ЛЮБІТЬ СВОЮ ДИТИНУ

 Значення батьків у розвитку особистості дитини переоцінити неможливо. Батьки складають перше оточення дитини, в якому вона здобуває важливий життєвий досвід, знання про себе і про світ. З батьківської подачі засвоюються поняття про Добро і про Зло. Основна структура особистості - система уявлень і ставлень до Я (себе), до людей, до світу, яка багато в чому визначає характер і поведінку людини, формується під впливом батьків.

 Ставлення матері до своєї дитини, ще до її появи на світ, може вплинути на майбутній розвиток її особистості. Коли дитина знаходиться в утробі матері, між нею і мамою існує не тільки фізіологічний, але і психологічний зв'язок. Вона відчуває стан та ставлення матері, особливо те, що пов'язані з нею: хоче вона її чи ні, любить чи ні. Вона відмічає також настрій мами: радість, страх, тривогу тощо. Дитина, звичайно, не усвідомлює значення, але вловлює "тон" ставлення, подібно до того, як вона реагує на музику і шуми. Багато з того, що дитина відчуває у внутрішньоутробному стані, відображається на її розвитку. Зрозуміло, що Дитина, яку хотіли і любили ще до появи на світ, поводитиметься інакше, ніж та, на яку не звертали уваги і якій вже тоді доводилося захищатися від негативного впливу батьків і оточення. Коли дитина народжується, вона беззахисна, безпорадна і залежна. У неї немає ні здатності керувати собою, ні здатності зустріти життя. Єдиним орієнтиром, необхідним для формування образу самої себе і навколишнього світу, є ставлення до неї близьких, їхня реакції на неї. Вона приймає все, що адресовано їй зі світу - чи то усмішка, ласкаве слово, чи неза-доволений погляд, докір. Оскільки маленька людина не має слів для того, щоб оформити свої переживання, її реакції на ставлення близьких виявляються в почуттях. Ці почуття "записуються" в її внутрішньому світі, поповнюють сховище даних про себе і про світ. Переживання перших років житгя накладають відбиток на все подальше життя людини.

Якщо спілкування з батьками має позитивний емоційний фон, дитину люблять безумовно, приймають з усіма "плюсами" і "мінусами", вона знає і відчуває це навіть тоді, коли батьки виражають невдоволення її поведінкою, карають. У неї з'являється почуття цінності власного "Я", упевненість у собі. Доброзичливий до неї світ сприймається як безпечне і стабільне місце, а люди - як надійні і дбайливі, з'являється почуття довіри до оточуючого світу. Упевненість і довіра допомагають малюку виявляти себе, ставати самим собою. Подорослішавши, така дитина буде любити себе і навколишніх, жити "у злагоді" з собою і зі світом.

 Однак батьки можуть бути емоційно холодними, відчуженими, незрілими, не здатними до любові або таким, що не надають їй значення. Відчуження і байдужість батьків породжує в дитини відчуття нікчемності, непотрібності, малоцінності. На основі цих переживань розвивається тривога - почуття безпорадності і самотності в світі, яка уявляється ворожим. Дане почуття порушує правильне уявлення дитини про саму себе, закладає основу комплексу неповноцінності. У майбутньому вона, найімовірніше, виявлятиме або агресію, ворожість, авторитарність по відношенню до навколишніх, або пасивність, залежність, нерішучість, або відчуженість, закритість від людей. Є сім'ї, в яких батьки буквально "загодовують" дитину любов'ю, оточують надмірною опікою, шануванням, захопленням, виконують найменші примхи. Приймаючи безмежну любов і відчуваючи свою надцінність незалежно від своїх реальних якостей, дитина стає себелюбною, егоїстичною, вимогливою до інших, але не до себе. Виростаючи, вона виявляє "власницький" характер: інші повинні належати тільки їй, задовольняти тільки її потреби, так само, як раніше це робили батьки.

 У психології існує таке поняття, як умовна любов, при якій дитина отримує ніжність і ласку як ногороду тоді, коли батьки нею задоволені. Дитину люблять! за "щось", приймають тільки тоді, коли вона поводиться відповідно до вимог і очікувань батьків, коли слухняна, подає надії на майбутнє. За таких умов дитина стикається з тим, що батьки цінять одні й відкидають інші прояви її особистості. Одним з несприятливих наслідків такого ставлення є установка: "Любов потрібно заслужити покірною поведінкою", яка у дорослої людини виявиться рисами комформності, залежності від інших, надмірною поступливістю. Така дитина пригнічує свою індивідуальність заради отримання визнання і любові навколишніх, боїться сказати! "ні", дозволяє іншим "експлуатувати" себе, оскільки! вважає, що любити її можна лише за щось, наприклад, за чуйність.

 Важливо зазначити, що особливу роль у формуванні особистості дитини грає те, наскільки задовольняються її основні потреби фізіологічна потреби-любові, безпеки і визнання. Якщо ці потре- би задовольняються повною мірою - дитина росте! без особливих труднощів. Депривация, недостатнє задоволення будь-якої з цих потреб перешкоджає формуванню основних структур особистості (почуття власного достоїнства, упевненості в собі тощо), які допомагають людині жити в гармонії з собою і навколишнім середовищем.

Розглянемо ці потреби послідовно.

1. Фізіологічні потреби (у їжі, у сенсорній стимуляції) .

Коли мати годує дитину грудьми, вона не тільки забезпечує нормальне зростання її організму, але і "насичує" його вітальністю, життєвою силою, необхідною для подолання життєвих труднощів. Відсутність грудного молока, штучне живлення може призвести до дефіциту життєстійкості особистості. Ніжні дотики, пестощі мами допомагають малюку відчути себе, відчути межі свого тіла, яке протягом життя залишається опорою для самоусвідомлення.

2. Потреба у безумовній любові.

Потреба в батьківській любові - справді життєво необхідна потреба маленької людської істоти. Якщо в перші роки життя любов батьків забезпечує життя і безпеку дитини, то в процесі дорослішання, виконує функцію підтримки рівноваги внутрішнього, емоційного і психологічного світу дитини. Вона полягає в тому, щоб бути для когось значущим, займати певне місце в житті і серці цієї людини. Це потреба в доброму і м'якому ставленні. Це також потреба дитини в тому, щоб у ній бачили її саму, а не когось іншого, щоб не порівнювали з тією або іншою дитиною. Простіше кажучи, це потреба бути в очах інших людей неповторним і єдиним. Любов і прийняття людиною самої себе залежить від того, наскільки її любили і приймали в дитинстві батьки.

3. Потреба у безпеці.

Діти - тендітні істоти. Вони входять в незнайомий світ складний і небезпечний. Пройдуть роки, перш ніж вони стануть дорослими, знайдуть і посядуть своє місце в суспільстві. Всі ці роки вони відчувають потребу в захисті, порятунку від страху і прикрощів. Вони потребують присутності батьків, які не бояться життя, які досить стійкі для того, щоб спокійно прийняти їхні страхи, допомогти їм висловити ці страхи, навчитися дивитися в обличчя труднощам. Це потреба відчувати опору в своїх рідних.

4. Потреба у повазі.

Для того, щоб відчувати себе упевнено, усвідомлювати свою корисність і значущість, дитині необхідно, щоб хтось схвалював її дії, визнавав досягнення, вірив у її можливості.

Важливо зазначити, що незадоволена в дитинстві потреба стає основною мотивуючою силою дорослої особистості. Наприклад, людина, позбавлена в дитинстві контакту з матір'ю, її турботи і захисту постійно шукає захищеності в навколишньому світі: в стабільній роботі, в сім'ї, в придбанні страховки і таке інше. Невизначені ситуації переживаються нею надто болісно, оскільки нагадують дитячу травму. Вона постійно прагне заповнити дефіцит почуття упевненості.

Отже, як було зазначено вище, уявлення дитини про себе формуються внаслідок взаємодії з дорослими, передусім значущими і небайдужими. Близьке оточення є для дитини дзеркалом, у якому вона бачить себе, завдяки якому починає себе розуміти. Оскільки батьки авторитетні для дитини, їхня думка особливо не піддається критиці, багато з того, що вони кажуть на її адресу, автоматично стає частиною її особистості, її уявленнями про себе. Самооцінка, оцінка своїх можливостей і перспектив спочатку складається на основі оцінок і ставлення батьків. Надалі дитина, сама того не усвідомлюючи, діє відповідно до батьківських прогнозів. Наприклад, висловлення батька "З тебе нічого путящого не вийде" може запрограмувати дитину на невдачу в житті. Висока самооцінка сприяє особистісному зростанню, самоствердженню дитини. Занижена або завищена заважає розкриттю індивідуальності, сприяє формуванню комплексів (неповноцінності, переваги).

У сім'ях, у яких позитивно оцінюють особистість дитини, виявляють віру в її можливості, звертають увагу на досягнення, не перебільшуючи їх при цьому, поважають її думку, надають підтримку, у неї формується висока самооцінка. Рівень домагань такої дитини, те, на що вона претендує в житті, те, чого прагне досягнути, відповідає її можливостям. У майбутньому вона зможе ставити перед собою реальні цілі і досягати їх. Дитина із заниженою самооцінкою росте в сім'ї, в якій батьки байдужі до неї, включаються в її життя тоді, коли виникають проблеми, зокрема, з успішністю, а звичайно мало цікавляться заняттями і переживаннями своєї дитини. Негативно відгукуючись про дитину, акцентуючи увагу на її помилках і невдачах, порівнюючи з іншими, більш успішними дітьми, батьки формують негативне самосприйняття.

Дитина з низькою самооцінкою не претендує на багато що в житті - ні в теперішньому часі, ні в майбутньому, не ставить перед собою високих цілей, оскільки не впевнена, що зможе їх досягнути, постійно сумнівається у своїх можливостях, які в реальності вищі, ніж вона передбачає. Вірджінія Сатир, відомий сімейний психолог, стверджувала, що всі болі людини, її проблеми і навіть злочини - все це результат низької самооцінки, яку люди не могли ні усвідомити, ні змінити.

Завищена самооцінка формується тоді, коли дитину виховують за принципом кумира сім'ї, її постійно хвалять, вважають винятковою, чекають від неї високих результатів, орієнтують на першість у всьому. Виростаючи, така дитина багато чекає від життя: популярності, матеріального благополуччя. Однак не вміє співвідносити свої можливості з вимогами ситуації. Розраховуючи тільки на успіх, невдачі переживає як трагедію.

 Вплив батьків на становлення особистості дитини відбувається не тільки прямим, але і опосередкованим способом. Багато хто з психологів вважає, що особистість формується шляхом навчання та ідентифікації (ототожнення) зі значущими людьми. У нормі дівчатка ідентифікують себе з мамою, хлопчики - з татом. Наслідком ідентифікації є інтроекція, "вбирання" в себе цінностей, установок, рис характеру когось із батьків. Ототожнюючись з одним із батьків, дитина засвоює його способи поведінки, тобто починає поводитися подібним чином. Спостерігаючи за поведінкою близьких дорослих, дитина вчиться бути чуйною, альтруїстичною, агресивною тощо. Ставлення батьків до сусідів, до друзів, до роботи, до грошей фіксується в сфері психіки дитини, що не усвідомлюється, і поступово стає її ставленням. Наприклад, якщо мама в присутності дитини підвищує голос на свою матір, то згодом вона буде також неуважно ставитися до неї самої. А слова мами "Ну як можна жити на таку зарплату, краще задушитися" можуть стати для дитини схемою того, як треба чинити у важкий період життя. Система цінностей і норм поведінки формується через спостереження і моделювання поведінки батьків.

 Однак не потрібно вважати, що дитина - це "чиста дошка " (ІаЬиІа газа), на якій під впливом соціуму "пишуться" характеристики особистості. Дитина народжується з генетичне заданими властивостями, що складають основу її індивідуальності. Базові властивості особистості, які називають темпераментом, обумовлюють індивідуальний спосіб реагування (поведінки) дитини, особливості ЇЇ емоційної сфери. Наприклад, у чутливого, вразливого меланхоліка переважає емоція страху, у збудливого, нестійкого холерика - гніву. У процесі виховання батьки можуть або пом'якшити якісь вроджені якості дитини, або посилити їх. Наприклад, стимулюючи розвиток розсудливості у холерика, батьки можуть допомогти йому стати більш спокійним, навчитися керувати собою. І, навпаки, грубі покарання дитини за її "вибуховий характер, що викликають лише реакцію протесту у відповідь, загострюють ці вроджені якості.

Подібно до дерева, особистість дитини залежить від середовища свого зростання. Звичайно, діти можуть "рости" і в несприятливих умовах, бо сила життя незламна, але при цьому є ймовірність, що зростання їх піде "не в тому напрямі", і особистість буде дисгармонійною.

Рекомендації щодо взаємодії з дитиною

 Почнемо з того, що дитину не треба розглядати як об'єкт виховання. Дитина - це особистість. Вона має право на любов і повагу до себе - такої, якою вона є. Поводитися з нею треба дбайливо, щоб вона розвивалася у згоді з самою собою. Для цього потрібно, передусім, щоб батьки зробили зупинку у своїй гонитві за грошима, кар'єрою, успіхами і спробували побачити у своїй дитині щось прекрасне.

У дитині приховано багато можливостей і талантів. Для того, щоб виявляти себе, втілювати свої можливості у життя, їй потрібне визнання близьких. Віра батьків в обдарування Дитини допомагає їй повірити в себе і виявити здібності.

Дитина повинна бути упевненою в батьківській любові незалежно від своїх сьогоднішніх успіхів і досягнень.

Формула справжнього батьківського прийняття - це не "люблю, тому що ти хороший', а "люблю, тому що ти є, люблю такого, який є".

Спілкуватись з дитиною необхідно на рівних, не принижуючи її гідність, не підвищуючи голосу, не ставлячи її в залежність від вашого стану, настрою.

Виробіть для себе правило не оцінювати негативно особистість дитини, а піддавати критиці тільки невірно здійснену дію або необдуманий вчинок. Наприклад, замість "Ти дуже жадібний хлопчик" можна сказати "Мені шкода, що ти не поділився з сестрою іграшками".

У спілкуванні з дитиною бажано використовувати не узагальнення: "Ти вічно кидаєш рюкзак, де попало", а ситуативні зауваження: "Сьогодні твій рюкзак лежить не на місці". Постійна мова формує образ-Я дитини. Краще в постійній формі оцінювати достоїнства її особистості, а у тимчасовій - негативні вчинки,

Не порівнюйте дитину з іншими дітьми. Більшість дітей хворобливо ставиться як до негативних порівнянь, так і до схвалення дій інших дітей, сприймаючи це як нелюбов до себе. Краще порівнювати поведінку дитини з її поведінкою вчора, акцентуючи увагу на гарних моментах.

Намагайтесь частіше ставити дитину в ситуації, коли вона самостійно робить вибір, що вона може зробити сама. Створюйте сприятливі умови для дитини, щоб вона сама могла домогтись успіху. Це привчає дитину до самостійності, формує віру в себе.

Якщо ви використали більшість методів впливу на дитину, а її негативна поведінка повторюється, реагуйте на це нейтрально та не-емоційно, уникайте конфлікту з дитиною. Необхідно пам'ятати, що нерідко дитина свідомо допускає погані вчинки з єдиною метою - домогтись уваги дорослої людини. У цій ситуації дайте відчути, що більш ефективний спосіб привернути до себе вашу увагу - це добре себе поводити.

Зверніть увагу на те, які норми і цінності ви передаєте дитині своєю поведінкою. Який приклад ставлення до людей, до життя ви їй показуєте. Який спосіб взаємодії з дитиною ви виберете -справа вашого смаку, характеру, освіти, але -- головне - питайте себе частіше: "Якою Я хочу бачити свою дитину в майбутньому? Що Я можу зробити для того, щоб вона росла в гармонії з собою?" У кінцевому результаті процесу виховання кожній дитині необхідно отримати самостійність і свободу думки, любов до світу і бажання його пізнати.