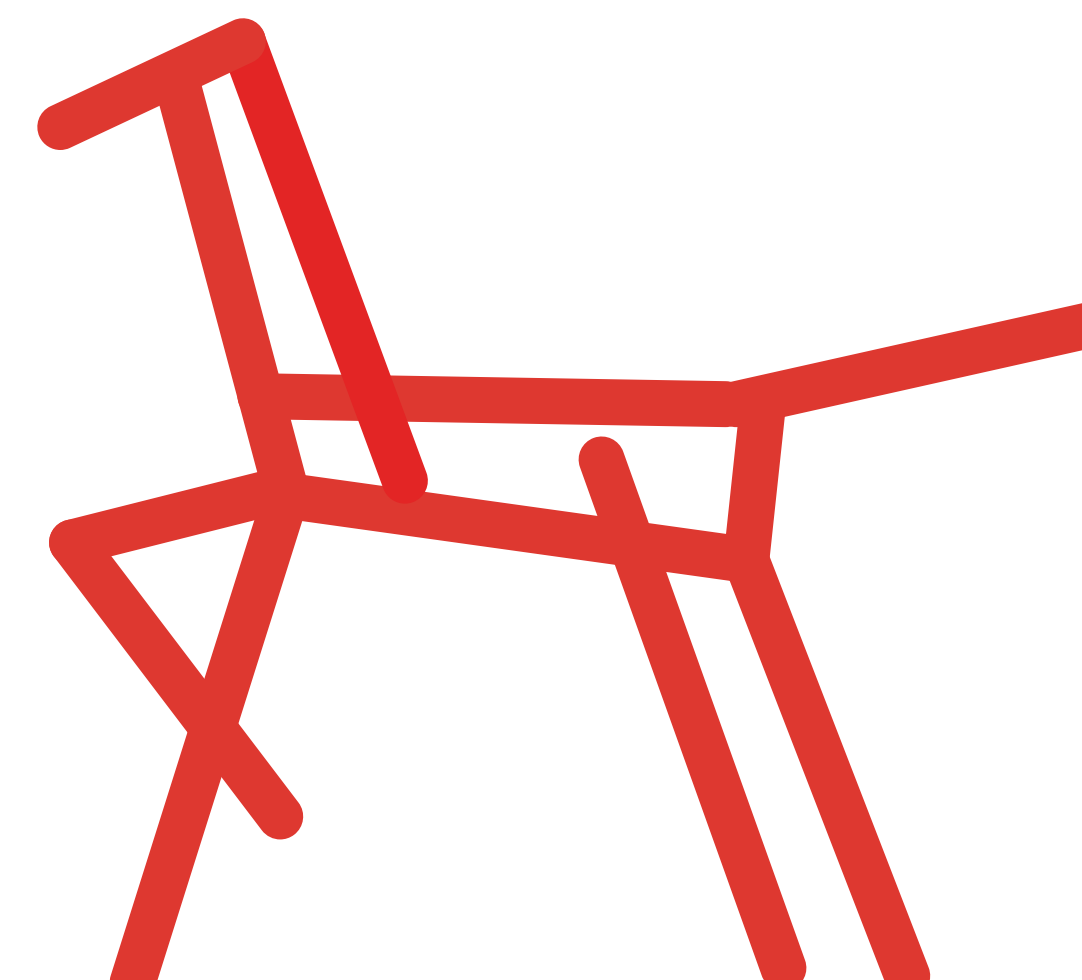


АЗБУКА СЧАСТЛИВОЙ СЕМЬИ. Урок 3.6. Как помочь ребенку справиться с последствиями травм?



Программа «Азбука счастливой семьи»

www.azbukasemi.ru

**Развитие
родительской
осознанности**



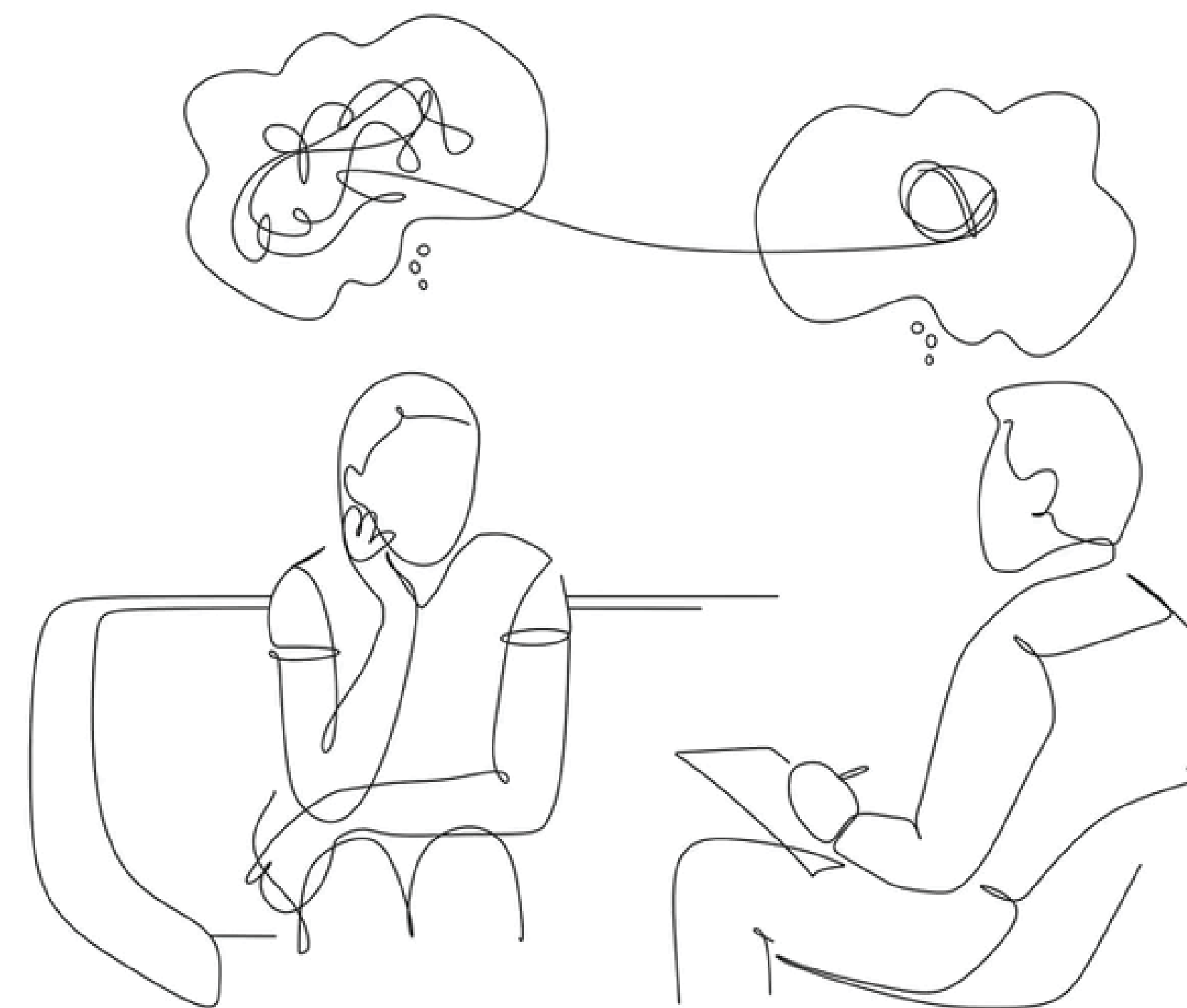
Блоки программы:

- Семейная система
- Привязанность
- Детские психологические травмы
- Трудное поведение
- Взросление и сепарация детей



Бережно к себе

Просветительский курс «Азбука счастливой семьи» дает понимание детских психологических травм, помогает их обнаружить (если они имели место), но не способен реабилитировать. При обнаружении травмы требуется помощь специалиста (психолога, психотерапевта).



Формирование личности ребенка

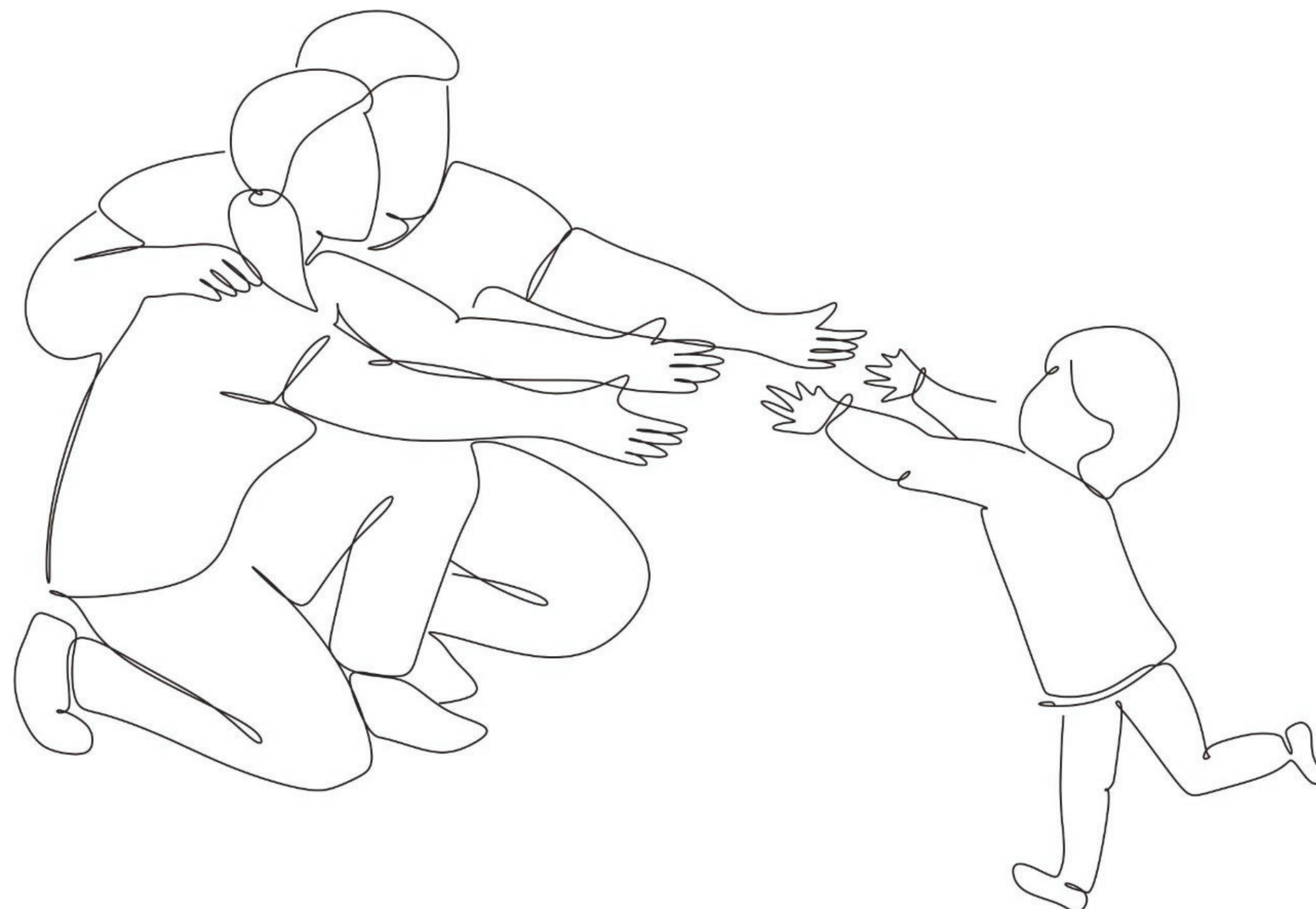


*Лидия Ильинична Божович,
профессор, д.п.н.*

«Формирование личности ребенка определяется соотношением между тем местом, которое он занимает в системе доступных ему человеческих отношений (а следовательно, и между соответствующими требованиями к нему), с одной стороны, и теми психологическими особенностями, которые у него уже сформировались в результате его предшествующего опыта, — с другой. Именно из этого соотношения возникает та внутренняя позиция ребенка, т. е. та система его потребностей и стремлений (субъективно представленных в соответствующих переживаниях), которая, преломляя и опосредствуя воздействия среды, становится непосредственной движущей силой развития у него новых психических качеств».

Чья роль — ключевая?

Мы не можем, как бы ни мечтали об этом, оградить детей ото всех бед: предотвратить смерть горячо любимой бабушки, избежать расставаний и разводов, уберечь от всего в мире. И это не нужно! Но последствия всегда можно смягчить — благодаря хорошим отношениям с родителями.



Восемь правил помощи

1. Принимать ребенка безусловно

Чем хуже поведение ребенка, тем очевиднее сигнал SOS, который он посылает нам, родителям.
Наш ребенок всегда хороший.
Всегда любимый. Да, он может совершить необдуманный поступок.
Но это поступок плохой, а не он сам.



Восемь правил помощи

2. Принимать эмоции ребенка

Каждый человек имеет право чувствовать то, что он чувствует. «Не злись», «не кричи», «не дерись» в качестве родительских директив не просто не работают, они вызывают еще большую агрессию.



Восемь правил помощи

3. Учитывать психологический возраст

Ребенку с нарушенным эмоциональным возрастом необходимо отношение в соответствии с ним. Если десятилетний ведет себя как трехлетний, значит, мама с папой превращаются в родителей трехлетки.



Восемь правил помощи

4. Сверять свои требования с возможностями ребенка

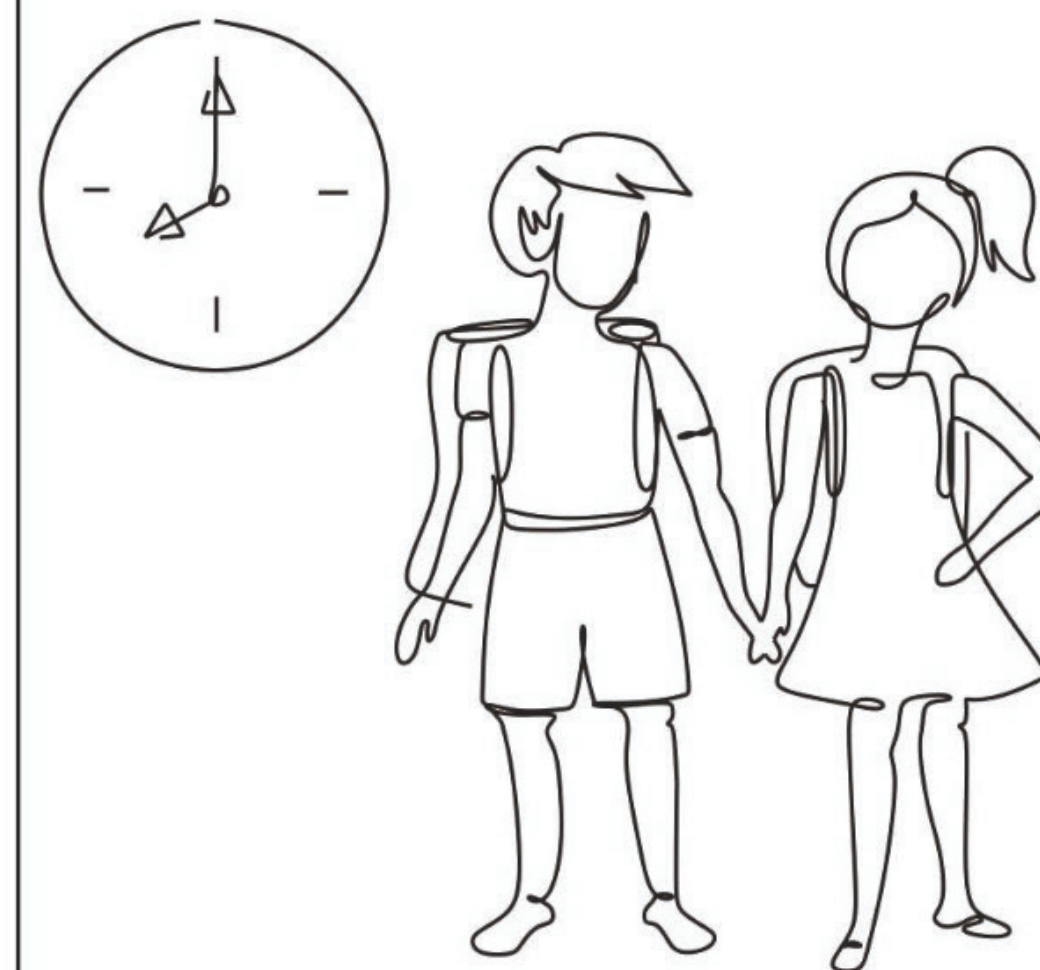
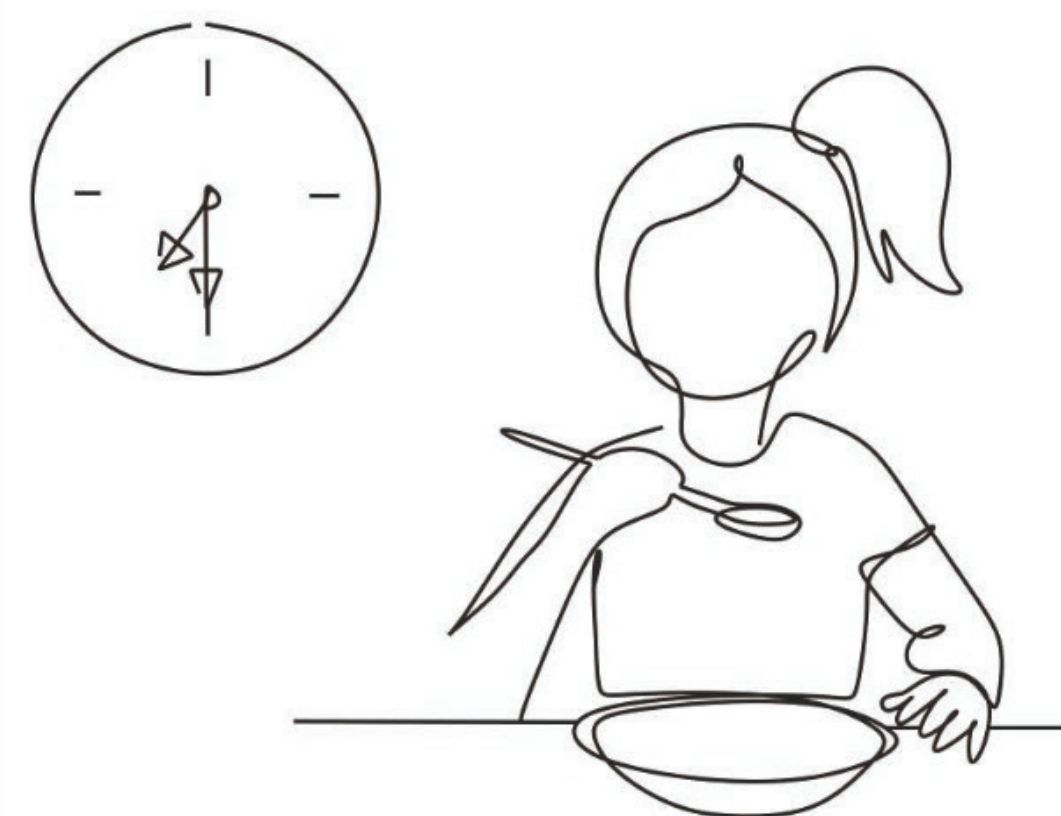
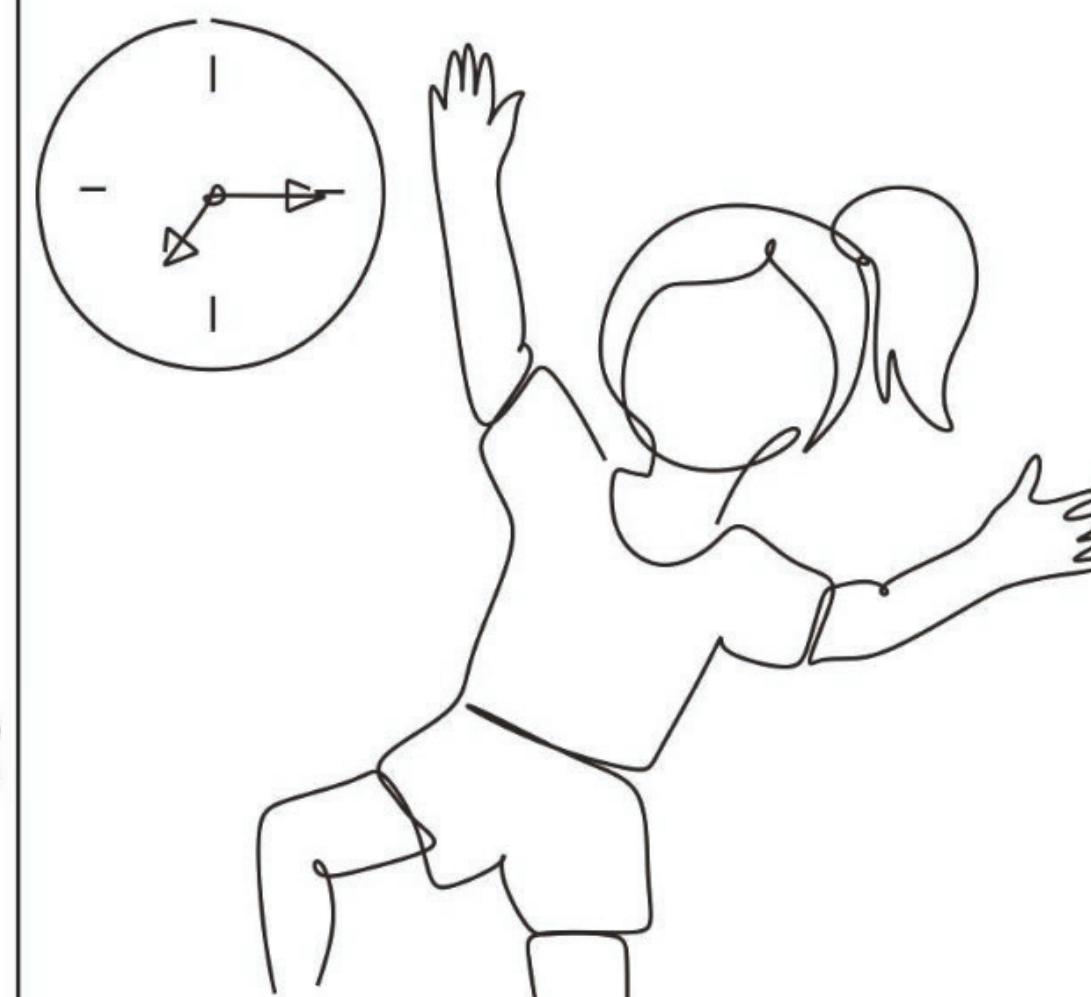
Если у ребенка что-то не получается, это не его вина. Проблема в том, что взрослые дают ребенку задания не по возрасту и не по умениям.



Восемь правил помощи

5. Соблюдать последовательность и ритуалы

В любой, даже самой стрессовой
и нестабильной ситуации важно
соблюдать определенный
распорядок жизни, о котором
дети должны знать.



Восемь правил помощи

6. Соблюдать четкие правила

НАШИ ПРАВИЛА:

- Уважение к родителям и всем членам семьи
- Учеба — ответственность детей
- Обязанности по дому есть у каждого
- Ответственность за свои поступки и решения

С любовью, ПАПА И МАМА

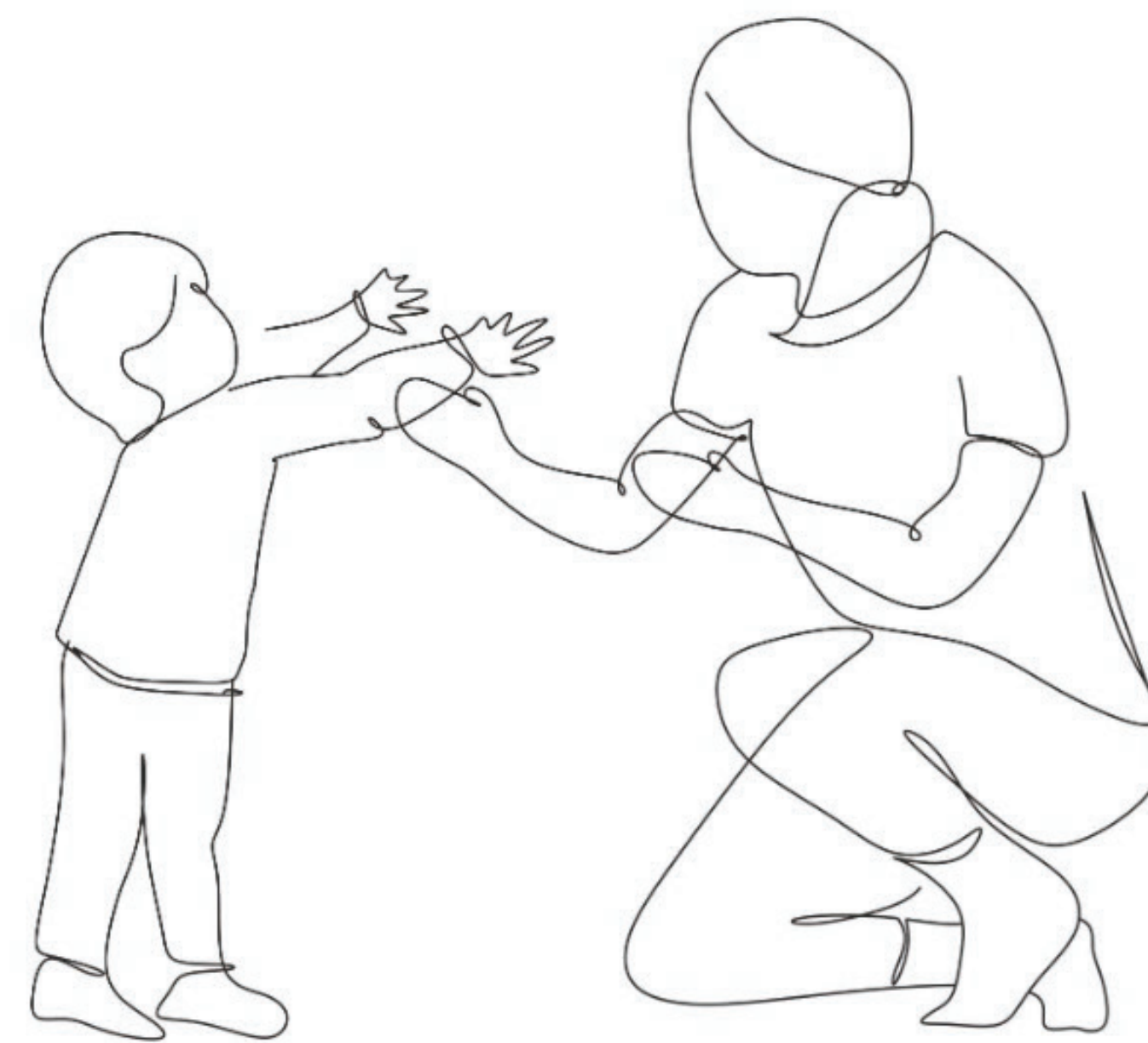
В любой, даже самой стрессовой и нестабильной ситуации важно соблюдать определенный распорядок жизни, о котором дети должны знать.



Восемь правил помощи

7. Помнить — родители в ответе

Что бы ни происходило в наших отношениях с ребенком, необходимо помнить — за все отвечает взрослый. Чтобы помочь ребенку, важно сохранять взрослую позицию за собой.

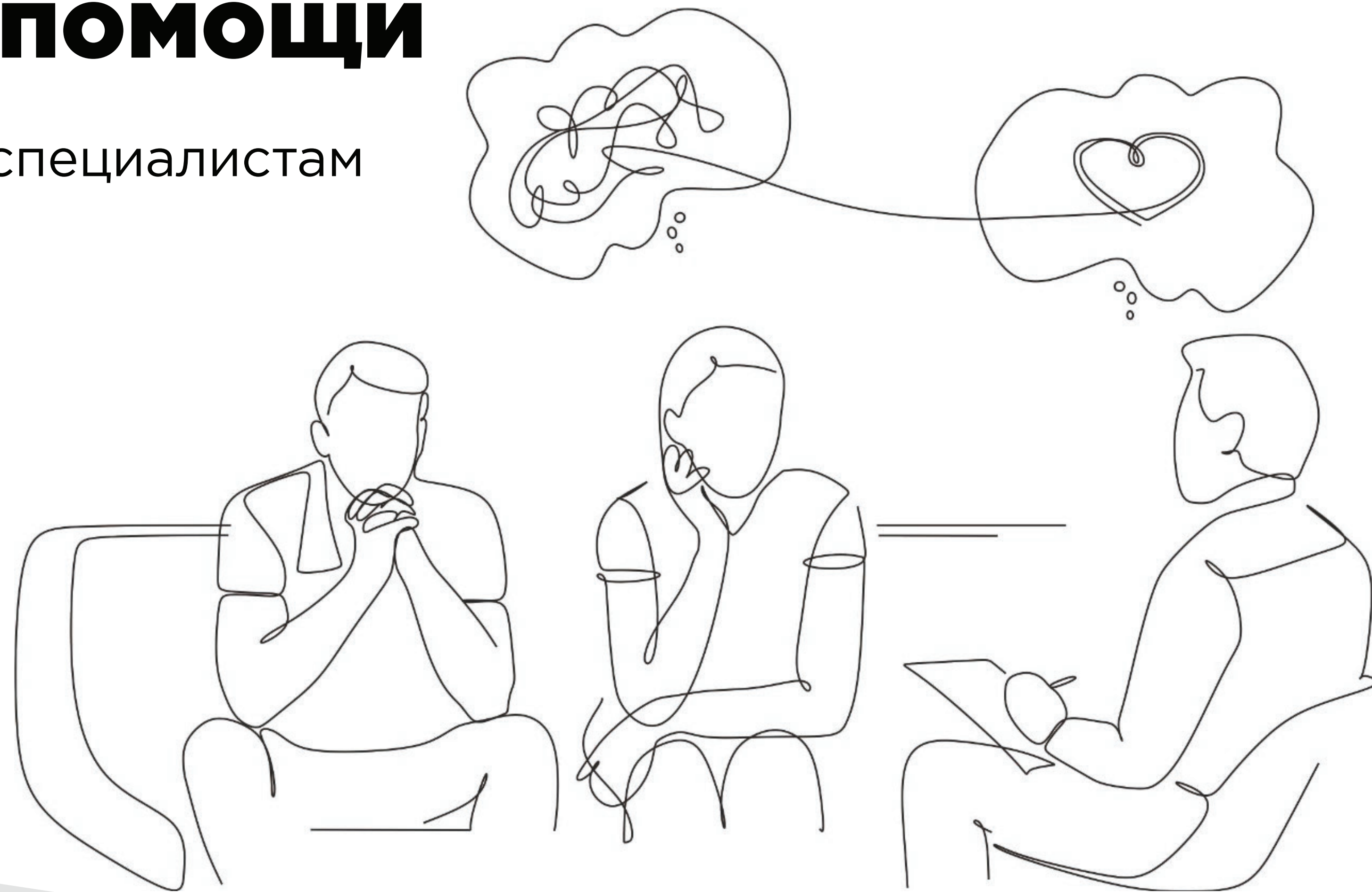


Восемь правил помощи

8. Обращаться за помощью к специалистам

- Психолог
- Психотерапевт
- Психиатр

У ребенка, который рос в семейной обстановке, с достаточно хорошими родителями и вне насилия, глубоких приобретенных нарушений как правило не возникает.



Памятка для родителей

Создание терапевтической среды для ребенка

- 1.** Принимайте своего ребенка безусловно
- 2.** Принимайте любые эмоции ребенка
- 3.** Учитывайте психологический возраст ребенка
- 4.** Сверяйте свои требования с возможностями ребенка
- 5.** Соблюдайте последовательность и ритуалы
- 6.** Соблюдайте четкие правила в семье
- 7.** Помните — родитель в ответе
- 8.** Обращайтесь за помощью к специалистам.



Главная мысль урока

Что бы ни происходило в ваших отношениях с ребенком, необходимо помнить — за все отвечает взрослый. Чтобы помочь ребенку, важно сохранять взрослую позицию за собой. И искать внутренние, а также внешние ресурсы для того, чтобы справляться с этой задачей.



Упражнения на дом

- 1.** Если ваш ребенок чем-то огорчен и ведет себя так, словно он младше своего биологического возраста, воздержитесь от критики.
- 2.** Постарайтесь в этот момент обнять его, если он позволит или взять на ручки, если это еще возможно, и сказать слова утешения: «Мне жаль, что не вышло как ты хотел», «Это очень обидно».
- 3.** Практикуйте навык принятия эмоций ребенка каждый день.



Список литературы

Раздел «Библиотека» на azbukasemi.ru

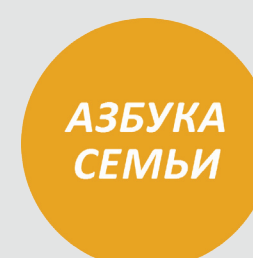


«Библиотека»
на azbukasemi.ru

”

Судьбы мира вершатся в детских. Именно там решается, станут ли завтрашние мужчины и женщины душевно здоровыми людьми доброй воли или искалеченными индивидами, пользующимися каждым случаем, чтобы осложнить жизнь своим ближним.

Астрид Линдгрен



ИНСТИТУТ ИЗУЧЕНИЯ ДЕТСТВА,
СЕМЬИ И ВОСПИТАНИЯ
РОССИЙСКОЙ АКАДЕМИИ
ОБРАЗОВАНИЯ