муниципальное дошкольное образовательное учреждение

детский сад "Катюша" г. Волгодонска

**Семинар-практикум**

Тема: "***Внимание! Я требую внимания!!!*"**

Разработал:

 педагог-психолог Найдёнова С.А.

г. Волгодонск

2020 год

**Внимание родителей к ребенку. Что это такое?**

**Слайд 1**

**Введение.**

Тема внимания родителей к ребёнку очень актуальная и непростая. С этой проблемой я сталкиваюсь постоянно, когда речь идёт либо о плохом поведении ребёнка, либо о появившихся страхах, либо о неврологических проявлениях, либо о частых болезнях. Потому, что есть дети, которым этого внимания не достаёт и есть родители, которые об этом могут и не подозревать. А если и понимают, то не знают как уделять это внимание. И те способы, которые выбирают родители, почему-то не всегда подходят ребёнку. И связывать плохое поведение ребёнка с дефицитом внимания не приходит в голову.

Есть такое понятие "эмоциональный голод". Это эмоциональный дискомфорт который испытывает ребёнок, когда не чувствует любви от близких людей. Когда ребёнок не чувствует любви, то образуется некая пустота, которую необходимо срочно заполнить. В любви и на войне все средства хороши!

Поверьте, детей, испытывающих эмоциональный голод, которые недополучают то ли любви, то ли внимания, то ли поддержки, а может и всего вместе, видно сразу.

Почему так происходит? Скорее всего не потому что родители не любят своего ребёнка и не потому, то они плохие родители, а потому что есть свои причины.

**Слайд 2**

**Причины нарушения ДРО**

1. Занятость. Как родители расставляют приоритеты. На каком месте взаимодействие с ребёнком в череде бесконечных дел, проблем и т.д.
2. Гаджеты. Происходит подмена отношений, общения. Родители в гаджетах, ребёнку мультики.

**Слайд 3**

1. Амбиции. Подмена, когда для родителей важнее образованность ребёнка, чем отношения, чем потребности ребёнка, чем его эмоциональная стабильность. Кружки, секции, английский, подготовка к школе... А почитать ребёнку книжку, поиграть, выслушать, поговорить и пр. нет ни сил, ни времени. Такая модель отношений опасна для ребёнка, он привыкает к тому, что любить его могут только за достижения, а не просто так. А в жизни это не работает.
2. Повтор модели родительской семьи. Родитель вырос из ребёнка, которому тоже не хватило внимания и он просто не умеет, не знает как надо с ребёнком налаживать отношения, не понимает что он делает не так.

**Слайд 4**

1. Частые конфликты между членами семьи, ссоры, ругань или "холодная война", развод. Противоположные методы воспитания, ссоры из-за этого и пр. На самом деле родителям не до ребёнка.
2. Псевдовнимание. Это когда родители находится не вместе с ребёнком, а рядом и занимаются своими делами. Разница: мама готовит ужин, ребёнок рядом или помогает, или рисует, но мама в процессе, они разговаривают, помогают друг другу, либо... мама села, чтобы с ребёнком поиграть, порисовать и пр., но уткнулась в телефон, листает события, переписывается, или разговаривает с кем-то, обделяя вниманием ребёнка.
3. Психолго-педагогическая некомпетентность родителей. Отсутствие ответственности. Родители используют рекомендации по воспитанию детей из интернета, от подруг, родстенников и пр. При этом что они не подходят конкретному ребёнку, родители не видят. Не учитывается сам ребёнок! Про избалованность, отсутствие границ, вседозволенность.

В итоге дети недополучают внимания! А «нехватка внимания» ведёт к тому, что ребёнок не чувствует любви, и следовательно, ухудшаются отношения между родителями и детьми, а результат - появляются нарушения в поведении и развитии ребёнка.

***Вопрос.***

*Для чего детям нужны взрослые, близкие, родители: мама и папа?*

**Слайд 5**

Обязанность родителей заботиться о детях, не только одевать, обувать, кормить, давать образование, но и быть внимательными к своим детям, к их потребностям, способностям и пр. Только родители могут дать ребёнку то, что даёт ощущение опоры, уверенности, безопасности: любовь, ласку, заботу, эмоциональное тепло, нежность, поддержку и внимание.

**Слайд 6**

Зачитаю вам отрывок из книги Ури Бронфенбреннера «Два мира детства. Дети в США и СССР» (М.: Прогресс, 1976). "Умственно отсталых детей, содержащихся в специальных приютах, прикрепили к суррогатным мамам; такими мамами служили умственно отсталые женщины, содержащиеся в том же приюте. Через два года специальные измерения показали, что уровень интеллекта у детей вырос в среднем на 20—30 %; в то же время уровень интеллекта у детей другой контрольной группы снизился. Эти мамы явно не могли вести со своими детьми какие бы то ни было развивающие занятия: никаких математических занятий, никаких головоломок, никаких интеллектуальных игр. Всё, что они могли — это обнимать детей, целовать, пеленать и вообще всячески с ними тетёшкаться. И вот, оказывается, что по крайней мере в определённом возрасте эмоциональное тепло, родительская ласка гораздо важнее для развития ребёнка, и в том числе для развития его интеллекта, чем любые другие формы деятельности и обучения!"

Есть такой термин - материнская депривация (МД). Когда мать холодно относится к своему ребёнку, не учитывает его потребности в ласке, любви или даже отвергает. Последствия МД - нарушения в интеллектуальном и эмоциональном развитии ребёнка.

**Слайд 7**

**Что такое "Нехватка внимания"?**

Почему «нехватка внимания*»* так часто рассматривается как источник проблемного поведения у ребенка? Идея проста: если ребенку не хватает внимания, значит он ищет его восполнения всеми доступными ему способами.

Внимание - базовая психологическая потребность, такая же как еда и питье, сон с точки зрения физиологии. Все мы знаем, что существуют естественные потребности организма: в еде; сне; в жидкости.

Как функционируют потребности организма? Если нарушается гомеостаз (баланс) организма, то запускаются действия по саморегуляции. Например, организм начинает поиск, добычу и попытки удовлетворить потребность:

* если не хватает воды – мы пьем;
* если не хватает еды – мы едим;
* если не хватает сна – мы ищем возможность отдыха.

Когда же активность организма прекращается? Когда организм насытился, восполнил недостающие ему элементы, удовлетворил потребность:

* когда мы выспались – просыпаемся;
* когда мы наелись – прекращаем кушать (в норме);
* когда утолили жажду – прекращаем пить.

Аналогичная схема используется и в понимании такой детской потребности, как потребность в любви, ласке, внимании и заботе. Неудовлетворение этой потребности воспринимается как дисбаланс.

**Дисбаланс:**если ребенку не хватает внимания, значит, он будет искать и добиваться его разными способами и вести себя либо плохо (капризы, непослушание, протесты, слезы), либо переживать разнообразные трудности (страхи, агрессию, тревогу и т.д.).

 Получается простая формула:  неудовлетворение потребности во внимании → дисбаланс → плохое поведение.

***Вопросы:***

* Если детей учат просить еду, то как они должны вести себя, когда они "психологически голодны"? (Ответ: учить говорить о себе, о своих потребностях, обращаться к родителям с просьбами)
* Как можно распознать, что та или иная "выходка" имеет цель привлечения внимания?" (Ответ: после получения необходимого внимания ребенок прекращает выходку).

**Слайд 8**

**Как понять, что ребенку не хватает внимания?**

Очень часто капризы ребенка, его истерики, слезы — это всего лишь способ достучаться до родителей, желание, чтобы его заметили!

Ребенку не хватает родительского внимания, если:

1. Он это внимание всеми способами выпрашивает:

- Кричит, ноет, закатывает истерики, плачет по любому поводу и без, **нарушает тишину,** обзывается, хамит, дерется, портит вещи, пакостит, провоцирует родителей, делает "на зло", и**гнорирует правила и хорошие манеры,** не дает общаться взрослому с кем-то другим, не может играть самостоятельно, и т.п., т.е. у ребёнка ухудшается поведение.

- Переживает разнообразные трудности (страхи, агрессию, тревогу, испытывает трудности с едой, сном и т.д.).

- Часто болеет. При чем решение это принимается ребенком неосознанно, а подсознательно. Ведь когда ребенок болеет, то взрослые кидают все свои дела и ухаживают за ним, беспокоятся, жалеют.

Я сегодня остановлюсь более подробно на плохом поведении.

2. Вообще внимания не требует (это более серьезный признак. И чем младше ребенок, переставший требовать внимания родителей, тем серьезней). Грозит нарушениями в структуре личности: уход в себя, аутические черты и пр.

Ребёнок сам не понимает, что с ним происходит и делает всё это не специально, всего лишь просит свою, законную порцию внимания. Но родители либо не понимают потребности ребёнка во внимании, либо вообще его игнорируют.

**Слайд 9**

**Что делают родители?**

***Вопрос:***

Когда ребенок получает больше внимания от взрослых, когда он плохо или хорошо себя ведет?

Ребенок ведет себя хорошо, даже в тех обстоятельствах, в которых другие детки обязательно бы капризничали. Родители… почти не обращают внимания, так как порицать нечего. Тихо и спокойно, все идет, как надо. Итог? А итог очень интересный. Ребенку примерное поведение становится в тягость. Он чувствует… нехватку внимания. Но если он что-то натворил, то получает больше внимания, чем за целый день нормального поведения. "Сердитое" внимание лучше никакого.

Так дети начинают понимать: стоит им выкинуть что-то такое, выходящее за рамки принятых правил и ожиданий, так они получат больше внимания, пусть и в отрицательной форме (раздраженность, крики, ругань, нотации и т.п.). И плохое поведение закрепляется автоматически. Именно поэтому и пытаются привлечь внимание к себе своим поведением.

**Слайд 10**

Хроническое плохое поведение ребёнка вызывает определённые эмоции у родителей (раздражение, гнев, стыд и пр.) и реакцию - порицание или наказание. Так родители подкрепляют плохое поведение ребёнка. Получается замкнутый круг.

Игнорирование плохого поведения оставляет ребёнка с неудовлетворённой потребностью во внимании, т.е. голодным. В каких-то ситуациях это работает, но тогда есть вероятность, что ребёнок выкинет нечто такое, на что родители не смогут не отреагировать. Причём, напоминаю - неосознанно!

Поэтому повышенное внимание к ребенку лучше всего проявлять в моменты, когда он радует родителей своим поведением, достижениями, успехами. Здесь идет мощное психологическое подкрепление положительного поведения. Дети все хотят быть хорошими: попробуйте только спросить: “Ты плохой или хороший мальчик/девочка?” – и дети с нормальной самооценкой обязательно скажут: “Я хороший!”

**Слайд 11**

**Способы наказания.**

Способы наказания ребёнка за плохое поведение относятся к одному из видов жестокого обращения. **Жестокое обращение с детьми** — действия (или бездействие) родителей, воспитателей и других лиц, наносящее ущерб физическому или психическому здоровью ребенка.

**Под физическим насилием** понимается, не только нанесение ребенку родителями или лицами, их заменяющими, воспитателями или другими какими-либо лицами физических травм, различных телесных повреждений, которые причиняют ущерб здоровью ребенка, нарушают его развитие и лишают жизни, но и физические наказания, которые в некоторых семьях используются в качестве дисциплинарных мер, начиная от подзатыльников и шлепков до порки ремнем. Наказания в виде ограничения в движении, физическая изоляция, толкания, дёрганья за руку, за волосы и пр., а так же совершение в присутствии ребенка насилия по отношению к другому человеку. **Психологическое (эмоциональное) насилие** - периодическое, длительное или постоянное психологическое воздействие на ребёнка, тормозящее развитие личности и приводящее к формированию патологических черт характера. Это те действия, которые могут нанести психологическую травму ребенку, т.е. унижают достоинство ребёнка. Травмирующими могут быть насмешки, оскорбления, открытое неприятие, сравнения, психологическое давление в унизительных формах (унижение), необоснованная критика, холодность, оставление без психологической и моральной поддержки, обвинения, угрозы в адрес ребенка (брань, крики), преднамеренная социальная изоляция ребёнка, игнорирование, принижение его успехов, отвержение ребенка, и т.п.

**Пренебрежение нуждами ребёнка** – это отсутствие элементарной заботы о ребёнке, в результате чего нарушается его эмоциональное состояние и появляется угроза его здоровью или развитию. *К пренебрежению элементарными нуждами ребёнка относятся не только* отсутствие адекватных возрасту и потребностям ребёнка питания, одежды, жилья, образования, медицинской помощи, отсутствие должного внимания и заботы, но это и отвержение со стороны родителей, холодность, оставление ребёнка без психологической и моральной поддержки, недостаток уважения, внимания, игнорирование потребностей ребёнка.

**Ответственность за жестокое обращение с детьми**

 Российским законодательством установлено несколько видов ответственности лиц, допускающих жестокое обращение с ребенком.

 [**Административная ответственность**](http://www.biblios.ru/9045). Кодексом РФ об административных правонарушениях предусмотрена ответственность за неисполнение или ненадлежащее исполнение обязанностей по содержанию, воспитанию, обучению, защите прав и интересов несовершеннолетних — в виде предупреждения или наложения административного штрафа в размере от ста до пятисот рублей (ст. 5.35 КоАП РФ).

 [**Уголовная ответственность**](http://www.biblios.ru/9180). Российское уголовное законодательство предусматривает ответственность за все виды физического и сексуального насилия над детьми, а также по ряду статей — за психическое насилие и за пренебрежение основными потребностями детей, отсутствие заботы о них.

 [**Гражданско-правовая ответственность**](http://www.biblios.ru/9316). Жестокое обращение с ребенком может послужить основанием для привлечения родителей (лиц, их заменяющих) к ответственности в соответствии с семейным законодательством.

Практически все дети, пострадавшие от жестокого обращения, насилия и пренебрежительного отношения, пережили психическую травму, в результате чего они развиваются с определенными личностными, эмоциональными и поведенческими особенностями, отрицательно влияющими на их дальнейшую жизнь.

**Слайд 12**

**Как выразить любовь своему ребёнку**

**Итак, подведу итоги:**

Нехватка внимания ведёт к тому, что ребёнок не чувствует любви, и как следствие ухудшаются отношения между родителями и детьми из-за непослушания и капризов ребенка. А самое главное - нехватка внимания может отрицательно влиять на развитие ребенка.

Потребность в любви – основная эмоциональная потребность человека, тем более ребёнка.

Метафора: Каждый ребенок – это "сосуд", который нужно наполнить любовью. Ребенок не может без любви. И когда он ее чувствует, он развивается нормально. К чему ведет эта пустота внутри ребенка? Чаще всего дети совершают проступки, когда "сосуд любви" пуст. Он не чувствует любви, он хочет ее и ищет. Только не там и не так.

Когда любые детские вредности, капризы, истерики, непослушания связывают с нехваткой внимания, родители изумленно отвечают, что и так много времени проводят вместе с ребёнком, и куда ещё больше; высказывают опасения, что так можно совсем избаловать ребёнка и т.д. Например: Вы дарите подарок, организуете для него поездку, находите лучшего преподавателя, покупаете мебель в комнату, и т.п., а он... недоволен.

Оказывается, скорее всего ребёнку нужно не то, он по другому воспринимает, понимает любовь. Ему нужен другой способ, чтобы наполнится любовью.

Общая информация, всё очень индивидуально.

Существует пять основных языков любви – пять способов, которыми люди выражают любовь: слова поощрения, время, подарки, помощь, прикосновения.

**Слайд 13**

**1. Слова поощрения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если ребёнок:** | **Взрослым необходимо:** | **Противопоказано:** |
| Сам хвалит кого-то, делает комплименты, много восторженно рассказывает о ком-то; обижается, если его не слушают, когда слышит в свой адрес что-то негативное,напрашивается на похвалу, комплименты. | Поддерживать, хвалить, восхищаться, гордиться, благодарить, обращаться с просьбами, извиняться, признавать свою неправоту, ободрять, говорить комплименты, обращаться ласково, выражать положительные эмоции, любовь, ценность и значимость ребёнка для Вас.Использовать опосредованные способы: сказки, колыбельные, рассказы о себе: о жизни, о впечатлениях и воспоминаниях. Спрашивать о планах, впечатлениях и считаться с его мнением.Разговаривать стоя не спиной или в пол оборота и не из соседней комнаты, не "сверху вниз", а "на одном уровне"и с нежностью и любовью в голосе. Смотреть в глаза. | Ругать, критиковать, кричать, читать нравоучения, осуждать, оскорблять, сравнивать с другими детьми, манипулировать, отвергать, затыкать рот, игнорировать то, что ребёнок говорит и пр. |

Пока дети маленькие, родители не скупятся на ласковые слова. По мере взросления ребенка почему-то похвала уступает место замечаниям. Взрослые все реже хвалят ребёнка, замечая только ошибки.

**Слайд 14**

**2. Время**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если ребёнок:** | **Взрослым необходимо:** | **Противопоказано:** |
| Зовёт что-то посмотреть, просит вместе что-то сделать, погулять, любит находиться рядом с Вами, всячески мешает заниматься своими делами и разговаривать с кем-либо. | Быть вместе с ребёнком, разделять его увлечения, его интересы, эмоции. Чем-то заниматься вместе, уделять внимание: гулять, принимать пищу, беседовать, слушать. | Долгие расставания, изоляция, отказ, отвержение. |

Дело совсем не в количестве, а в качестве проведенного времени вместе.

Что значит качественного времени? Это не тогда, когда вы включили ребенку мультики, а сами в той же комнате гладите вещи. Качественное внимание, это когда вы спрашиваете у ребенка, чем бы он хотел заняться с вами. Если он просит почитать, почитайте. Если порисовать вместе, порисуйте. Если погулять на улице, вперед. Только на прогулке вы должны быть вовлечены в его игру, а не разговаривать в это время по телефону.

**Слайд 15**

**3. Подарки**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если ребёнок:** | **Взрослым необходимо:** | **Противопоказано:** |
| Сам дарит подарки (свои рисунки), обижается, когда не принимают его подарки. Благодарит вас за подарок, показывает его всем и хвалит вас, если хранит его на видном месте, подолгу с ним играет и пр. | Уметь понимать, что нужно ребёнку, учитывать его потребности и предпочтения, устраивать сюрпризы, дарить: подарки, вещи, внимание, поездки, мероприятия, устраивать праздники. | Жадность, забывчивость, необязательность, невнимательность к потребностям и предпочтениям ребёнка, обесценивание, уничтожение ценных для ребёнка вещей, подарков. |

На этом языке любви говорят все родители. И многие считают, что он единственный. Но если ребёнок относится к подаркам без ценности, равнодушно, ломает, складывает и пр.., то возможно это не его язык любви.

**Слайд 16**

**4. Помощь**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если ребёнок:** | **Взрослым необходимо:** | **Противопоказано:** |
| Делает что-то для другого, заботится, помогает, предлагает помощь, охотно соглашается помочь, обижается, когда не помогают, благодарит за то, что вы сделали что-то для него. | Помогать, заботиться, защищать, заступаться, предлагать помощь, говорить: "Что я могу для тебя сделать?", "Чем я могу тебе помочь?", "Если будет нужна помощь, обращайся".  | Отказывать в помощи, в просьбах, забывать обещания, игнорировать. Стыдить, раздражаться, злиться, добиваться самостоятельности, игнорировать потребности. |

Малыша родители кормят, купают, пеленают и пр. Ребенок подрос – появляются новые заботы: помочь вывернуть рукава, надеть колготки, починить машинку и т.д. Обычно дети воспринимают эти хлопоты, как должное. Но некоторые видят в них любовь.

**Слайд 17**

**5**. **Прикосновения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Если ребёнок:** | **Взрослым необходимо:** | **Противопоказано:** |
| Взбирается на колени, обнимает за шею, периодически подбегает, чтобы прислониться и пр. Обижается, когда отталкивают. | Держать за руку, обнимать, гладить по спине, голове, целовать, касаться плеча, делать массаж и пр. | Физически наказывать, отвергать, отталкивать, стыдить, высмеивать, игнорировать. |

Физический контакт с матерью стимулирует интеллектуальное и эмоциональное развитие ребёнка.

**Слайд 18**

Дети говорят на разных языках любви. Пока они малы, и вы не можете определить их родной язык, используйте все пять разом: хотя бы один окажется верным. И все-таки если вы понаблюдаете за своим ребенком, вы без труда поймете, на каком языке он говорит.

**Слайд 19**

***Присмотритесь к вашему ребенку:***

- Как он сам выражает любовь?

- О чем чаще всего просит?

- Что ему нравится, чему он радуется?

- Что его расстраивает, на что он обижается?

Все это поможет вам определить его родной язык любви.

Возможно, у ребёнка в отношениях с мамой и папой могут быть разные языки любви, от папы нужно одно, от мамы - другое. И по мере взросления у человека тоже может меняться язык любви.
 **Слайд 20**

***А теперь давайте попробуем определить Ваш язык любви. Для этого надо ответить на 3 вопроса:***

1. Что причиняет вам боль? Обратное, возможно, ваш родной язык.

2. О чем вы чаще всего просите супруга? Возможно, в этом для вас выражается любовь.

3. Как вы сами выражаете любовь? Возможно, это ваш язык любви.

**Слайд 21**

**Заключение**.

Самое дорогое в семье – отношения. Знакомы ситуации? Подросток сбежал из дома. Родители, ломая руки, восклицают: «Мы все для него делали. И вот благодарность!» А их сын, возможно, в это же время говорит психологу: «Они не любят меня. Вот моего брата – да, а меня никогда не любили». Неужели родители действительно не любят этого мальчика? Любят. Беда в том, что они говорят на разных языках.

В 99 случаях из 100 причиной непослушания, непонимания, истерик и других сложностей в отношениях между родителями и детьми, является не ребенок, а родитель. Если ребенок не слушается, причина в том, как вы организовали взаимодействие со своим ребенком. Если переформулировать всем известную фразу: "Мы в ответе за тех, кого приручили", которая относится к животным, в фразу: "Мы в ответе за тех, кого мы родили". Вам необходимо взять ответственность на себя за свои действия или бездействие, понять, в чем нуждается ваш ребёнок, что Вы можете сделать, что изменить, чтобы помочь ему.

Я знаю, родители любят своих детей, но отношения могут не складываться, потому что способы восприятия, и следовательно выражения любви у них разные. Тысячи детей живут с пустыми сосудами любви, именно в этом причина детских проступков. Главное в отношениях – удовлетворять эмоциональную потребность детей в любви, даже если у Вас и у вашего ребёнка они разные. Никогда не поздно все поправить. Когда вы заговорите на родном языке ребёнка, он может совершенно измениться. Но на это нужно время и ваше желание.