

ЯЗЫК ЛЮБВИ

Взаимодействие с родителями ДОУ как основа профилактики асоциального поведения детей и подростков

Одним из наиболее изученных аспектов детско-родительских отношений являются родительские установки или позиции. В психологии под родительской позицией традиционно понимают отношение родителей к ребенку, которое включает в себя когнитивный, аффективный и регулятивный компоненты и проявляется в особенностях восприятия ребенка взрослым, эмоционального отношения к нему, оценки его в целом и отдельных его качеств, а также в способах организации взаимодействия с ним. Эта позиция может формироваться как осознанно, так и неосознанно, но в то же время, являясь субъективной установкой; она выполняет свою побудительную и направляющую функции.

Родительская любовь является важным условием нормального личностного развития ребенка и создает основу для удовлетворения основных его потребностей. В практике консультирования родителей мы столкнулись с фактами, когда дети не ощущают родительскую любовь. Однако из разговора с родителями и анализа их взаимодействия с Детьми мы видели, что родители принимают своих детей, любят их и заботятся о них. Это противоречие, возможно, связано с тем, что родители используют неэффективные приемы и средства выражения своего отношения к детям.

Американский психолог Гэри Чепмэн называет средства выражения любви языками любви и подчеркивает важность соответствия средств выражения родительской любви индивидуально-психологическим особенностям ребенка. Это напрямую влияет на удовлетворение потребности детей в любви и, как следствие, на их самосознание, отношение к родителям и на поведение в целом. Именно семья — это та микрогруппа, в которой дети знакомятся с нормами и правилами межличностного взаимодействия, переживают опыт принятия и отвержения и формируют личностные установки на взаимодействие с другими людьми. Часто, вырастая, они сами сталкиваются с тем, что не могут адекватными средствами выразить свое отношение к супругу и собственным Детям. Осознание своего отношения к ребенку, а также средств его выражения позволяет управлять процессом удовлетворения основных потребностей-детей в любви и безопасности.

Эффективность помощи родителям определяется, во-первых, содержанием занятий, которые позволяют осознать родительскую позицию, выработать отношение к ней и внести в нее изменения. Во-вторых, формой организации и проведения встреч, поскольку групповая форма работы является более эффективной (малая группа — это общество в миниатюре). Социальное влияние и давление, испытываемые человеком в повседневной жизни, в полной мере присутствует и в группе. Однако в группе человек благодаря обратной связи имеет возможность получить информацию о себе и своем поведении в щадящем режиме от людей, имеющих общие проблемы и общие цели. В группе человек чувствует себя принимающим и принятым, доверяющим и пользующимся доверием, заботящимся и получающим заботу. Такая обстановка способствует самораскрытию и освоению

новых навыков поведения.

Мы предлагаем практическое занятие, разработанное Татьяной Васильевой, Еленой Гузюк, преподавателями кафедры психологии развития Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина и Натальей Смущук, педагогом-психологом Брестского государственного областного социально-педагогического центра и успешно нами проведенного в МАДОУ «Детский сад №11» города Заречного Пензенской области. В основе занятия для родителей лежат идеи, описанные в книгах Гэри Чепмэна «Пять путей к сердцу подростка», «Пять языков любви».

«Как сказать ребенку, что вы его любите»

Цели: осознать свои способы выражения любви к ребенку; формировать представления о разных способах выражения любви; формировать установки на саморазвитие; осознать эффективность используемых в общении с ребенком средств выражения любви.

ХОД ЗАНЯТИЯ

Знакомство

Необходимые материалы: мячик, бейджи, маркер, плакат с надписью.

Ведущий. Здравствуйте, меня зовут... Я благодарю вас за то, что вы нашли время и пришли сюда сегодня. Я работаю... Моя работа связана с родителями и их детьми. Мы обсуждаем вопросы, связанные с взаимоотношениями между родителями и детьми разного возраста. Сегодня мы поговорим на тему, которая волнует многих родителей: как сказать ребенку, что вы его любите. Но прежде чем, перейти к обсуждению темы, нам надо познакомиться. У меня в руках мячик, который нужно передать другому человеку после того, как вы представитесь в трех предложениях: «Меня зовут...У меня столько-то детей... Больше всего я люблю...».

Начну с себя. Меня зовут Наталья. У меня пока нет детей. Больше всего я люблю проводить время с близкими мне людьми.

Игра «Подарки»

Необходимые материалы: сушеная рыба, семечки, шоколад, пачка салфеток, ручки, листики, три шкатулки, роза.

Ведущий приглашает к участию четырех желающих.

Ведущий. У меня есть четыре небольших подарка (выкладывает семечки, рыбку, шоколад, пачку салфеток). Попрошу вас написать на листках ваше имя и тот подарок, который, вы бы хотели получить. Сложите листочки и отдайте их мне.

После того как участники написали записки, ведущий вручает невпопад каждому из них подарок на память о встрече.

Обсуждение:

- Кто получил тот подарок, который хотел?
- Что вы чувствовали, когда совпали ваше желание и подарок? (Радость, удовольствие.)
- Что вы чувствовали, когда ваше желание и подарок не совпали? (Горечь, обиду, разочарование, ощущение того, что тебя не поняли)

Ведущий. В моей жизни тоже были такие ситуации, когда мне на праздник дарили не то, что мне хотелось бы получить. Эту шкатулку (достаю первую) мне подарили на день рождения, эту (достаю вторую) подарили на день учителя, а эту (достаю третью) мне привезли с юга. А мне так хотелось, чтобы мне подарили цветы. Я очень люблю, когда мне дарят цветы.

Вывод: неоправданные ожидания наталкивают на мысль, что меня не понимают, не учитывают или не знают моих интересов. И если такая ситуация повторяется три, пять, семь раз — это лишь подтверждает мнение, что меня не любят, этим людям я не дорог. Почему? Потому что они не понимают, что мне нужно. Наша любовь к детям — это безусловный подарок, который мы дарим каждый день.

Письменное задание

Необходимые материалы: ручки, листы бумаги.

Участникам предлагается письменно ответить на вопрос: как ваш ребенок понимает, что вы его любите? По каким нашим действиям дети это понимают?

На данном этапе занятия результаты не обсуждаются.

Информирование о языках любви

Необходимые материалы: карточки с информацией о языках любви.

Ведущий. Мы дарим детям любовь, и формы любви, как и подарки, бывают разные. Существует несколько языков любви. Известный консультант в сфере супружеских отношений доктор философских наук Гэри Чепмэн выделяет пять основных языков любви: слова поощрения, прикосновение, время, помощь, подарки.

Ведущий кратко характеризует каждый язык, раздает подготовленную информацию участникам семинара.

Работа в парах «Определи язык любви»

Необходимые материалы: конфеты по две штуки каждого сорта (всего 12), находятся в непрозрачном мешочке, ручки, карточки с ситуациями.

Ведущий. Мы сейчас более подробно рассмотрим каждый из языков любви. А сделаем это в необычной форме. Достаньте из мешочка себе конфету (тем, у кого одинаковые конфеты, ведущий предлагает сесть рядом).

Итак, задание: определите, на каком языке любви говорит ребенок, впишите его в графу рядом.

После того как задание в парах сделано, обсуждение в кругу.

	Ситуация	Язык любви ребенка
1	1 «Я не уверен, что мои родители любят меня. Они никогда не делали мне сюрпризов, как родители Паши, они покупают то, что мне не надо, не знают, что бы я хотел даже на мой день рождения»	Подарки
2	2 «Вы никогда не помогаете мне делать домашнюю работу, вот почему у меня плохие оценки»	Помощь
3	3 Двенадцатилетний Паша спрашивает: «Папа, когда мы пойдем в поход?»	Время
4	4 «Вчера мама сказала, что я безответственный и что, если я не изменюсь, я никогда не поступлю в колледж. Она говорит, что я неповоротливый и невежливый»	Поощрения
5	5 «Когда я пытаюсь поговорить с тобой, ты никогда не уделяешь мне внимания. Ты – то шьешь, то читаешь книгу, то работаешь, то смотришь телевизор, то стираешь, то еще что-нибудь делаешь. Ты всегда чем-то занята. У меня такое чувство, словно я тебе мешаю. Когда пытаюсь поговорить с тобой, мне хочется, чтобы иногда ты просто посидела со мной и поговорила, ничего больше не делая в это время»	Время
6	6 Мария, 15 лет; «Мой папа больше не обнимает меня, как раньше. Наверное, он думает, что я уже взрослая и в этом не нуждаюсь. Но мне не хватает его объятий. Они заставляют меня чувствовать себя особенной»	Прикосновения

Работа в парах

Необходимые материалы: ручки, карточки с ответами на вопрос.

Ведущий. Теперь посмотрите на листочки, где вы написали ответ на вопрос: «Как ваш ребенок понимает, что вы его любите?» Сейчас вам нужно в парах рассказать друг другу, какие языки любви вы используете. На это у вас 5 минут.

Обсуждение в парах:

- Все ли вы уверенно можете сказать, что это именно то, что нужно вашему ребенку? Почему?

- Есть ли тот язык, который вы используете чаще?

Информирование:

как определить язык любви ребенка

Необходимые материалы: карточки с информацией «Как обнаружить, какой из языков любви «родной» для вашего ребенка?»

Ведущий рассказывает, как можно определить язык любви ребенка, используя информацию на листках (см. приложения 1,2).

Обсуждение в группе

Необходимые материалы: плакат с сосудами, чистый лист формата А1.

Вопрос для обсуждений. Что произойдет с вашим ребенком, если он не найдет подтверждения, что вы его любите?

(Ответы записываем на доске.)

Ведущий. Мне очень понравилась одна метафора: «Каждый ребенок — это сосуд, который нужно наполнить любовью». Ребенок жаждет любви. И когда он ее чувствует, он развивается normally (прикрепляю плакат с изображением сосуда). А как чувствует себя ребёнок, когда сосуд пуст? (обращаем внимание на то, что записывали). Чаще всего дети совершают проступки, когда «сосуд любви» пуст. Случаются и страшные вещи, когда подростки ищут любовь не там.

Отрывок из книги Г. Чепмэна «Пять путей к сердцу подростка»

«Реальное положение вещей заключается в том, что, если родители и другие уважаемые подростком взрослые не удовлетворяют его потребность в любви, подросток будет искать ее у других людей. 1 октября 1997 года шестнадцатилетний Люк Вудхэм убил свою мать и открыл огонь в школе, убив троих и ранив семь человек.

Позже он рассказал корреспонденту программы новостей, что чувствовал себя изолированным и отверженным в своем обществе, поэтому легко согласился вступить в компанию молодых людей, провозглашавших себя сатанистами. Он сказал: «Всю жизнь я чувствовал себя изгоем. Наконец-то я нашел людей, которые захотели быть моими друзьями».

Исследования показали также, что девочки-подростки часто рожают детей, потому что хотят, чтобы кто-нибудь любил их.

Гарбарино, долгие годы пытавшийся понять подростков-преступников, делает вывод: «Ничто не кажется человеку страшнее, чем отвержение, жестокость и отсутствие любви».

Ведущий. Любовь — наша основная эмоциональная потребность, и, когда другой человек удовлетворяет ее, мы испытываем к нему тёплое эмоциональное чувство. Эмоциональный климат семьи может в значительной степени

измениться, если члены семьи научатся говорить на «родных языках любви» друг друга. Давайте наполнять сосуды, говорить недоступном для вашего ребенка языке.

Рефлексия

Необходимые материалы: плакат с надписью: «Я чувствую...».

Ведущий. Закончите предложение: «Я чувствую...»

ДЕТИ И ЯЗЫКИ ЛЮБВИ

Язык любви 1: Слова поощрения

Марк Твен как-то сказал: «Добрыйм словом я могу питаться два месяца». Если понимать это буквально, то, чтобы наполнить его сосуд любви, хватило бы шести слов в год. Свою любовь мы можем выразить, поддерживая друг друга словами. Мудрец Соломон писал: «Смерть и жизнь — во власти языка». Похвала и благодарность всегда помогут вам выразить любовь. И лучше облечь их в простые искренние слова.

Например: «Как тебе идет этот костюм».

«Ты — мое солнышко».

«Я вчера сидел за письменным столом и думал: «Как я скучаю по своей дочурке!»

«Какой молодец, помыл посуду!»

«Спасибо, что вынес мусор»,

Не пользуйтесь похвалой, чтобы добиться своего. Это не любовь. Хвалите детей, чтобы доставить им радость. И все-таки таков закон: когда нас хвалят, мы благодарны, и нам, скорее всего, захочется выполнить любую просьбу.

Другой диалект этого языка — *ободряющие слова*. «Ободрять» значит «придавать бодрость, мужество». Бывает, в той или иной области мы чувствуем себя неуверенно. Нам не хватает смелости, и это часто мешает добиться того, чего бы мы хотели и к чему у нас есть способности. Возможно, ваш ребенок ждёт, чтобы вы поддержали и ободрили его.

Добрые слова. Любовь добра. И если мы хотим рассказать о ней, нужно выбирать добрые слова.

Просьбы. Любовь просит, а не требует.

Язык любви 2: Время

Проводить с ребенком время — значит отдавать ему все ваше внимание. Если он, еще мал, вы можете, сидя на полу, катать с ним мячик. С ребенком постарше - играть в куклы, в машинки, строить замки в песочнице. Возможно, выдумаете: не пристало серьезному человеку заниматься такой ерундой. Постарайтесь понять, сейчас вы не хотите войти в его мир, потом он сам не впустит вас туда. Ребенок взрослеет, у него появляются новые интересы. Пусть они станут и вашими. Ему нравится баскетбол — он должен понравиться и вам, играйте с ним, водите его на матчи. Он играет на пианино — сядьте рядом, когда он занимается, и слушайте. Если вы внимательны к ребенку, он чувствует, что важен для вас, что вам приятно быть с ним.

Многие не помнят, что говорили им в детстве родители, но помнят, что те делали.

Язык времени, как и предыдущий, объединяет множество диалектов. Один из самых распространенных - беседа. Этим словом обозначают доверительный дружеский разговор; обмен мыслями, чувствами, желаниями.

Язык времени включает еще один диалект — *совместные занятия*. Вместе мы можем делать все, что интересно хотя бы одному из нас. Неважно, что вы делаете, важно — для чего вы это делаете. Цель — быть вместе.

Язык любви 3: Подарки

На этом языке любви говорят все родители. И многие считают, что он единственный. Загляните в магазин игрушек, и вы убедитесь: если средства позволяют, детей заваливают подарками. Одному кажется, что это лучший способ выразить любовь. Другой хочет дать ребенку все, о чем сам мечтал в детстве. Однако если ребенок не говорит на этом языке, никакие подарки не заставят его почувствовать вашу любовь.

Если подарки быстро надоедают ребенку, если он не бережет их, если никогда не похвалит новую игрушку и даже забывает сказать спасибо, вряд ли подарки — его родной язык. Напротив, если ребенок благодарит вас, если показывает подарок друзьям и хвалит вас, если хранит его на видном месте, подолгу с ним играет, наверное, это его родной язык. Как быть, если подарки — родной язык вашего ребенка, а вы недостаточно обеспечены? Помните, «дорог не подарок, дорого внимание». Для ребенка самодельные игрушки иногда дороже магазинных. Часто малышам больше нравится играть с коробочкой, в которой лежал подарок, чем с ним самим.

Подарок — это не плата за оказанную ребенком услугу, он дарится потому, что родитель хочет поделиться своей безусловной любовью с ребенком. Его вручение должно сопровождаться определенной церемонией.

Вы можете подбирать сломанные игрушки и вместе с ребенком чинить их. Дарить подарки могут не только богатые.

Язык любви 4: Помощь

О маленьком ребенке нужно заботиться все время. Без нашей помощи он погибнет. Родители кормят его, купают, пеленают, стирают и гладят ползунки. Все это требует много сил. Ребенок подрос — появляются новые заботы: собрать завтрак, отвести в школу, проверить домашние задания. Обычно дети воспринимают эти хлопоты как должное. Но некоторые видят в них любовь.

Если ребенок благодарит вас за любую мелочь, которую вы сделали для него, значит, ваша забота ему важна. Помощь означает любовь. Он радуется, что вы помогаете ему с уроками не только из-за отметок. Он говорит себе: «Меня любят». Вы чините ему велосипед, он счастлив не только потому, что снова сможет кататься. Если ребенок во всем старается помочь вам, возможно, помощь — его родной язык.

Язык любви 5: Прикосновения

Все мы знаем, как важны для детей прикосновения. Младенцы, которых часто берут на руки, развиваются быстрее, чем те, которые не знают ласки, — уверяют врачи. Малышей держат на руках, укачивают, целуют, обнимают. Задолго до того, как они узнают слово «любовь», они любовь чувствуют. Ребенку хочется ласки. С подростком сложнее. Ему может не нравиться, что его целуют, как маленького, особенно если рядом приятели. Если он отталкивает вас, это вовсе не значит, что прикосновения ему не нужны.

Если подросток то и дело берет вас за локоть, пытается в шутку бороться и каждый раз, когда вы проходите мимо, хватает вас за ногу, — значит, прикосновения важны ему.

Приложение 2

КАК ОБНАРУЖИТЬ, КАКОЙ ИЗ ЯЗЫКОВ ЛЮБВИ «РОДНОЙ» ДЛЯ ВАШЕГО РЕБЁНКА

Во-первых, задавайте вопросы.

Многие родители говорят, что дети в подростковом возрасте неохотно отвечают на вопросы, скорее ворчат, чем беседуют. Но на самом деле единственный реальный способ обнаружить, что думает подросток, — это заставить его сформулировать свои мысли и чувства. Ребенок выскажет свои мысли скорее, если вы будете задавать ему вопросы.

Во-вторых, внимательно наблюдайте за поведением ребенка. Смотрите, как он выражает любовь и уважение к другим. Большинство людей имеют тенденцию использовать в общении свой собственный «язык любви».

Следите, на что ребенок жалуется, — это ключ к его родному языку.

В-третьих, экспериментируйте со всеми пятью языками и наблюдайте за реакцией ребенка, подростка. Одну неделю практикуйте больше прикосновений, другую — слова поощрения и т.д.

Другой эксперимент — позволить ребенку выбрать между двумя возможностями. Запомните его выбор. Например, отец говорит своему 13-летнему сыну: «У меня сегодня днем будет два часа свободного времени. Что бы ты хотел: вместе запустить змея или пойти купить батарейки для своего фотоаппарата?» Запоминая выбор ребенка, вы скоро составите представление о его «родном языке любви».

ЛИТЕРАТУРА

Школьный психолог №12 июнь 2009

Т. Васильева, Е. Гузюк, преподаватели кафедры психологии развития Брестского государственного университета им. А.С. Пушкина и Н. Смущук, педагог-психолог Брестского государственного областного социально-педагогического центра «Язык любви», стр. 42