Управление образования Альметьевского муниципального района

Семинар-практикум для родителей

«Привязанность в жизни ребенка - тайная нить»»

 *Корзун Анна Анатольевна, педагог-психолог*

 *Муниципальное бюджетное дошкольное*

 *образовательное учреждение*

 *«Центр развития ребенка - детский сад № 22*

 *«Алсу» г. Альметьевска Республики Татарстан*

Альметьевск, 2016 г.

**Цель:** психологическое просвещение родителей по теме «Теория привязанности».

Ход занятия:

1. Приветствие. Групповое обсуждение по данной теме.

2. Упражнение визуализации «Погружение в детство»

*Используется релаксационная музыка.*

Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол, так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам 5, 6 или 7 лет, представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице, посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице и рядом с вами близкий человек, посмотрите, кто это, вы берете его за руку и чувствуете его теплую надежную руку. Затем вы отпускаете его и убегаете весело вперед, но не далеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему и снова вместе за руку идете дальше и вместе смеетесь над тем, что произошло. А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату, и когда вы будете готовы, вы откроете глаза.

*Обсуждение:*

В этом сюжете актуализируется чувство привязанности и переживание потери, хотя и мгновенной, близкого человека. Ситуация позволяет побыть ребенком и осознать, что значит присутствие надежного взрослого в этом возрасте, какова его величайшая роль для формирования уверенности в дальнейшей жизни.

3. Информационная часть «Привязанность в жизни ребенка. Как она формируется».

1) Стадия донашивания (от 0до 1 года) и кризис 1 года

2) «У юбки» (от 1 до 3) и кризис 3 лет

3) «Нежный возраст» (от 4 до 7) и кризис 7 лет

4) Школа (от 7 до 15) и подростковый кризис

5) Взрослый

4. Сказка о позитивных детско-родительских отношениях «Золотой шар» (Т. Зинкевич – Евстигнеева)

Давным-давно, в одной далекой волшебной стране жили-были Король с Королевой. Они очень любили друг друга. У них был прекрасный дом и верные преданные слуги. И вот однажды, гуляя по саду, Королева вдруг почувствовала необыкновенную радость. И она поняла, что у них с Королем будет ребенок.

Через некоторое время у Короля с Королевой родился сын. Он рос не по дням, а по часам. Он был как маленькое солнышко для всех, кто жил во дворце. Его учили большие мудрецы, а он был очень внимательным учеником. Он много гулял, слушал, как поют птицы, наблюдал за животными. Очень скоро он научился понимать и чувствовать то, что происходило вокруг него.

Шло время, Принц вырос. Он почувствовал внутреннюю потребность посмотреть мир. Увидеть, какие люди живут в других странах, узнать другой уклад жизни. И Принц сказал о своем желании родителям. Король с Королевой опечалились, узнав о решении сына. Но они понимали, как важно для него отправиться в путешествие. И, конечно, благословили его в путь. На прощанье Король с Королевой протянули Принцу Золотой Шар: - Возьми его с собой, в нем вся наша любовь к тебе и та радость, которую ты всегда приносил нам.

Принц поблагодарил родителей, взял Золотой Шар и положил его в карман дорожной куртки, поближе к своему сердцу.

И вот Принц отправился в путь. Он объездил множество стран, познакомился с разными людьми. И везде его согревало тепло Золотого Шара.

Однажды он ехал через поле. Вокруг него летали бабочки, стрекозы. Жужжали пчелы - они собирали мед. Пели птицы - они радовались, что через их поле едет Прекрасный Принц. Пахло цветами и спелой земляникой. И вот на холме Принц увидел Красивый Дворец. Что-то внутри подсказало Принцу, что для него очень важно поехать именно туда. И он направил своего коня по дороге, ведущей к Дворцу.

Когда Принц вошел во дворец, он был поражен его красотой. Всё здесь было удобно и красиво. Как будто кто-то строил этот Дворец специально для него. Золотой Шар, который находился все время около сердца Принца, затрепетал. И Принц понял, что в этом Дворце он найдет что-то очень важное для себя. Он пошел по Дворцу своей легкой и уверенной походкой.

*Обсуждение сказки:* Какое впечатление осталось от сказки? О чём эта сказка? Чему она нас учит? Как вы думаете, почему Принц уехал из родного дома? Что он нашёл во Дворце? В каких ситуациях нашей жизни нам пригодится то, что мы узнали из сказки?

5. Рисование на тему привязанности и полученных образов во время прослушивания сказки.

6. Рефлексия.

Любили тебя без особых причин

За то, что ты дочь,

За то, что ты сын,

За то, что малыш,

За то, что растешь,

За то, что на папу и маму похож.

И эта любовь до конца твоих дней

Останется тайной опорой твоей.

*Приложение*

А что же такое привязанность и как она формируется?

У людей самые беспомощные детеныши и самое долгое детство на планете – четверть жизни – у нас. Прежде чем ребенок сможет обходиться без взрослых, проходят годы.

Каждый, кто родился человеком и вырос, так или иначе прошел этот путь. Каждый, кто растит детей, идет по нему. Сегодня пройдем его, шаг за шагом, от рождения до взрослости, и попробуем понять: как это работает?

**1 этап Донашивание (от 0 до 1 года)**

А начинается у всех одинаково. Девять месяцев полного слияния: общая кровь, общий воздух, общие переживания. Девять месяцев накопления и роста, причудливых изменений и тонких взаимных подстроек – и несколько тяжелых часов на переход из мира в мир, на то, чтобы покинуть теплую вселенную материнского тела и отделиться. Наконец они смотрят друг другу в глаза. Взгляд матери затуманен слезами, а взгляд новорожденного серьезен, ясен и сосредоточен. Полная собранность.

Так начинается история связи, которая соединит ребенка и мать почти так же прочно, как соединяла пуповина.

**Привязанность – витальная потребность, уровень значимости – максимальный. Если ребенок не уверен в своем взрослом, в его привязанности, он будет добиваться подтверждений связи, стремиться ее сохранить и укрепить любой ценой.**

Итак, с первых же минут жизни ребенка между ним и матерью начинают стремительно завязываться нити будущих отношений. Каждое кормление, каждый взгляд, каждое касание, запах – это тонкая, но прочная нить, соединяющая их навсегда. Психологическая пуповина, по которой теперь будут идти от матери к ребенку защита и забота, а от него к ней – доверие и безоглядная любовь. Вот это и есть **привязанность – психологическая пуповина, глубокая эмоциональная связь между родителем и ребенком**.

Иногда этот период называют четвертым триместром беременности, настолько ребенок еще не выглядит полностью присутствующим здесь. В этот период ребенок почти не изменил своего положения по сравнению с беременностью, он все там же, тесно слит с матерью, только переместился по внешнюю стенку живота. И там ему надо побыть еще какое-то время.

1) Кто из нас не слышал: «Не носи на руках, приучишь», «Корми по часам», «Избалуешь, потом на голову сядет».

Наблюдения говорят обратное: малыши, которых не пытались раньше времени отлучить от себя, воспитывать прямо с пеленок намного более самостоятельны и независимы к двум годам. Они не склонны ныть, канючить, постоянно дергать мать и «висеть» на ней, они полны радостной любознательности и вовсе не выглядят «избалованными». А дети, которых очень боялись «приучить к рукам», или чьи мамы не могли с ними быть, ненасытно требуют внимания взрослых, капризничают, изматывают родителей своим вечным недовольством и прилипчивостью.

**Когда потребность полностью, глубоко удовлетворена, за нее нет необходимости держаться. Удовлетворенная потребность освобождает.**

**И наоборот: если в какой-то значимой потребности нас ограничивают, она становится все сильнее.**

Смысл донашивания прост и понятен, если только вспомнить, что ребенок еще не вполне родился: нужно дать ему снова побыть в условиях, похожих на привычные, на его жизнь в матке, ведь другой он пока не знает. Тесно, со всех сторон, охватить мягким и теплым (руками, пеленками), качать, как покачивается живот женщины при любом движении. Дать немного побыть еще там, в полубытии, доспать, дозреть в тепле и покое. Не выдергивать в одиночество раньше времени, это не прибавит ребенку «самостоятельности», а родителям покоя.

**Именно полностью удовлетворенная потребность быть зависимым, получать заботу и помощь приводит к независимости и к способности обходиться без помощи. У вас есть только один способ сделать сосуд полным – заполнить его.**

***!***  Не надо воспитывать новорожденного. Не надо мучить себя и его. Природой задумано, чтобы мать в первые месяцы жизни почти не расставалась с ребенком. Это на самом деле очень короткое время, оно быстро пройдет, и его потом не вернешь.

Время идет, и к концу «четвертого триместра» мы видим, наконец, ребенка как ребенка: он держит головку, он улыбается, любопытно смотрит по сторонам, он тянет ручки к родителям. И каждый акт этого общения, каждый взгляд и улыбка становятся еще одной тонкой нитью, связывающей ребенка со своим взрослым, нитью в прочном канате привязанности.

2) Общение

Само это общение устроено очень интересно. То, как мы разговариваем с младенцами, подробно изучено и описано учеными, этот особый стиль общения называют «материнской речью», и ее черты одинаковы для разных культур и народов. При этом самому ребенку такая своеобразная манера общения с ним не то, что нравится – он ее ждет и требует.

*Эксперимент «Неподвижное лицо»*

В чем суть этого особого типа общения? Взрослые, прежде всего родители, постоянно сообщают ребенку о нем самом, о его потребностях и чувствах. **Позитивное отзеркаливание** - это то самое чувство, которые психологи называют **базовым доверием к миру**, и оно очень сильно определяет будущие отношения человека с собой и с жизнью.

3) Доверие

Как плачет от голода новорожденный? Так, словно его режут. И это понятно: голод – витальное чувство, имеет прямое отношение к жизни и смерти, Никак его не утешить, кроме прямого немедленного удовлетворения его потребности.

А вот полугодовалый. Он тоже проголодался. Но увидев маму, не орет скорее нетерпеливо хнычет. Ему уже не так плохо и страшно. Почему? Да потому, что за прошедшие полгода круг заботы провернулся столько раз, столько раз мама приходила и кормила, и противное страшное чувство голода отступало, что его маленький мозг сделал вывод.

Пройдет еще год, и когда он проголодается в свои полтора, мама сможет попросить его подождать, и он будет ждать

Так формируется **волшебное свойство привязанности: успокаивать и утешать самим фактом присутствия «своего» взрослого**.

Альберт Эйнштейн сказал как-то: «Рыба будет последней, кто обнаружит воду». Ведь вода – ее мир, ее способ жить. Вот так и с привязанностью. Она настолько естественна и настолько глубоко в нас вшита, что подумать о ней отстраненно, осознать ее как особое явление, начать изучать людям почти всю историю науки в голову не приходило.

Но в какой же ситуации рыба все же обнаружит воду? Если воды не станет. Точно так же и привязанность как явление была обнаружена при наблюдении за детьми, лишившимися родителей.

Основатель теории привязанности английский психиатр и психоаналитик Джон Боулби, работал с детьми, живущими в сиротских приютах, и детьми, которых разлучила с родителями Вторая Мировая. Он впервые осознал и сформулировал, что быть рядом со своим взрослым – отдельная и очень значимая потребность маленького ребенка, и в разлуке он страдает, даже если сыт, одет и находится в безопасности.

*Эксперимент с комнатой*

**2 этап. «У юбки» (от 1 до 3)**

Переходу на второй этап способствует следующий кризис. Кризис 1 года.

1) Он начинает стеснятся, и разделяет «своих» и «чужих».

Если мы вспомним, что поведение ребенка, заложенное в природной программе привязанности, призвано обеспечить его выживание и безопасность, станет понятен смысл перемен. Пока ребенок не может перемещаться сам, очень удобно, что мать может дать его подержать любому человеку, которому сама доверяет. Но вот он слез с рук и пополз. Ситуация меняется. Теперь он сам может последовать за матерью или за другим взрослым. С того момента, когда ребенок обретает свободу передвижения, он должен знать, за кем следовать, а за кем нет. Выделять своих взрослых.

Слезая с рук около года, следующие пару лет ребенок проводит рядом с родителем – «у маминой юбки». Самое главное, базовое желание маленького ребенка – оставаться рядом со «своим» взрослым. Желательно всегда. Так начинает свое становление важнейшая поведенческая программа, которая обеспечивает безопасность ребенка, его развитие и взросление – *поведение следования*.

Программа следования есть почти у всех млекопитающих, и у многих птиц: детеныши следуют за мамой, куда бы она ни пошла. Поведение следования очень важно не только в буквальном смысле, как передвижение в пространстве. В более общем смысле следование – это подражание. Делай как твой взрослый – тоже базовое, заложенное в любого ребенка от природы поведение. Именно через подражание родителям ребенок усваивает самые важные, самые значимые умения в своей жизни: ходить, говорить, манипулировать с предметами. Все это результат не каких-то специальных занятий и уроков, а просто подражание: смотри на них и повторяй, пока у тебя тоже не получится.

Еще одно проявление поведения следования – послушание, то есть, буквально, следование указаниям родителя. Возможно, для кого-то эта мысль покажется неожиданной, но **дети на самом деле от природы послушны**. **Это часть программы привязанности – следовать за своим взрослым в прямом и переносном смысле**.

Годам к трем наша способность заботиться о нем и защищать его поднимается на новый уровень. Он способен устойчиво следовать не только за самим родителем, но и за его голосом, его словами. Это что-то новое! Похоже, теперь у нас есть пульт дистанционного управления! Наша с ребенком связь становится растяжимой, как эластичный собачий поводок. Мы можем осуществлять поведение привязанности – поведение защиты и заботы на расстоянии, словами, а не прямым действием. Мы как бы передаем ребенку часть своей ответственности за его безопасность и благополучие – пока совсем небольшую.

Способность слушаться родителей, следуя за их голосом и словами – это на самом деле огромный рывок в развитии ребенка. Канат привязанности растягивается, **привязанность начинает перекрывать расстояние**. А это значит, что ребенка теперь можно отпускать от себя на более длинную дистанцию – защита и забота родителя останутся с ним.

Мы видим, что разница между годовалым и трехлетним – практически как между головастиком и лягушкой. Это совсем разные существа. Скачок в развитии фантастический – и всего за два года. Так интенсивно, как мы учимся в этот период, мы больше не сможем никогда. И знаний и умений, более важных для качества жизни, мы тоже больше никогда не получим.

И это самый подходящий момент, чтобы разобраться еще с одним важнейшим назначением привязанности.

Что мы видим? Когда усилия ребенка наталкиваются на препятствие, которое оказывается для него чересчур сложным и болезненным, настолько, что даже его терпения не хватает, он идет к маме. Если не получилось, если все рассыпалось, если он ударился или испугался – у него есть всегда возможность обратиться за утешением к своему взрослому, который в этот момент в доступе – мама, папа, бабушка, няня, кто-то еще. Он прижимается, залезает на руки, то есть фактически возвращается на стадию донашивания. Словно становится на время опять маленьким, забирается, как в кокон, в объятия родителя, в его любовь. Психологи употребляют термин *психологическая утроба* – это успокаивающие, утешающие отношения, в которые можно укрыться от жизненных невзгод. Поведение контейнирования, как и поведение следования – это бессознательное, свойственное нашему виду социальное поведение.

**Если у ребенка все хорошо с привязанностью, у него в доступе свой взрослый, и этот взрослый всегда готов принять его в объятия, психологическая утроба становится для него волшебным средством возрождения** .

Страхи вырастить неженку, которая не сможет справляться с жизненными невзгодами, необоснованны. Перестараться с контейнированием невозможно, никто не останется сидеть у вас в психологической утробе всю жизнь, там вообще-то скучно. Как только ребенок восстановится, он немедленно выскочит из нее и побежит дальше.

Нам кажется, что тот, кто закален невзгодами с детства, будет лучше справляться с ними и потом. Это не так. Исследования показывают, что лучше справляются с трудностями те, у кого было счастливое детство и благополучная семья. Их психика имеет запас прочности, в стрессе она сохраняет способность быть гибкой и изобретательной, они обращаются за помощью и способны утешиться сами. А те, кому уже в детстве досталось, и они вынуждены были справляться со страхом и болью без помощи родителей, напротив, крайне остро реагируют на стресс, сваливаются либо в агрессию, либо в отчаяние.

*Эпизод с контейнированием «прищемил палец»*

Этап « У юбки» заканчивается кризисом негативизма, 3 ех лет.

«Кризисом негативизма» это время называется потому, что самыми главными словами этого периода становятся НЕТ, НЕ хочу и НЕ буду. Надо сказать, что не все дети используют свое право на кризис негативизма на полную катушку. У кого-то все сводится к паре-тройке эпизодов, у кого-то длится несколько месяцев, а есть и такие, что начинают «зажигать» около двух и вся семья живет как на вулкане почти до четырех. Но в том или ином виде это бывает у всех: Это очень важный и интересный момент с точки зрения развития привязанности, здесь есть и новые возможности, и большие риски, поэтому стоит рассмотреть его подробнее.

Кризис негативизма – действительно сложный момент. Очень многие родительско-детские отношения дают первую трещину именно в это время. Если родитель остается заботливым взрослым, пусть даже он в процессе конфликта рассердился, он постарается дать понять ребенку, что ссора ссорой, но с привязанностью все в порядке. Обнимет, вытрет слезы, поможет умыться, собрать разбросанное. Такой опыт выхода из ссоры дает ребенку важнейшее знание: **привязанность перекрывает конфликт**, она сильнее, ссоре ее не разорвать.

*Перевернутая привязанность.*

**3 этап «Нежный возраст» (4-7 лет)**

1. Эмпатия

Мир материальный к трем-четырем годам в целом освоен, пространство покорено, предметы подчинены. Настало время осваивать мир психический, мир отношений и чувств, понятий и образов, ролей и сюжетов. Он покорил мир вещей и входит в мир людей. Поэтому самое интересное и важное для него теперь – люди и отношения. К пяти-шести годам ребенок, прежде поглощенный собой, своими чувствами, желаниями, потребностями, постепенно словно разворачивается к людям, начинает интересоваться их желаниями и состояниями. Делает первые попытки поставить себя на их место, примерить из роль. Эта способность понимать, чувствовать состояние другого человека – очень важная для всей последующей жизни – эмпатия.

2. Нежный – значит уязвимый

Если младенец стремится быть поближе к своему взрослому инстинктивно, то ребенок-дошкольник свою любовь к родителям уже сознает. Для ребенка-дошкольника родители не просто любимы – они обожаемы и прекрасны. Понимая потребности возраста, можно лучше понимать и поведение ребенка. Например, детская ложь, с которой родители впервые сталкиваются обычно именно в дошкольном возрасте – и бывают шокированы: неужели наша милая нежная детка так бессовестно лжет? Где же здесь послушание и следование?

Как ни странно, именно они здесь и проявляются, дети в этом возрасте врут чаще всего из страха, что их поведение не понравится взрослым, а им очень важно быть «хорошими». Ребенок в этом возрасте ориентирован на взрослых и «удобен в обращении».

Практически все детские неврозы стартуют именно в этом возрасте: заикания, тики, фобии. Одно и то же действие: шлепок, оскорбительное обращение, которое раньше пугало, но быстро забывалось, теперь проникает глубоко в душу, очень сильно обижает.

Пик детских страхов тоже приходится на 5–6 лет, поскольку фантазия, образное мышление развиты уже очень хорошо, а критичность, логика – еще нет.

Пик страхов связан еще и с тем, что в это время ребенок открывает для себя, что люди смертны, что сам он когда-нибудь умрет, и его родители тоже.

Осознанное проживание своей любви к родителям, привязанности, наполняет ребенка, и к концу этого возраста, если все хорошо, она начинает «переливаться через край». А что значит – ребенок, наполнившись сам, начинает испытывать потребность заботиться о других.

Именно в пять-шесть лет бывает пик просьб: родите мне братика или сестричку, давайте, заведем котенка, щеночка – ну, хотя бы хомячка! Очень хочется заботиться, любить, отдавать

Любимое времяпрепровождение и главное занятие ребенка в этом возрасте – игра. Раньше он мир осваивал и покорял, теперь он его оживляет и обыгрывает. При всем многообразии в играх этого возраста есть одно общее: они почти всегда основаны на такой мыслительной операции, как присвоение предмету другого значения, введение его в роль.

! Самое лучшее, что мы можем сделать для развития своих детей в нежном возрасте – не мешать им играть. Роза не станет краше, если вы силой расковыряете бутон, все произойдет само по себе. Для этого ничего специально делать не нужно – если ей хватает воды и света, в положенное время она раскроется. Для ребенка в роли воды и света – защита и забота. В нежном возрасте ребенку уже реже нужно прямое контейнирование, но ему важно знать, что он любим, что нравится своим взрослым, что он «хороший». Просто радоваться ему, любоваться им, получать удовольствие от совместно проведенного времени – это и есть самый лучший вклад в развитие ребенка. В этих играх ребенок впервые в своей жизни учится строить отношения не иерархичные, как с родителями, а горизонтальные – отношения сотрудничества, кооперации – и конкуренции.

Во время нежного возраста привязанность ребенка к родителю достигает максимальной полноты и глубины, становится осознанной, наполняется множеством очень тонких оттенков. И, как мы видели, наполненный нашей защитой и заботой ребенок уже хочет заботиться о других. Это универсальный алгоритм: мы для него → он сам для себя → он для других.

**Кризис 7 лет**.

Настало время для нового кризиса сепарации. Этот кризис не будет таким бурным и ярким, как кризис негативизма, в нем многое происходит в глубине, постепенно, без внешних эффектов. Но изменения идут очень серьезные. Многое меняется на физиологическом уровне: например, перестаивается вся иммунная система, созревают важнейшие участки мозга, ответственные за логическое мышление и за способность к произвольной деятельности, то есть за способность делать то, что нужно, а не то, что хочется. Без которой, конечно, учиться в школе невозможно, будь ты хоть сто раз вундеркиндом, умеющим читать и считать.

Что происходит с привязанностью, с отношениями?

Ребенок способен удерживать ваш образ в сознании, помнить ваши слова, он как бы следует за виртуальным родителем, поселившимся внутри, выполняет его предписания.

Вот это и есть главный итог кризиса 6–7 лет с точки зрения развития привязанности: в душе ребенка поселяется внутренний родитель как целостный обобщенный образ родителя реального. Это не какой-то там абстрактный «родитель вообще», а именно тот, которого ребенок знает, несущий в себе самые разные черты и самые разные чувства.

Внутренний родитель – психическое образование, которое формируется в результате обобщения всего опыта взаимодействия с реальными родителями, всех тех многих тысяч актов защиты и заботы (или, увы, чего-то другого), которые имели место за прожитые годы детства. Этот «родитель, который всегда с тобой», и формируется в целом примерно к 7 годам.

Мы помним, как после освоения речи привязанность стала способна перекрывать расстояние, о ребенке стало возможно заботиться, не совершая буквальных действий, с помощью указаний и предостережений. Теперь мы видим следующий шаг, нить привязанности становится еще длиннее: привязанность становится способной перекрывать время. Мы больше не должны предостерегать и советовать в режиме реального времени, теперь у него есть внутренний голос – наш голос, которые говорит ему в нужный момент, что нужно делать.

**4 этап «Школа» (7-12 лет)**

Вот он, наш семилетка. С опытом привязанности, внутренним родителем в сердце и портфелем в руке. Начинает новый этап своей жизни – этап получения образования. Все повторяется: так же, как двухлетка, не зная устали, осваивал маленький мир своего дома и своего тела – так младшеклассник готов увлеченно изучать все подряд: повадки животных, устройство вулканов, историю географических открытий, двигатель внутреннего сгорания в разрезе – весь богатый, сложный, разный мир вещей и явлений. До мира отношений на новом уровне дело дойдет позже, в юности, сейчас ребенка интересуют вещи, материя, причины и связи, правила и границы. Он экспериментирует с предметами, схемами, собственным телом: «Пацаны, я могу без рук!»,

Десятилетка хочет знать и уметь, и он готов вкладываться в процесс. Он может за один день научиться кататься на скейте, за два дня научиться вязать, просидев их полностью со спицами, пока не начало получаться ровно. Три недели мастерить сложнейшую модель корабля, может сочинить свой шифр, дойти до не вообразить какого уровня сложной компьютерной игры. Он учится и осваивает новое страстно, с полной самоотдачей.

Учеба – это и есть содержание жизни, никакого «будущего» для него нет, он учится не для того, чтобы это потом когда-то с пользой применить, а для того, чтобы получилось, чтобы понять, узнать, смочь, покорить.

Игра все еще остается важной частью жизни, но явно отходит на второй план: либо она сливается с обучением, делая его интереснее и легче, либо становится частью отдыха, досуга.

Родители, семья в это время воспринимаются как тыл, арьергард. Они нужны, чтобы о них не думать. Если в семье все благополучно, привязанность в порядке, ребенок о ней и не думает особо. Он рад родителям, любит их, скучает, если долго не видит, но они больше не составляют главный интерес его жизни.

Возраст очень обаятелен, неудивительно, что столько любимых литературных героев пребывают именно в нем: Пеппи Длинный Чулок и Том Сойер, Алиса Селезнева и Гарри Поттер. Все это было бы прекрасно, на самом деле, если бы не одно «но». Оно называется школа.

Это важный вопрос, в котором стоит разобраться. Мы говорили о том, что, если все шло хорошо, к своим семи годам ребенок наполнен привязанностью по самую макушку. В общем и целом работа привязанности выполнена, отношения с родителями могут отойти на второй план, стать тылом, а не главной сценой. Кто же приходит – должен приходить – им на смену? Ведь ребенок еще явно мал для полной самостоятельности, и далеко не всему можно научиться, просто играя с другими детьми. Нужен тот, кто покажет и научит, передаст «настоящие» взрослые знания – учитель, наставник. Нужна учеба как особая, отдельная деятельность и отношения учитель-ученик как особые, очень важные в жизни отношения, сопоставимые по значению с отношениями привязанности, дружбы или любви. Наставник – это тот, в чью руку родители вкладывают руку ребенка, передавая тем самым и доверие ребенка, и долю своей ответственности за него. Это проводник из мира детства в мир взрослости. Это тот, кто знает сам и может научить.

Отношения с наставником во многом похожи на отношения с родителем – это тоже разновидность привязанности, там тоже есть доминирующий и ведомый, тоже подразумеваются защита и забота со стороны старшего и безоглядное следование со стороны младшего. Есть отличие - он оценивает.

Так что же, родителю вообще нельзя участвовать в школьных делах ребенка, помогать с уроками? Можно. И ключевое слово тут «помогать». Ребенку сложно, он просит помочь – вы помогаете. В этом смысле задача из школьного учебника или написание реферата ничем не отличается от всего множества вещей, которые вы ему помогаете освоить: завязывать шнурки, забивать гвозди или готовить яичницу. Почему нет? Но как только вы присваиваете себе функцию оценки и контроля, как только вы выступаете единым фронтом со школой, особенно если ребенок ее не любит и боится – вы бьете, словно топором, по своей с ребенком привязанности.

Если не повезло найти Наставника в школе, есть шанс найти его в спортивной секции, кружке, театральной студии, туристическом клубе.

Наш ребенок вот-вот перестанет быть ребенком. Еще чуть-чуть – и половые гормоны начнут свою мощную работу по изменению его тела. К началу подросткового возраста привязанность уже сделала почти всю свою работу. Ребенок практически выращен.

*«Подростковый кризис»*

Подростковый кризис сепарации невозможно не заметить, как невозможно не заметить роды. Тогда ребенок выходил из тела матери в мир, отсоединяясь от пуповины, теперь он выходит в мир из психологической утробы привязанности, отсоединяясь от зависимости. Скучно не покажется никому.

Действительно, изменения, которые происходят с ребенком в возрасте с 11–12 лет до 15 (примерно, обычно девочки «стартуют» чуть раньше, мальчики чуть позже) стремительны, как прыжок. Ребенок растет буквально на глазах, его тело меняется, детские черты и пропорции сменяются взрослыми. Меняются фигура, кожа, голос, запах, появляются признаки полового созревания. Отражается на самочувствии и гормональная перестройка. Привычные для взрослого, но совершенно новые для подростка дозы половых гормонов потрясают его организм. Накатывая волнами, они вызывают то апатию, то беспричинное возбуждение, снижают умственную работоспособность.

Трудности переходного возраста не исчерпываются физиологией. Меняется не только тело, меняются мышление, способности, интересы, сознание себя, отношение к сверстникам, место в семье и в обществе, ожидания окружающих, права и обязанности – да просто все.

Сепарация – это всегда запреты и конфликты. Трехлетка постоянно слышит: «Нельзя! Не трогай! Осторожно!» и подросток – в том же положении. Физически он уже может пойти куда угодно и с кем угодно, он может сделать все, что ему заблагорассудится, у него та же неуемная потребность попробовать, узнать, залезть, его так же не останавливают опасности и не обескураживают неудачи. Но он так же постоянно слышит «Нельзя! Не смей! Мал еще!». Разница лишь в том, что малыш исследует мир вещей, мир пространства, объемов, фактур, вкусов и звуков, а подросток – мир людей, мир отношений, чувств, решений, принципов, увлечений.

Подросток должен «вылупиться» из семьи. Он должен научиться жить своим умом, по собственному плану, совершать собственные выборы и нести за них ответственность. Это пока лишь этап сепарации, отделения, лишь один из шагов, важный, но не окончательный.

Он должен будет совсем скоро оттолкнуться от надежного, знакомого корабля своей семьи и полететь в открытый космос. Это трудно, страшно, восхитительно – все вместе. Отношения привязанности подходят к своему естественному завершению.

Задача кризисного возраста – сделать рывок в сепарации, пережить разочарование во всемогуществе родителей и научиться жить своим умом.

Подросток решает задачу по отделению от родителей, по преодолению в своем сознании их незыблемого авторитета. Помните, как ребенок в нежном возрасте идеализировал, почти обожествлял родителей? А теперь он вдруг впервые видит вместо самого сильного, самого умного, самого справедливого на свете отца какого-то почти незнакомого ему человека: раздраженного, немолодого и, похоже, не очень умного. Вместо лучшей в мире, самой красивой и доброй мамы – уставшую, располневшую женщину, полную дурацких предрассудков насчёт секса и жизни вообще. Такое открытие пережить нелегко.

 За плечами важнейший опыт детства. Теперь на основе этого материала подростку предстоит начать строительство своей личности, своей Самости, того начала, которое в скором будущем позволит ему распоряжаться своей жизнью, самостоятельно принимать важные решения.

Оглядываясь назад, мы можем увидеть, как периоды наполнения сменяются кризисами сепарации, так что на каждом следующем этапе ребенок все меньше нуждается в опеке родителей. В каждый следующий период детства он осваивает новую часть мира.

Однако в течение всего детства каждый раз, когда ребенок не справляется с жизнью, он может вернуться на сколько-то стадий назад, чтобы вновь припасть к ресурсу безусловной любви и заботы. Когда двухлетка не справляется с жизнью, у него сзади одна только стадия – донашивания, и он туда возвращается. На ручки, в психологическую утробу. Потом он станет старше, станет дошкольником, потом пойдет в школу. Его самостоятельность, независимость растет – но если что-то пошло не так, он всегда имеет возможность сделать несколько шагов назад, дернуть за канат привязанности и вновь позвать на помощь родителя.

Так, уровень за уровнем, ребенок свое детство, при необходимости возвращаясь на время назад. Во время нового витка ребенок наполняется: заботой, новыми умениями, отношениями. А когда оказывается наполнен – совершает рывок на новый уровень самостоятельности.

Беременность – ступень, ребенок зреет внутри, он полностью зависим, как только созрел – начинаются роды – сепарация. Потом период донашивания – следующая ступень, малыш впитывает молоко и заботу, наполняется, и год завершается рывком сепарации – ребенок слезает с рук, обретает свободу передвижения. Потом период освоения материального мира, накопления умений в условиях прочного тыла психологической утробы – и новый рывок, кризис негативизма. Когда он завершен, и ребенок убедился в прочной привязанности – он снова наслаждается своей ролью маленького и зависимого, он хочет следовать и принимать любовь и заботу родителей и делает это в нежном возрасте. Снова сепарация около семи – и ступень обучения, подготовки к переходу во взрослый мир.

**Взрослость**

По мере того, как ребенок рос, в его зависимости от родителя становилось все меньше материального. Сначала это была буквально трубка – пуповина. Потом молоко и полный уход, потом поддерживающие руки, потом голос, потом взгляд, потом советы и предостережения, сохраненные в памяти. В конце детства от материального остаются только деньги на жизнь и крыша над головой. Еще через несколько лет и эта зависимость уйдет в прошлое.

У нас будут с ним новые отношения: отношения взрослых людей, близких родственников.

Вот и закончена наша история про привязанность в жизни ребенка. Путь завершен, и посмотрите, как последняя картинка нашей «дорожной карты» развития привязанности похожа на первую.

Мы носили ребенка в себе, прежде чем выпустить в мир. Теперь он в мир выходит, и несет в себе нас.

Он прошел по этому пути благодаря тому, что мы отвечали на его зависимость заботой, наполняли его, и вот теперь он готов оттолкнуться от родного порога – и начать свой собственный путь. Зависимость стала самостоятельностью, привязанность переплавилась в свободу.

Когда детство кончается, привязанность остается с ним – навсегда. Его тайная опора.

**ЭТАПЫ БОЛЬШОГО ПУТИ**

