

# УРОК #1: НЕОПРАВДААННЫЕ ОЖИДАНИЯ РОДИТЕЛЕЙ И НЕЗРЕЛОСТЬ ДЕТЕЙ

Одна из причин непослушания и трудного поведения детей лежит в том, что МЫ ОЖИДАЕМ ОТ НИХ СЛИШКОМ МНОГОГО:

- Родители изначально предъявляют детям нереалистичные ожидания.
- Требуют от детей того, что те ещё не в состоянии выполнить.

Почему так происходит? Дело в том, что большинство родителей очень слабо представляют себе, как ребёнок на самом деле растёт и развивается. О развитии и созревании мозга ребенка родители обычно знают очень мало. Но если мы обратимся к специалистам и посмотрим на последние исследования взросления детского мозга мы увидим, что у мозга есть свои плюсы и свои слабые стороны.

## ПЛЮСЫ:

- **Адаптивность.** Ребенок может приспособиться практически к любой среде обитания и любым условиям.
- **Развитой мозг** человека ни в какое сравнение не идёт с мозгом любого животного.
- **Мозг человека может:** сочувствовать, фантазировать, учиться, совершенствоваться.
- **У человека есть:** сознание, личность, свобода выбора.

## МИНУСЫ:

- Младенец появляется на свет **крайне зависимым** от своего родителя.
- Мозг человека формируется и **развивается очень медленно. До 25 лет.**
- Настройка мозга и психики человека **нуждается в создании особого безопасного, питающего и поддерживающего окружения.**
- Для успешной реализации потенциала ребенка жизненно необходима **безопасная и надёжная привязанность** со своим взрослым.
- Неблагоприятная среда и нарушения привязанности **могут очень пагубно отразиться** на формировании психики и личности человека.
- **Мозг ребенка — это тонкий инструмент.** Который нуждается в длительной заботе, (как минимум первые 13 лет).

*Специалисты, которые рассказывают об этом в своих работах: Дэниэл Дж. Сигел, Тина Пэйн Брайсон, Людмила Петрановская, Альфи Кон, Габор Мате, Гордон Ньюфелд и многие другие.*

## Нормы и правила связанные с возрастом

Не зря в истории и даже законодательстве некоторых стран есть определённые нормы, связанные с возрастом детей:

- В традиционном еврейском обществе ребенок считается взрослым и начинает нести ответственность перед Торой **после 13 лет.**
- В Канаде до сих пор запрещено оставлять детей **до 12 лет** дома одних. Это может быть воспринято, как пренебрежительное отношение к ребенку.

То, что мы знаем из последних исследований мозга ребенка — это то, что **лобные доли мозга (рациональный мозг) обычно полностью формируются только к 11 годам. Не раньше, и даже позже.**

# Как растут и развиваются мозг и психика ребенка?

**ДО ГОДА** ребенок не отделяет себя от матери и поддерживает связь с ней исключительно через ощущения: прикосновения, запах, вкус, звуки, тактильные ощущения. Никакие другие способы чтобы знать о любви, заботе и привязанности мамы для мозга ребенка ещё не существует.

**ПОСЛЕ ДВУХ-ТРЕХ ЛЕТ** ребенок начинает осознавать себя. Ощущать и выделять свои эмоции и желания. Он отделяется от мамы и начинает понимать, что он отдельный от неё человек. Но опять же этом возрасте мозг ребенка еще не способен учитывать интересы других людей, строить адекватные отношения с ровесниками, контролировать свои эмоции, останавливать импульсивное поведение.

**ДО 5-7 ЛЕТ** в силу незрелости мозга лет ребенок НЕ СПОСОБЕН:

- Контролировать свое поведение, когда он очень чего-то хочет.
- Удерживать две мысли в голове одновременно.
- Сдерживать обещания.
- Поддерживать договоренности.
- Быть вежливым, когда расстроен.
- Осознавать и направлять свои сильные эмоции.
- Строить отношения со сверстниками.
- Быть усидчивым и сосредотачиваться на чём-то более 10 минут к ряду.

Многие дети продолжают быть незрелыми, зависимыми импульсивными **ДО 11-13 ЛЕТ**. И весь предыдущий список проблем относится и к ним тоже. Это происходит из-за того, что ребенок может быть высокочувствительным или иметь другие особенности психоневрологического развития.

## Непонимание незрелости мешает адекватному развитию!

Если родители не понимают особенностей развития мозга ребенка и требуют от него зрелого поведение там, где ребенок ещё не может его продемонстрировать — это отодвигает физиологическую и психологическую зрелость мозга назад. **Родители своими завышенными ожиданиями мешают адекватному развитию ребенка и травмируют его.**

**Если от незрелого ребенка требовать зрелости:**

- Это делает вашу любовь условной.
- Это разрушает ваши отношения и связь с ребенком.
- Это ожесточает ребенка, и он вместо попыток повторять зрелое поведение будет специально настаивать на негативном поведении.
- Это разрушает безопасную и питательную среду, которая нужна для психики ребенка, чтобы нормально развиваться и расти.
- Это приводит к различным отклонениям в развитии, психосоматическим заболеваниям и расстройствам.

Самая первая задача родителей — это осознать, увидеть и принять незрелость ребенка. Это поможет:

- **Снизить накал** общения в семье.
- **Снизить ожидания от ребенка**, а значит и убрать ваше раздражение, которое у вас появляется, когда ребенок не дотягивается до планки, которую вы для него выставили.
- **Любить ребенка безусловно**, сочувствовать ему и заботиться о нем. Ведь вы видите его слабость и зависимость от вас.
- **Создать для ребенка благоприятную среду** для роста и развития. Которая будет поддерживать ребёнка в его росте, а не мешать ему.

# АНКЕТА НА НЕЗРЕЛОСТЬ

Понаблюдайте за вашим ребенком и отметьте те проявления незрелости, которые вы видите в нем/ней. Помните, что все нижеописанные признаки — это не следы испорченности, бунта и лени. Это проявления незрелости мозга ребенка. Показатели его зависимости и несостоятельности.

## Мой ребенок:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Истерит и громко требует то, чего он хочет.                                       | <input type="checkbox"/> Его трудно увести с площадки или от друзей, когда он заигрался.                      |
| <input type="checkbox"/> Ноет и выпрашивает мое внимание, игрушки, мультики.                               | <input type="checkbox"/> Убегает от родителей на улице.   |
| <input type="checkbox"/> Ведёт себя жестоко по отношению к животным.                                       | <input type="checkbox"/> Он не делится своим с другими и старается быть вежливым.                             |
| <input type="checkbox"/> Не выполняет договоренности.  | <input type="checkbox"/> Похоже, что ребенок часто мастурбирует.  |
| <input type="checkbox"/> Ссорится с ровесниками и не может играть с ними спокойно.                         | <input type="checkbox"/> Не хочет есть сам, хотя умеет это.   |
| <input type="checkbox"/> Думает только о себе и том, что хочет он.   | <input type="checkbox"/> Его постоянно нужно развлекать, он все время хочет быть у меня на руках.             |
| <input type="checkbox"/> Не здоровается с родственниками и друзьями.                                       | <input type="checkbox"/> Не убирает игрушки, хотя мы об этом договорились.                                    |
| <input type="checkbox"/> Требует только маму или только папу, не соглашаясь оставаться с другим родителем. | <input type="checkbox"/> Не слышит меня с первого раза.   |
| <input type="checkbox"/> Не хочет сам одеваться, хотя уже умеет это делать.                                | <input type="checkbox"/> Берет то, что брать нельзя, хотя и знает об этом.                                    |
| <input type="checkbox"/> Обижает младшего sibлинга и говорит на него плохие слова.                         | <input type="checkbox"/> Не выключает вовремя мультики и не отдает планшет, когда экранное время закончилось. |
| <input type="checkbox"/> Когда гневается может ударить, ущипнуть, укусить меня.                            | <input type="checkbox"/> Крадёт.  |
| <input type="checkbox"/> Говорит мне плохие слова и обзывает меня.   | <input type="checkbox"/> Обманывает.  |
| <input type="checkbox"/> Не может сам заснуть вечером и ночью будит меня.                                  | <input type="checkbox"/> Хочет есть только сладкое.   |
| <input type="checkbox"/> Отказывается чистить зубы и не любит мыться.                                      | <input type="checkbox"/> Играет едой и разбрасывает еду.  |
| <input type="checkbox"/> Учит уроки часами, хотя может быстрее.  | <input type="checkbox"/> Все время что-то забывает, его нужно подгонять и напоминать.                         |
|  | <input type="checkbox"/> Делает всё слишком долго.  |
|  | <input type="checkbox"/> Спорит и требует своего.   |
|  | <input type="checkbox"/> Кричит ещё громче, когда просить его быть потише.                                    |

Какое поведение вы замечаете у своих детей? Как часто дети демонстрируют это поведение? Как вы обычно реагируете на такое поведение?

## Помните, что причины этих ситуаций:

- |   |  |
|---|--|
| - Острая нужда в родителе.  | - Неумение организовать свое время, неумение концентрировать внимание. |
| - Неумение понимать и направлять свои эмоции.                       | - Неумение вести себя вежливо, аккуратно и прилично.                   |
| - Неспособность удерживать две эмоции одновременно.                 | - Неумение справиться с одиночеством.                                  |
| - Неспособность справиться с травмирующим окружением, тревожностью. | - Тревожность и необходимость позаботиться о себе.                     |

А значит наша роль как родителей в этих ситуациях — это в первую очередь ЗАБОТИТЬСЯ И ЛЮБИТЬ ДЕТЕЙ. А не требовать того, чтобы они соответствовали нашим обязательствам и вписывались в рамки общественных приличий. **Понимание незрелости - это первый шаг, который поможет нам начать воспитывать детей любовью, а не страхом.**

Больше тут: [www.goncharovaschool.com/8\\_steps](http://www.goncharovaschool.com/8_steps)