт ребёнку разрешение на агрессивные проявления.

Случай 2. Взрослый не обращает внимание на агрессивные проявления ребёнка. Родитель может так делать по двум причинам: во-первых, если сам не знает, как реагировать, и предпочитает просто отойти от ребёнка. Во-вторых, он может руководствоваться популярным советом, гласящим, что агрессивное поведение ребёнка «не надо поддерживать», то есть просто не реагировать на него никак. Конечно, это не ситуация, когда ребёнок обижает другого ребенка. Чаще всего родители пытаются не обращать внимание на поведение ребёнка, когда он пытается такими агрессивными действиями привлечь его внимание. Что происходит в результате? Наши наблюдения показывают, что в большинстве случаев дети в ответ на невнимание родителя только усиливают силу своего агрессивного поведения: ребёнок может преследовать родителя, пытаясь ударить, или укусить его или начинает раскидывать предметы, или падает на пол и начинает биться головой. Почему это происходит? Ребёнок, не имея других средств воздействия на взрослого, усиливает то, что у него есть – импульсивную агрессивную реакцию. Можно привести аналогию: как поступаем мы – взрослые, когда обращаемся к другому человеку: сначала обращаемся к нему тихо, а если он нас не слышит, повторяем обращение все громче и громче, подходим к собеседнику, хлопаем его по плечу, пытаемся поймать его взгляд. Если и при этом мы не добиваемся ответной реакции, то чувствуем отторжение со стороны другого, одиночество (а, вместе с тем, гамму переживаний – раздражение, обиду, гнев...). Такие же чувства испытывает и ребёнок, только если взрослый может себе объяснить неконтактность другого какими-то объективными причинами (он занят, расстроен или плохо себя чувствует), то маленький ребёнок может сделать другой вывод: «Я не ценен, мне не помогают. Я должен всего добиваться сам». Эта ситуация разрушает отношения ребёнка и родителя, отдаляет и отчуждает их друг от друга.

Если родитель понимает, что ребёнок пытается привлечь его внимание с помощью агрессивных действий – это признак только одного: ребёнку именно сейчас жизненно необходимо внимание родителя.

Случай 3. Взрослый даёт преувеличенную реакцию, разыгрывает театрализованное представление, когда ребёнок проявляет агрессию. Когда в

ответ на агрессивные реакции ребенок получает яркие эмоциональные восклицания взрослых: «Ой-ой-ой, больно!», «Ты зачем маму обижаешь?», «Смотри, Пете больно, Петя плачет», «Пожалей бабушку». Почему-то иногда взрослые считают, что так развивают в ребёнке сочувствие и сопереживание. На самом деле родитель затевает очень весёлую и привлекательную для ребёнка игру: малыш наблюдает такую гамму эмоций, он получает такие яркие и интересные впечатления от своего партнёра – взрослого, что захочет играть так ещё и ещё раз, повторяя исходные действия. Чаще всего после нескольких циклов, совершенно непредсказуемо для малыша, родитель переходит в своих действиях к первому или второму варианту действий, пытаясь уже предотвратить агрессивные действия ребёнка.

Несмотря на игровой формат, этот случай также не учит ребёнка выражать свои намерения или желания другими способами, кроме агрессивных.

Что же делать, как помочь ребёнку справиться с эмоциональной бурей и научить проживать внутреннее возбуждение и не выражать его агрессивно.

Важно разделять и видеть в агрессивных проявлениях ребёнка две разные части:

1. Собственно поведение (агрессивные реакции) ребёнка. То, что он делает: кусает, бьёт, раскидывает игрушки, ругается, кричит.
2. Переживания, которые он испытывает в этот момент (а они у ребёнка раннего возраста могут быть разными: восторг, желание привлечь внимание, желание поиграть, обида, гнев, горе).

Реагировать на них надо по-разному. Нежелательное поведение необходимо остановить и запретить, а вот переживания запретить невозможно, как нельзя словом остановить бушующий поток и делать этого нельзя. Выражения: «Не сердись!», «Не злись», – не помогут ни ребёнку, ни взрослому, пребывающему в гневе.

Необходимо понять, ребёнок делает так потому, что не справляется. Ему сейчас нужна ваша помощь, которую взрослый окажет ребёнку, придерживаясь в своих действиях следующей последовательности:

1. Присаживаемся на корточки, устанавливаем зрительный контакт с ребёнком, можно взять его за плечи, придержать за руки. Строго и ровно пресекаем, останавливаем агрессивное проявление: «Стоп», «Нет», «Больно».
2. Вводим правило: «Мы так не делаем/ не играем», «Нельзя кусать ... (кого)». Введение правила скорее всего вызовет протест возбуждённого

драчуна, и он может рассердиться уже на взрослого, вводящего правило. Не дайте ребёнку совершить агрессивное действие ещё раз, придержите его, но оставайтесь рядом. Помните, он во власти эмоции, и сам не справится, ему сейчас особенно нужно ваше внимание. Даже если он убегает и вырывается, вы должны показать ему, что вы доступны.

3. Называем эмоцию ребёнка: «Ты сердит», «Это обидно». Показываем ему способ как можно выразить эмоцию, например «посердиться»: топнуть ногой, покричать, попыхтеть, попрыгать, похлопать в ладоши или сжать кулачки, можно побить подушку или порвать бумагу. При этом важно научиться не останавливаться на этом возбуждённом поведении (которое иногда дополнительно возбуждает ребёнка), и постепенно перевести его в более спокойное русло, посмотреть в окно, умыться, поиграть с водой или песком, порисовать.

Если вы будете регулярно использовать эту стратегию, предложение «посердиться» будет быстро переключать ребёнка на игру, позволяющую снять напряжение.

4. Если агрессивные проявления сопровождали конфликт между детьми, то обязательно поддержите обиженного: пожалейте, успокойте, будьте ласковы с ним, защитите его от обидчика.

Постепенно агрессия исчезает из жизни ребёнка, т.к. появятся более совершенные способы воздействия на окружающих, а также будет крепнуть возможность тормозить свои эмоциональные взрывные реакции. Пока же этого не произошло, взрослому предстоит следить за каждым шагом ребёнка, учиться видеть и предупреждать агрессивные проявления малыша, не давая ему ударить или укусить, учить выражать своё намерение или эмоцию простыми словами, эмоционально проговаривая от лица ребёнка: «Здорово!» «Нет», «Дай», «Поймал!», «Ещё», «Ура!». Постепенно речь все активнее будет сопровождать поведение ребёнка, она все лучше будет помогать ему справляться с импульсом. Благодаря правильному поведению взрослого, ребёнок станет более спокойным, будет лучше понимать то, что происходит вокруг, обретёт способность контролировать свои эмоции.

Глава 5. Про аутоstimуляции и стереотипии

В этой главе поговорим об особых странных чертах, которые с раннего возраста проявляются в поведении детей с ОВЗ, и вызывают устойчивую тревогу у их родителей и воспитателей – о стереотипиях и аутоstimуляциях. Оправданы ли их тревоги? По каким причинам ребенок так себя ведет? Как действовать взрослому в этом случае? Ответим на эти вопросы, но сначала обсудим, что такое – стереотипии и аутоstimуляции.

Большинство родителей детей с ОВЗ наблюдали странные монотонные движения у своего ребенка: вот он раскачивается на четвереньках, бежит по кругу или кружится на месте, потряхивает руками, как крылышками или водит пальцами перед глазами. Часто такие движения ребенок сопровождает гудением или скрипом зубов. Иногда в монотонной повторяющейся активности ребенка участвует предмет – ленточка или колесико, крышка или тряпочка. Иногда у малыша есть любимый предмет или игрушка, с которым он может бесконечно долго однообразно действовать: крутить, потряхивать, прижимать к себе или просто держать в руках и бегать. Такая активность ребенка называется стереотипным поведением или стереотипией.

Зачастую в результате своих действий ребенок получает интересные ему впечатления: слуховые, зрительные, тактильные или ощущения от своего тела. Эти ощущения приносят ему удовольствие, и ребёнок стремится воспроизвести их ещё и ещё раз. Он добивается этого, монотонно повторяя свои исходные движения и действия, сосредотачивается на них и «отключается» от окружающего мира: не отзывается на имя, не обращает внимание на другие предметы, а если его физически остановить, стремится возвратиться к прерванным монотонным действиям. В этом случае говорят об аутоstimуляции или самостимуляции ребёнка – это такая активность, которая направлена на получение и многократное повторение им определенных интересных ему ощущений. Ребенок в таком состоянии малоспособен к продуктивному контакту с окружающей его действительностью, его крайне сложно переключить на совместную игру или занятие, в другое время любимое ребенком.

Из определений видно, что стереотипия и аутоstimуляция – это не одно и то же. Аутоstimуляции являются признаком неблагополучия в эмоциональной сфере ребенка. Стереотипные же действия не разрушают

деятельность ребенка и не «уводят» его в мир приятных впечатлений. Так, например, характерное «потряхивание крылышками», подпрыгивание, ритмичное постукивание можно наблюдать в поведении любого ребенка при радостном возбуждении, в предвкушении чего-то приятного, например, когда мама предлагает поиграть в любимую игру или дает любимое лакомство. Такие стереотипные движения являются своеобразным эмоциональным ответом ребенка, репликой в диалоге с родителем, принятием приятного предложения. Эта непосредственная радость является чертой детскости, которая уйдет из поведения ребенка по мере его взросления, когда он становится все более серьезным и сдержанным.

Еще один вид стереотипных действий, которые на первый взгляд выглядят аутостимуляциями, наблюдаются у детей раннего возраста с нарушениями или особенностями в развитии. По наблюдениям родителей, ребенок может надолго «зависнуть» в перебирании пирамидки, в собирании матрешки, в откручивании и закручивании крышки. Изначально это поведение может быть по своей сути исследовательским. Действия с предметом вызывают большой интерес ребенка в раннем возрасте, т.к. дают ему опыт исследования свойств предмета. Некоторым малышам на это нужно больше времени, особенно в том случае, если у них есть нарушения восприятия и обработки информации. Родитель же проявляет нетерпение: отнимает, забирает предмет из рук ребёнка или выполняет действие за него (например, складывает пирамидку правильно), или негативно комментирует его действия: «Не так делаешь!», «Неправильно!» и т.п. В результате у ребенка появляется желание исследовать предметы тайком, избегая родительского вмешательства. И внешне это выглядит как аутостимуляция: ребенок подолгу возится с пирамидкой и протестует, если родитель пытается подключиться. Эта ситуация не имеет отношения к истинным аутостимуляциям, но небезопасна и губительна для детско-родительских отношений.

Есть группа детей с нарушениями развития, для которых такое поведение является особо характерным – это дети с аутистическими расстройствами, для которых характерны тяжелые нарушения и искажения эмоционального развития ребенка. Доктор психологических наук Е.Р. Баенская, авторитетный исследователь в этой области, описывает какими сложными и устойчивыми могут быть стереотипии и аутостимуляции у ребенка с расстройствами аутистического спектра (РДА), как они

превращаются в сложные стереотипные ритуалы, сопровождающие каждое ежедневное событие, и как требователен ребенок к выполнению этих ритуалов.

Потому не удивительно, что родителей очень беспокоят подобные проявления в поведении своего ребенка. Однако стереотипии и аутостимуляции бывают не только у детей с нарушением эмоциональной сферы. Исследования показывают, что такое поведение часто можно увидеть у детей раннего и дошкольного возраста с умственной отсталостью, задержкой психического развития, с генетическими нарушениями, с нарушением зрения. Приведем несколько примеров.

Исследования детско-родительского взаимодействия показали, что стереотипность проявляется в поведении большинства детей с синдромом Дауна раннего и дошкольного возраста. Изучение поведения детей с синдромом Дауна проводилось с использованием бесед с родителями и анализа видеофрагментов, фиксирующих поведение ребёнка в игре с матерью и в общении с ней. Было замечено, что стереотипии в некоторых случаях полностью исчезали в поведении ребенка к концу дошкольного периода. Оказалось, что полноценное и эмоционально насыщенное общение ребенка с мамой является надежным показателем того, что аутостимуляции останутся в прошлом.

Немецкий тифлопедагог Михаэль Брамбринг с сотрудниками исследовали стереотипное поведение незрячих детей, и пришли к однозначному выводу. Все 80 матерей, участвовавших в их исследовании, отмечали в поведении своих слепых детей стереотипные проявления; чаще всего это были нажимание на глаза и раскачивание тела. Большинство детей показывали целый комплекс аутостимуляций. Исследователь проследил, как изменяется такое поведение с возрастом малыша. Оказалось, что появляется оно на первом году жизни, постепенно нарастает к двум – трем годам, после чего идет на спад и практически исчезает к шестилетнему возрасту. Однако бывает так, что аутостимуляции закрепляются в поведении ребенка. Это бывает в том случае, если ребенок не научился адаптироваться к двум ситуациям: к ситуации бездействия (когда надо подождать или потерпеть) и к ситуации, когда ребенку что-то хочется, а ему не дают. Исследователь отмечает, что слепой ребенок обращается к стереотипным движениям, когда устал, голоден, волнуется или возбужден.

В действительности, как стереотипии, так и аутостимуляции в какой-то мере присутствуют в опыте любого человека. Например, при неприятном разговоре мы можем тереть колпачок шариковой ручки или край скатерти, в волнении многим свойственно покусывать губы или крутить волосы, в моменты усталости мы способны «отключаться» и долго созерцать монотонное движение машин на улице или качание веток за окном. Человеку свойственно обращаться к таким невинным привычкам при недостатке сил или при решении сложных задач. Психофизиологи говорят, что монотонные виды физической нагрузки: ходьба, бег или плавание являются своеобразным лекарством от переутомления, которое помогает мозгу «перезагрузиться» и восстановить активность.

Стереотипии и аутостимуляции в той или иной степени присутствуют в жизни большинства детей с ОВЗ и при благоприятных условиях исчезают к концу дошкольного периода. С помощью стереотипных движений и действий ребёнок стремится справиться с возбуждением, овладевающим им в следующих ситуациях:

1. Тревога. Малыш испуган или дезориентирован. В этом случае с помощью монотонного движения ребенок успокаивается. Наблюдения показывают, что при наличии устойчивых и безопасных отношений с мамой, малыш за утешением обратится к ней. К сожалению, бывает так, что мамы нет рядом, и нет того, кто помог бы ему успокоиться, и оказал бы эмоциональную поддержку. В этой ситуации ребёнок также может начать монотонное кружение, раскачивание или гудение. Это признак сильного эмоционального дискомфорта ребенка, его страдания, и факт его внутреннего одиночества.

2. Телесный и физический дискомфорт. Когда ребенок устал, голоден, не выспался, ослаблен болезнью, его нервная система действует на пределе возможностей, и ему сложнее контролировать свои эмоции, и он чаще нуждается в успокоении и быстрее «уходит» в аутостимуляции.

3. Бездействие. Ощущение физического обездвиживания, а также скудность двигательного опыта и побуждение к получению впечатлений также вызывают двигательные стереотипии у ребёнка, который не умеет сам себя занять. Есть мнение, согласно которому стереотипии появляются у ребенка, который испытывает дефицит полноценного двигательного и чувственного опыта, поэтому часто в этом случае многие специалисты рекомендуют ребёнку с аутостимуляциями и стереотипиями занятия по

сенсорной интеграции. Сложно определенно сказать, влияет ли здесь разнообразие и полнота ощущений, получаемых ребёнком на таких занятиях, либо доступность и активность взрослого, которая сопровождает интересные ребёнку впечатления. В любом случае, такие занятия можно рекомендовать, только если они проводятся в доброжелательной атмосфере, без насилия, и ребенок идет на них с удовольствием.

4. Завышенные требования. В периоды повышенной нагрузки, когда ребенок не имеет возможности расслабиться в течение дня, когда он находится под воздействием постоянных требований, когда перед ним ставят непосильные задачи, у него также может появиться стремление избежать, уйти в пространство приятных впечатлений, выбраться из мира, который так недружелюбен по отношению к нему.

Если искать общее в этих всех ситуациях, то можно заметить, что устойчивые стереотипы и аутостимуляции появляются в ситуациях сильного возбуждения ребенка, и являются способом ухода от этого возбуждения. В силу того, что в результате аутостимуляций ребенок достаточно легко получает приятные впечатления, это поведение быстро закрепляется в поведении малыша и от него не так-то просто избавиться. У ребенка уже нет нужды обращаться за утешением или успокоением к маме, так как для этого надо выстраивать трудоемкую и не всегда простую для безречевого ребенка коммуникацию. Именно это является самым болезненным с точки зрения развития эмоциональной сферы ребенка моментом: благодаря аутостимуляциям у ребенка появляется пространство, где ему лучше одному, без мамы или других людей.

Риск появления у ребенка с ОВЗ аутостимуляций велик и имеет крайне негативные последствия, поэтому родителям как можно раньше стоит задуматься о предупреждении такого поведения. Полностью исключить стереотипы и аутостимуляции из жизни ребенка с ОВЗ – цель мало достижимая и не всегда зависящая от усилий родителя. Однако есть способы уменьшить их неблагоприятное влияние.

Согласно исследованиям, предупредительной мерой является налаживание благополучного взаимодействия в паре «мать – ребенок» с первых дней жизни.

Родитель должен быть доступен для ребенка, то есть: 1) быть рядом, 2) уметь понимать состояние малыша, 3) уметь откликаться. Как только мама заметила физический или эмоциональный дискомфорт ребенка: боль и

усталость, плохое настроение или раздражительность, мокрый подгузник или боли в животике, нужно сразу откликаться – обнимать и утешать его, давать ему ласку, радость и заботу. Внимание родителей должно быть изобильным, его должно быть в избытке.

Только на первый взгляд это просто и понятно. Ребенок с ОВЗ – это сложный коммуникативный партнер, реагирует порой непонятно и непредсказуемо для родителя или внешняя его реакция может быть очень невыраженной. Довольно часто матери обращаются в службу ранней помощи с просьбой научиться взаимодействовать с незрячим, неслышащим ребенком или с малышом с синдромом Дауна. Многие родители чувствуют себя неуспешными в ежедневном взаимодействии с ребёнком. Не стоит «опускать руки», ведь родительское мастерство – не врожденная способность. Эти навыки, которым любой родитель может обучиться, если будет иметь желание и внимание к своему малышу. Мы неоднократно наблюдали, что аутистимуляции и стереотипное поведение исчезают в дошкольном детстве у тех детей, чьи родители смогли выстроить с ребенком близкие отношения, которые и базируются на их радостном и полноценном общении. В этом случае эмоциональное развитие пойдет по «нормальному пути развития»: когда ребенок в пространстве общения, с близким взрослым ищет и находит позитивные впечатления, успокоение и утешение. А позже ребенок овладеет и другими способами справляться с тревогой – с помощью речи и все лучшего осознания окружающего его мира.

Внимательное отношение к ребенку и определенные умения помогут родителям правильно реагировать на стереотипии и «включить» здоровые адаптивные механизмы в психике ребенка.

А как точно НЕ стоит поступать?

- Запрещать. Большинство родителей понимают, что физически наказывать ребенка за стереотипии бесполезно. Однако многие не могут или не считают нужным удержаться от «мягких» форм насилия, например, могут ругать, угрожать или удерживать ребенка, не давая ему раскачиваться или бегать. Такие меры вызовут у ребенка дополнительную тревогу и только усилят эмоциональную реакцию: он может начать громко кричать, выгибаться и вырываться из рук взрослого. Многократно применяемое насилие, в любой форме опасно тем, что разрушает детско-родительские отношения, ребенок чувствует себя со взрослым небезопасно, и впоследствии

может в некоторых ситуациях отказываться от общения с ним, используя активный протест или просто не выполнять указания.

- Не замечать и считать, что «само пройдет». Оставлять без внимания такие действия также нельзя, т.к. они являются сигналами, показывающими, что в эмоциональной сфере ребенка не все неблагополучно.

Для того чтобы сделать это неблагополучие временным, надо приложить усилия. В достижении этой цели нужно действовать комплексно: проявлять активность и задавать вопросы специалистам ранней помощи, посетить педиатра и детского невролога.

В периоды, когда стереотипии и аутостимуляции у ребенка наблюдаются регулярно или учащаются, крайне важно поддерживать у ребенка ощущение безопасности и стабильности окружающего мира. Для этого родителям необходимо:

- Поддерживать привычный распорядок дня, следить за тем, чтобы бодрствование ребенка было активным, дневной и ночной сон – полноценным. Монотонность и рутина в укладе семьи, когда за одним делом следует другое в четкой, изо дня в день повторяемой, последовательности также создадут у ребенка ощущение предсказуемости и безопасности окружающего. Напомним, что нежелательным является для ребенка раннего возраста наличие учебных нагрузок, дидактических занятий, занятий за столом.

- Следует как можно больше общаться с ребенком, используя для этого житейские и бытовые ситуации, учиться в игре подстраиваться под его интересы. Наполнить жизнь ребенка радостным и изобильным вниманием.

Что делать родителю в конкретной ситуации, когда ребенок «впадает» в стереотипное поведение – раскачивается, стоя на четвереньках, крутит колесико машины, «машет крылышками»?

1. Первое, что надо сделать – проанализировать эту ситуацию и понять причину. Если причина физическая: недомогание, усталость и перегрузка, то на некоторое время нужно предоставить ребенку возможность поиграть с любимой игрушкой, но быть рядом и постепенно переключить его на расслабляющие виды деятельности: покачивание на руках, совместные игры с водой, с песком, наблюдение за тем, что происходит за окном.

2. Аккуратно подключайтесь к монотонным действиям ребенка, повторяйте их за ним, выполняйте их вместе с ним; возьмите такой же предмет и им поиграйте так же, как это делает малыш. Спустя время ребенок

убедится в том, что вы не разрушаете его занятие, и начнет доверять вам. Только тогда можно попробовать прервать монотонность его действий и внести разнообразие. Для этого есть несколько приемов:

- разнообразить игру, предложив другой способ действия с предметом. К примеру, ребенок монотонно одевает и снимает крышку с жестяной банки: родитель показывает другие варианты игры с крышкой – покрутить как волчок, покатасть банку, поиграть в барабан, спрятать туда какой-то предмет...;

- использовать стереотипные движения ребенка в совместной игре: ребенок раскачивается, родитель садится рядом и, раскачиваясь вместе с ним, рассказывает ему, куда и зачем они плывут в лодке:

- комментировать стереотипные действия и движения ребенка, внося в них игровой смысл: ребенок потряхивает ручками, родитель комментирует: «Поиграем в птичку!», – и поёт песенку или рассказывает стишок про птичку.

3. Не будьте излишне требовательны к ребенку, не давайте негативных комментариев, постарайтесь радоваться тому, что у него получается.

Если спустя время (от недели до месяца) вы замечаете, что ребенок стал охотнее принимать вас в свои занятия, его действия становятся все более разнообразными, что он радуется своим успехам и делится с вами своей радостью, с гордостью демонстрируя результат – значит, вы сделали большой шаг к развитию отношений, и стоит продолжать практиковать такой опыт.

Глава 6. «Удобный ребенок»

В этой главе разговор пойдёт о группе детей, которые мало беспокоят своих родителей – они не устраивают истерики, мало капризничают, не конфликтны, не требовательны – и, оказывается, в этом кроется опасность.

Будем разбираться, чем опасно такое видимое «удобство» поведения ребенка.

Итак, какой он – «удобный ребёнок»?

1. Он малоподвижный. С самого младенчества у ребенка проявляется задержка моторного развития. Иногда про такого малыша родители, педиатры и массажисты говорят, что «он ленится». Ребенок мало двигается, предпочитает не менять положение тела; движения его замедленные, недостаточно ловкие и скоординированные. Часто из-за малой подвижности, ребёнок имеет повышенный вес.

2. Он спокойный. Его эмоциональные реакции – сглаженные, невыразительные, неявные. Даже боль – ушиб или порез – не всегда вызывают у такого малыша плач. Не стоит делать вывод, что он нечувствителен. Переживания у ребёнка есть, но скрываются глубоко внутри его души.

3. Он послушный. «Положишь – лежит, поставишь – стоит»: родители не нарадуются на такую покладистость их крохи. Когда ребёнок подрастает и начинает понимать речь, он старается во всем слушаться родителей, выполняет любую их просьбу.

4. Он осторожный и нелюбопытный. В отличие от маленьких непосед, этот малыш крайне осторожен в перемещениях. Он не полезет в помойное ведро и розетку, т.к. довольствуется теми впечатлениями, которые у него есть; он остерегается всего незнакомого и не любит новые игрушки, помещения, людей. С этим связана узость его интересов: новое скорее пугает, чем привлекает такого ребёнка. Он консерватор, приверженец привычки.

5. Он необщительный, избегает сверстников. Такому ребёнку не хочется общаться с другими детьми и, тем более, вступать с ними в бурные игры. Он предпочтёт одиночество или общество старших, иногда даже пожилых людей – бабушки, дедушки, с которыми он чувствует себя

безопасно. Любит книжки и мультфильмы – те виды досуга, которые не требуют его активного участия в игре.

6. Он не инициативен. Такой ребенок, скорее, пассивный зритель и слушатель. Он не проявляет свои желания и намерения, поэтому крайне трудно ему предложить поиграть во что-то.

Если в поведении ребенка отмечается больше двух черт из этого списка – необходимо обратиться к детскому неврологу и специалистам ранней помощи (психологу или дефектологу). Такое поведение ребенка может проявляться по разным причинам, и некоторые из них весьма серьезны.

Малая активность и малоподвижность ребенка проявляются уже в младенчестве, а в раннем возрасте становится ярко выраженным. Но родители не обращают внимание на эти проявления, пока малыш мал. Иногда «олимпийское» спокойствие ребёнка становится предметом гордости его родителей, показателем успешности их воспитания. И заметной проблема становится после того, как ребёнок отправляется в детский сад. На его особенности обращают внимание воспитатели, да и сами родители, сравнивая своего ребенка со сверстниками, обнаруживают отставание.

И оказывается, в достижениях «удобные» дети здорово отличаются от шалунов – сверстников: они хуже говорят, меньше знают, не включаются в общие игры, часто избегают воспитателей и других детей, и тихо играют сами по себе, не вовлекаясь в общие занятия. Позже становится очевидным, что ребенок не может усваивать программу в общем темпе, он очень медленно выполняет или не выполняет совсем задание воспитателя. Скатать шарик или отрезать полоску – часто невыполнимая задача для такого малыша. Он отказывается участвовать в танцах и спортивных занятиях с преподавателем. Воспитатели детского сада все чаще упоминают в общении с родителями формулировку «педагогическая запущенность». Спустя некоторое время ситуация ухудшается тем, что в группе детей у ребёнка появляются и закрепляются обидные характеристики: лентяй, тупица, «тюфяк» или «тормоз». В коллективе он также неуспешен: избегает оживлённого общения и особо конфликтов, – и как результат не имеет того опыта, в котором развиваются его навыки общения и эмоциональной регуляции. А позже, поняв свою неуспешность в этих областях, он будет избегать всякого коллектива. Часто такой ребенок вырастает неумелым: все навыки даются ему с трудом, выполняет он их медленно; родители и воспитатели в садике часто не выдерживают и предпочитают сделать все за

него – найти вещи, натянуть штаны и куртку, застегнуть пуговицы, заправить рубашку. Сначала это проще взрослым, а потом и самому ребенку хочется, чтобы его обслуживали в быту другие.

Предотвратить такое развитие событий возможно, если ещё в раннем возрасте увидеть в ребёнке такие особенности и вместе со специалистами понять причину их появления. Вариантов может быть несколько.

Причина №1. Неврологические заболевания

Обычно первый специалисты, к которым обращаются родители это врач – детский невролог. Специалист осмотрит малыша, оценит его нервно-психическое и моторное развитие, возможно, обнаружит задержку моторного развития или психоречевого развития. Такая заторможенность и трудности моторного развития могут быть проявлением особенностей или нарушений в работе центральной нервной системы. В этом случае, по назначению врача необходимо проводить курсы медикаментозного лечения, лечебной физкультуры и массажа, и вместе со специалистами ранней помощи внимательно следить за развитием ребёнка.

Причина №2: Формирование расстройства аутистического спектра (РДА)

Среди вышеперечисленных черт есть несколько, указывающих на риск нарушения эмоционального развития ребёнка: его необщительность и отстранённость, а также консерватизм, проявляющийся в том, что ребёнок не принимает нового, предпочитает играть с любимым, подчас очень странным предметом, например, поясом от маминого халата, пелёнкой, прихваткой или пузырьком от лекарства. Сочетания этих двух особенностей недостаточно для того, чтобы сделать однозначный вывод о том, что у ребёнка имеются расстройства аутистического спектра (РДА). Увидеть риск такого заболевания могут психолог или педагог ранней помощи, детский невролог, но поставить диагноз вправе только детский психиатр. При подтверждении диагноза необходимо как можно раньше и активнее включиться в реабилитационные и развивающие мероприятия, занятия с психологом, специалистом в области эмоциональных нарушений и РАС.

Причина №3. Индивидуальные особенности темперамента ребёнка

Малыш может быть совершенно здоров с неврологической и с психиатрической точки зрения, но по темпераменту он флегматик – спокойный, уравновешенный, немного «толстокожий». В индивидуальности такого ребёнка есть много сильных сторон: он упорен, вынослив и

трудоспособен; он прекрасно выдерживает монотонную работу; и пусть его навыки и знания не формируются быстро, он овладевает ими очень глубоко и основательно.

Родители, обращаясь к специалисту психологу или дефектологу, часто просят «научить его выполнять задание побыстрее». Нужно понимать, что медлительного ребёнка невозможно сделать быстрым и любознательным; однако можно и нужно позаботиться о том, чтобы его медлительность не препятствовала благополучию его развития.

У медлительного и спокойного ребёнка есть несколько слабых мест, на которые родителям надо обратить особое внимание. Важно не пропустить проявления, которые говорят о прогрессе в развитии ребёнка, и которые могут «западать» у спокойного ребёнка–флегматика. Для каждого из этих проявлений есть особый возрастной период, когда мы ожидаем их появления. Если их нет в нормативном промежутке, то есть риск задержки в развитии, и родителям нужно приложить особые усилия, чтобы поддержать развитие ребёнка.

Четыре области, за появлением которых родителю надо следить и особым образом поддерживать и развивать в ребёнке:

1. Эмоциональность. Начиная с первого месяца жизни, младенец способен эмоционально отвечать на обращение взрослого к нему: он улыбается и радуется, когда мама подходит, гладит его или берет его на ручки. Если к трем месяцам малыш не проявляет такой радости при виде мамы, на это стоит обратить внимание. Рекомендации специалиста ранней помощи будут такие: родителю надо научиться привлекать внимание ребенка, возможно, надо быть более ярким, выразительным и настойчивым при общении с ребенком, возможно, наоборот, научиться гибко подстраиваться к малышу и не проявлять много эмоций.

2. Инициатива. Следующим коммуникативным умением ребенка становится проявление собственного желания пообщаться с мамой. Обнаружив маму, он активно начинает привлекать ее к общению, он следит за ней, ищет ее взгляд, тянется к ней, произносит протяжные звуки, активно движется. Такое поведение называется «комплексом оживления», и обычно появляется на втором-третьем месяце жизни. Но если его нет, стоит проанализировать свое общение с ребенком. Родителю надо научиться не опережать желания своего «спокойного ребёнка», и терпеливо ждать его слабой и неуверенной инициативы. Это умение понадобится родителю на

весь период детства. Но такое умение будет лучшей профилактикой пассивного поведения ребенка.

3. Интерес к окружающему миру. В норме к шести месяцам ребенок уже хочет и любит общаться с родителем, может поддержать с ним эмоциональный диалог, умеет сам привлекать внимание родителя. В это возрасте интерес ребенка постепенно переключается со взрослого на собственную активность в окружающем мире. Мир становится интересным: ребенок хочет все потрогать, достать, облизать, переложить из ручки в ручку. Особое внимание привлекают незнакомые, яркие, звучащие или мигающие предметы. Но для медлительного малыша такая стимуляция является избыточной и может только отпугнуть его. В этот период родителю важно научиться разбираться в том, что нравится, а что не нравится его малышу, придумывать новые игры со старыми игрушками, а новые игрушки вводить осторожно. До года должно появиться деловое сотрудничество ребенка со взрослым: это новая форма общения, в которой родитель становится для малыша авторитетом в области игры и источником интересного: он раскроет секреты всех вещей, всегда покажет что-то новенькое в игре. Замечено, что любознательность и любопытство ребенка развивает не только коммуникацию, но и двигательную сферу: ему хочется достать привлекательную игрушку, он ползет к ней, он молниеносно открывает шкафчики и вытаскивает из них все содержимое. Вот такую активность, которая доставляет много хлопот родителям медлительного ребёнка придется стимулировать: нужно специально создавать такие условия, чтобы ребенок проявил двигательную активность, подполз, встал, дотянулся, перевернулся, подтянулся...

4. Умения ребёнка. Возраст от года до трех – это золотое время для овладения ребенком различными умениями позаботиться о себе в быту: научиться самому есть, пользоваться краном, мылом и полотенцем, ходить в туалет или на горшок, одеваться и раздеваться и т.д. У медлительного ребёнка есть большой риск не овладеть такими умениями в этот период: он все делает очень медленно, ему нужно больше времени и для того, чтобы вспомнить последовательность действий. Родителя, особенно, если он сам по темпераменту активный и подвижный, будут раздражать эти качества ребёнка. Он скорее и лучше сделает все за малыша, не даст созреть и проявиться его желанию. Родителю опять надо вспомнить про терпение, а также научиться оказывать ребёнку эмоциональную поддержку – видеть

успехи ребёнка, подбадривать и добиваться самостоятельного достижения результата, фокусировать его внимание на том, что получилось. Для этого понадобится много времени, поэтому родителю стоит овладеть умением организовывать своё время и время ребёнка: собираться заранее, предоставлять ребёнку времени для выполнения дел в избытке. Также можно составить распорядок дня в фотографиях или в картинках, иллюстрирующих последовательность этих событий. Такому малышу будет проще, если уклад его жизни будет постоянным и стабильным, без неожиданностей и сюрпризов, с дозированной нагрузкой.

Кратко схематично риски в развитии «удобного» ребёнка описаны в таблице:

Таблица 1. Риски в развитии «удобного ребёнка»

Что наблюдаем?	Когда?	Что для этого нужно родителю?
Эмоциональное оживление в ответ на обращение взрослого	2 – 3 мес	<ul style="list-style-type: none"> • Умение «заражать» ребёнка эмоционально, привлекать его внимание через эмоциональное обращение к нему • Умение подождать ответ ребёнка и, тем самым, поддержать диалог, обмен эмоциями
Инициативу	3 – 6 мес	<ul style="list-style-type: none"> • Умение подождать и дать ребёнку выразить своё желание общаться, играть
Интерес к окружающему миру (и через это – двигательную активность)	6 – 12 мес	<ul style="list-style-type: none"> • Умение предъявлять игрушку • Умение показывать игровые способы действий • Умение вовлекать в совместные игры и дела • Умение создавать для ребёнка двигательные задачи
Увеличение умений в самообслуживании	1,5 – 3 года	<ul style="list-style-type: none"> • Умение заметить и поддержать достижения ребёнка • Умение подождать, организовать время так, чтобы ребёнку его хватало

Универсальное качество, которое понадобится родителю медлительного ребенка в любом возрасте – умение взять паузу и подождать, дожидаться ответа, дожидаться его неспешного результата. Это действительно то, что жизненно необходимо медлительному малышу: ситуация спешки является стрессом для него. Если медлительного малыша торопить, то ускорения результата не будет, а может проявиться агрессия, возмущение, обида или протест, отказ от выполнения.

Самое важное – нужно твёрдо помнить, что ребёнку необходимо внимание родителей, даже если он его не просит. Внимание и поддержка родных даёт ребёнку силы расти и развиваться. Родители возразят, что не всегда есть возможность проводить с ним больше времени. Для проявления внимания к ребёнку не нужно много времени. Внимание родителя должно быть сосредоточено на качественном общении с ребёнком во время ежедневных будничных моментов: кормления и одевания, купания и прогулки. Привычка быть внимательным к внутреннему миру, к душе ребёнка изменит отношение родителя к нему, повысит терпимость к его медлительности.

Полезная литература:

1. Баенская, Е.Р. и др. Научитесь общаться с младенцем: Пособие для родителей / Е.Р.Баенская, И.А.Выродова, Ю.А.Разенкова /Под ред. Ю.А.Разенковой. – М.: Просвещение, 2008.
2. Баенская, Е.Р. Психологическая помощь при нарушениях раннего эмоционального развития: методическое пособие / Е.Р. Баенская, М.М. Либлинг. – М.: Полиграф сервис, 2001
3. Брамбринг, М. Воспитание слепого ребенка раннего возраста в семье / М. Брамбринг; пер. с нем. В.Т. Алтухова; науч. ред. рус. текста Н.М. Назарова. – М.: Академия, 2003
4. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? / Ю.Б. Гиппенрейтер. – М.: Аст, 2008.
5. Громова, О.Е. Путь к первым словам и фразам: пособие для родителей / О.Е. Громова. – М.: Просвещение, 2008
6. Игры с детьми второго и третьего года жизни / Под ред. Ю.А. Разенковой. – М.: Школьная Книга, 2020.
7. Игры с детьми младенческого возраста /Ю.А.Разенкова, И.А.Выродова. – 3 – е изд. перераб. и доп. – М.: Школьная книга. – Программа «Счастливый ребенок», 2017.
8. Как развивается ваш малыш: Пособие для родителей / Е.Р.Баенская, О.Е.Громова, Ю.Ю.Коваленко, Т.П.Кудрина, Ю.А.Разенкова и др. / Под ред. Ю.А.Разенковой. – М.: Просвещение, 2008.
9. Кудрина, Т.П. Взаимодействие матери и слепого младенца: удовольствие от совместной игры [Электронный ресурс] / Т.П. Кудрина, Ю.А. Разенкова // Альманах Института коррекционной педагогики РАО. — 2017. – Вып. № 28. – Режим доступа: <https://alldef.ru/ru/articles/almanac-28/the-interaction-of-mother-and-blind-baby-great-fun>
10. Лисина, М.И. Проблемы онтогенеза общения / М.И. Лисина // Формирование личности ребенка в общении. – СПб.: Питер, 2009.
11. Лисина, М.И. Общение с взрослыми у детей первых 7 лет жизни / М.И. Лисина // Хрестоматия по детской психологии: от младенца до подростка: учебное пособие. – М.: Московский психолого-социальный институт, 2008.

12. Мама + папа= Я. Ребенок от рождения до года: Книга для родителей / И.А.Выродова, Л.Г.Голубева, М.И.Лелюхина, М.Н.Лещенко, Ю.А.Разенкова и др. / Под ред. Ю.А.Разенковой. – М.: Школьная Пресса, 2007.
13. Никольская, О.С. Аффективная сфера как система смыслов, организующих сознание и поведение/ О.С. Никольская. – М.: МГППУ, 2008.
14. Никольская О.С., Баенская Е.Р., Либлинг М.М. Проблемы семьи, воспитывающей ребенка с аутизмом // Детская и подростковая психотерапия: учебник для бакалавриата и магистратуры/под ред. Е.В. Филипповой. – М.: Юрайт, 2018.
15. Петрановская Л.В. Тайная опора. Привязанность в жизни ребенка / Л.В. Петрановская. – М: Аст, 2015.
16. Разенкова, Ю.А. Трудности развития общения у детей раннего возраста с ограниченными возможностями здоровья: выявление, предупреждение и коррекция. Монография / Ю.А.Разенкова. – М.: Полиграф Сервис, 2017.
17. Разенкова Ю.А., Кудрина Т.П., Одинокова Г.Ю., Теплюк С.Н. Лепим, рисуем, творим...; под ред. Разенковой Ю.А. – М.: Школьная Пресса, 2010.
18. Ребёнок 2-3 лет. Советы родителям и воспитателям от ведущих специалистов страны / Под ред. Ю.А. Разенковой. – М.: Школьная Книга, 2020.
19. Ребенок от года до двух: Пособие для родителей и педагогов / Н.Н.Авдеева, И.А.Выродова, Л.Н.Галигузова, Л.Г.Голубева, Г.М.Лямина, Ю.А.Разенкова и др. / Под ред. С.Н.Теплюк. – М.: Мозаика-Синтез, 2008.
20. Ребёнок третьего года жизни. Пособие для родителей и педагогов / Под ред. С.Н. Теплюк. – М.: Мозаика-Синтез, 2011.
21. Стребелева, Е.А. Коррекционно-развивающее обучение детей в процессе дидактических игр: Пособие для учителя-дефектолога / Е.А. Стребелева. – М.: ВЛАДОС, 2008.
22. Циммер Р. Компетентный малыш. Руководство для родителей с многочисленными примерами увлекательных подвижных игр. От рождения до трех лет / Р. Циммер. – М.: Теревинф, 2019.