

Требовательный ребенок — в чем причина и как найти подход?



В психологии есть термин **ребенок с повышенной чувствительностью или сенситивностью**. В обиходе употребляется фраза «ребенок с повышенными запросами» или «требовательный ребенок».

Если посмотреть на значение **сенситивности** — она означает характерологическую особенность человека, способность его ощущать, различать и реагировать на внешние раздражители. Количественно различают повышенную и пониженную чувствительность (сенситивность).

Следует различать сенситивность характера (личности) и сенситивность периода (возрастные этапы развития), т.к. многие путают эти понятия.

Сенситивный период — когда ребенок, подрастая, проходит определенные фазы развития. Выдающийся отечественный психолог Л.С. Выготский отмечал такие фазы как периоды максимальных возможностей и условий для развития у детей определенных свойств психики и восприимчивости к приобретению знаний и умений. Прочитую его, т.к. это важно для понимания:

1,5—3 года. Период яркого восприятия речи, пополнения словарного запаса. В этом возрасте ребенок очень восприимчив к изучению иностранных языков. Также он благоприятен для развития моторики, манипуляций с предметами, восприятия порядка;

3—4 года. Этот период наиболее благоприятен для ознакомления со знаковым обозначением цифр и букв, подготовке к письму. Развиваются осознанная речь и понимание собственной мысли, идет интенсивное развитие органов чувств;

4—5 лет. Этот период знаменуется развитием интереса к музыке и математике. Увеличивается активность ребенка в восприятии письма, цвета, формы, размера предметов, происходит интенсивное социальное развитие;

5—6 лет. Наиболее благоприятный период для перехода от письма к чтению. Этот период очень важен для привития ребенку социальных навыков и поведения;

8—9 лет. В этот период языковые способности вторично достигают пика. Он также имеет большое значение для развития воображения и культурного образования.

На разных этапах сенситивного развития ребенка изменения в его психике могут проходить как постепенно и замедленно, так быстро и резко. Соответственно этому выделяются стабильные и кризисные стадии развития. Их еще называют поворотными моментами в развитии, или кризисами, если они протекают стремительно. В эти периоды ребенок особенно восприимчив к получению знаний и жизненных навыков. В организме ребенка происходят изменения, которые проявляются повышенной чувствительностью и ранимостью. На возникновение этих периодов мы повлиять не можем, поскольку это заложено человеческой природой. Но родители и педагоги должны (даже обязаны) предельно продуктивно использовать их для развития своего ребенка.

При стабильной стадии развития характерно плавное, без резких сдвигов и перемен поведение ребенка. Это может быть даже незаметно для его окружения. Но эти перемены накапливаются и в конце периода дают качественный скачок в развитии.

Стабильные этапы чередуются с кризисными. Кризисные периоды длятся недолго (от нескольких месяцев до 1—2 лет в зависимости от мудрости педагогов и такта родителей). Это чаще всего краткие, но бурные стадии. В кризисные периоды происходят значительные

изменения личности ребенка. Сам кризис начинается и завершается незаметно, его границы размыты, неотчетливы. Обострение наступает в середине сенситивного периода. Родители видят резкие изменения в поведении, интересах, ребенок выходит из-под контроля взрослых.

Индивидуальных различий во время кризисов гораздо больше, чем в стабильные периоды. В это время обостряются противоречия, с одной стороны, между взрослыми потребностями ребенка и его все еще ограниченными возможностями, и с другой — между новыми потребностями и сложившимися ранее отношениями со взрослыми. Современными психологами эти противоречия рассматриваются как движущие силы психического развития.

Итак, по мнению Л.С. Выготского, в жизни дошкольника самыми важными служат три сенситивных периода (кризисных момента) — 1 год, 3 и 7 лет.

Теперь перейдем к такому понятию, как **сенситивность характера (личности) ребенка**. Очень хорошую иллюстрацию приводят в своей книге известные авторы Уильям и Марта Серз. «Ваш ребенок: Все, что вам нужно знать о вашем ребенке с рождения до двух лет». Если читали их книгу, то наверняка помните, как они делились своими наблюдениями за дочерью Хэйден.

В главе 16. они пишут: «Есть дети, которые уже вступают в этот мир с особыми запросами, чем сразу же зарабатывают ярлык „беспокойных“ или „шумных“. Они способны исчерпать всякое терпение своих воспитателей, но легко ладят с теми, кто относится к ним чуточку мудрее и внимательнее.

Трое наших первых детей были настолько спокойны, что мы только удивлялись, откуда столько шума вокруг трудных детей.

Но вот появилась Хэйден, которая перевернула наш относительно мирный дом вверх ногами. Она и знать не хотела то, что годилось для других детей. В ее словаре не было слова „правило“, если дело касалось сна и пищи. Она все время должна была находиться на руках и у груди, буйствовала, оставаясь одна, и успокаивалась, как только ее брали на руки. Игра в „передай ребенка“ стала любимой в нашем доме: Хэйден могла часами спать, если ее, как эстафетную палочку, передавали из рук в руки. Уставала Марта — дочь брал я. Пользовались мы и лоскутным держателем, но не всегда.

Когда мы пытались сделать столь необходимый для нас перерыв, Хэйден кричала без умолку. Девизом семьи стало: „Куда бы ни шли Марта и Билл, Хэйден идет с ними“. Дочь не отставала от нас ни днем, ни ночью, и дневные баталии ночью отнюдь не сменялись перемирием. Она категорически не признавала детскую кроватку и засыпала, да и то не всегда, только в постели родителей, ощущая тепло нашего тела. Кроватка, в которой до этого выросли трое наших детей, вскоре оказалась в гараже. Единственной закономерностью поведения Хэйден было отсутствие всяких закономерностей. То, что помогало в один день, не годилось на следующий. Мы постоянно искали новые способы, как убаюкать ее, а она предъявляла все новые требования.

Наши чувства к Хэйден были так же беспорядочны, как и ее поведение. Иногда мы симпатизировали друг другу, а чаще, будучи утомлены, сердились и досадовали.

Если бы это был наш первый ребенок, мы могли бы считать виноватыми себя и ломать голову над тем, что мы делаем не так. Но к тому времени мы были уже опытными родителями и знали, что дело не в нас. Вскоре нас стали одолевать разными советами: „Вы

носите ее слишком много“, „Вы ее портите — дайте ей накричаться“, „Она из вас веревки вьет“. Но мы отстаивали свой стиль воспитания, продолжая придерживаться того, что работало и казалось нам правильным. Урок N 1 для тех, кому приходится воспитывать ребенка такого типа: „Ребенок кричит из-за своего темперамента, а не потому, что вы плохие родители“.

Уже через несколько недель после рождения Хэйдэн мы осознали, что нам достался необычный ребенок, с особенными запросами, и отношение к нему должно быть особым; такую заботу мы твердо решили обеспечить. Но как? Мы сочли, что Хэйдэн будет лучше, если мы отнесемся к ней с наибольшей чуткостью и творчески. Но для этого требовалось терпение...

В оценке поведения Хэйдэн мы придерживались нашего стиля заботливого отношения к детям и просто говорили: „У нее высокий уровень потребностей“. В этом термине заключался ключ к нашему пониманию Хэйдэн.

„Ребенок с повышенными запросами“ — и этим все сказано. Это понятие точно раскрывает, и почему эти дети так много требуют, и как надо к ним относиться. Оно точное, необходимое и звучит обнадеживающе, снимает вину с родителей и дает признание таким детям. Родители шумных детей, вам уже не стало чуточку легче?

„Она перерастет это“, — уверяли друзья. И да, и нет. С тех пор, как мы определили поведение Хэйдэн и соответственно построили свои отношения с ней, нам стало легче. Но ее потребности с возрастом не уменьшались — они просто изменялись. Хэйдэн из грудничка с повышенными запросами превратилась в девочку с большими запросами, потом — в подростка с неменьшими притязаниями. Она медленно отвыкала от мест, где чувствовала себя уютно, — от кровати, груди, рук. Но все же отвыкла. Как мы этого добились? Чуткостью.

Сейчас, четырнадцать лет спустя, Хэйдэн стала глубоко чувствующей, творческой личностью, у которой, как говорят, „жизнь бьет ключом“. Она добра и внимательна к другим, включая нас. **Вот чему нас научила Хэйдэн:**

— Дети бывают шумными прежде всего из-за своего темперамента (в смысле их общей тенденции вести себя именно так), а не по вине родителей.

— У каждого ребенка есть определенные потребности, которые необходимо удовлетворять. Забота о ребенке позволяет обеим заинтересованным сторонам (родителям и детям) в своих отношениях раскрыть все лучшее, что у них есть.

— Нужно принять как должное, что у детей с повышенными запросами необычный темперамент и они требуют особой заботы. Дочь научила нас быть более чуткими, что помогло нам и в работе, и в отношениях с людьми и в семье.

Чему мы научили Хэйдэн:

— Те, кто о ней заботятся, внимательны к ее потребностям.

— Она сама представляет собой ценность (это нормально — иметь запросы).

— Она окружена теплом и доверием.

Особенности ребенка с повышенными запросами

Чтобы удостовериться, наградил ли вас Господь именно этим типом ребенка, познакомьтесь с тем, какие черты, по мнению родителей, отличают детей с высокими запросами.

„Сверхчувствительность“. Такие дети придают большое значение обстановке. Их сразу начинают беспокоить изменения в привычной и уютной среде, и они не приемлют их. Они легко пугаются днем и плохо спят по ночам. Эта чувствительность помогает им глубоко привязываться к внимательным и заботливым родителям, но они с неохотой принимают чужаков и няnek. У них разборчивый вкус и ясное сознание. Эта чувствительность, которая вначале причиняет много неудобств, впоследствии может сослужить хорошую службу. Такие дети способны на глубокую привязанность.

„Я просто не могу уложить его“. Таким детям не свойственно мирно лежать в кровати и ждать (как большинству других), что на руки их возьмут, только чтобы покормить и поменять пеленки. Движение, а не покой — вот их стиль жизни. Эти дети вечно на руках или на груди, они редко соглашаются подолгу находиться в кроватке.

„Не может сам успокоиться“. Способности к самоуспокоению за такими детьми не водятся. Родители сообщают: „Он сам не может расслабиться“. Колени матери — его стул, грудь отца — его ложе, грудь матери — средство для успокоения. Эти дети очень разборчивы по отношению к успокаивающим игрушкам, заменяющим мать, и часто отвергают их. Это требование высокого качества к „утешителю“ впоследствии заставляет личность тяготеть не к вещам, а к людям, и стремиться установить с ними близость и взаимопонимание.

„Напряженность“. „Он все время находится на взводе“, — заметил уставший отец. Дети с высокими запросами вкладывают массу энергии во все, что бы они ни делали. Они громко кричат, смеются до упаду и тут же начинают протестовать, если их вовремя не покормили. В силу того что они все глубже чувствуют и сильнее на все реагируют, они способны крепко привязываться и очень переживают, если отношения разрушаются. Такие дети потом, похоже, становятся энтузиастами. Но какие бы ярлыки им ни приклеивали, скучными их никто не назовет.

Настал момент, и вы поняли, чего ребенок от вас хочет, но готовьтесь к тому, что завтра придется начать поиски сначала. Одна мама говорила: „Именно тогда, когда я считаю, что переиграла его, он снова берет верх“. Какой-то комплекс успокаивающих мер может помочь один раз, но на следующий день он уже не годится.

„Слишком активны“. Эти дети, когда их держат на руках, много вертятся, пытаясь найти наиболее удобное положение. Кормление осложняется тем, что они все время норовят изогнуться назад и выскользнуть из ваших рук. „Для него вообще не существует неподвижного положения“, — сказал один папа. Когда вы держите такого ребенка, то чувствуете, как напряжены его мускулы.

„Истощает все силы“. Кроме своей энергии, которую ребенок вкладывает во все, что ни делает, он использует и энергию родителей. „Он меня просто изматывает“, — постоянная жалоба родителей.

„Невозможно удержатъ“. Это относится к наиболее трудным детям с повышенными запросами, которые не приемлют такого испытанного средства, как

пребывание на руках. В то время как большинство детей на руках млеют и устраиваются поудобнее, эти норовят изогнуться, брыкаются, вырываются. Обычно малыши успокаиваются, когда их берут на руки, а эти очень долго не могут найти удобную позу, но рано или поздно находят ее, если мама старается помочь и предлагает уютное безопасное гнездышко из своих рук.

„Требовательность“. Дети с высокими запросами требуют много и имеют достаточно воли, чтобы получить свое. Посмотрите, как по-разному два ребенка, протягивая к вам руки, просят, чтобы вы взяли их. Обычно ребенок, если его просьбу проигнорируют, опускает руки и занимает сам себя игрой. Но не таков малыш с повышенными запросами. Он не смирится с тем, что его не услышали, будет кричать и требовать до тех пор, пока не добьется своего.

Будьте готовы к такой особенности и не слушайте вредных советов типа „Он вас подминает под себя“. Представьте себе на минуту, что произойдет, если ребенок с повышенными запросами не будет требователен. Если у него есть острая потребность в чем-либо, но недостает силы характера, чтобы заявлять о ней до тех пор, пока ему не пойдут навстречу, это может даже помешать ему нормально развиваться. Требовательность у детей с повышенными запросами — предвестник сильной воли в будущем.

Утомившиеся родители часто спрашивают: „Сколько же будут продолжаться эти выходки и что из него вырастет?“ Не спешите загадывать, каким человеком вырастет ваш ребенок. Некоторые трудные дети со временем меняются на 180 градусов как личности. Но в основном потребности малыша не уменьшаются, а только видоизменяются. И все же хотя вначале ранние проявления их личности удручают родителей, по мере развития ребенка многие, если пользуются нашим методом, меняют свою оценку поведения ребенка, в ней начинают преобладать такие слова, как „смелый“, „заинтересованный“, „яркий“. Те же самые качества, которые вначале доставляли родителям столько хлопот, теперь приобретают положительное значение и для детей, и для родителей, но только в том случае, если высокие запросы в свое время были распознаны и не остались без ответа. Энергичный младенец может стать творческим ребенком, чувствительный малыш превратится в способную сострадать личность, т.е. сможет отдать гораздо больше, чем требовал.»

И все же, как быть с воспитанием такого ребенка? Как быть с границами, стоит ли их устанавливать?

Родителям таких требовательных и беспокойных деток очень нужно продуманное поведение и четкие границы.

Если вы, к примеру, знаете, что вызовет у ребенка бурную реакцию, **можно предусмотреть обходные маневры, смягчающие данную ситуацию.** Например, посещение врача — это для любого ребенка сильный стресс. А для нашего ребенка с повышенной сенситивностью — он увеличивается вдвое. Кто-то вызывает врача на дом и он обследует ребенка в домашней обстановке. Кто-то постепенно готовит малыша к посещению поликлиники с помощью сюжетной игры и красочных книжек. Кто-то приходит на прием точно по времени и тем самым, избегает утомительного ожидания в очереди. Кто-то просто отвлекает кроху увлекательной игрушкой. У каждого родителя обязательно найдется свой способ решения.

Да, не всегда они срабатывают, но путем внимательного наблюдения за ребенком и спокойного, теплого отношения к нему можно снизить значительное число вспышек и капризов.

Границы устанавливаются в зависимости от возраста ребенка: в каждой семье они индивидуальные, но есть и общие, одинаковые для всех. Семьям нужно определить, что допустимо, а что нет и поддерживать их единым фронтом.

От родителей потребуются **максимум терпения и выдержки**. Поэтому те, кто сами не выдерживают и взрываются, важно позаботиться о себе в первую очередь. Уравновешенная мама благотворно влияет на такого ребенка, и он в свою очередь, постепенно учится у нее управлять своим характером.

Все предъявляемые **требования к ребенку должны быть короткими, понятными, а запреты — не более 4-5 и достаточно вескими и аргументированными**, которые касаются жизни и безопасности ребенка и которые не имеют двойного толкования: сегодня нельзя, а завтра — можно. Все, что не входит в эти запреты — либо «можно», либо убирается с глаз долой во избежание споров.

Важен **продуманный режим, учитывающий потребности ребенка**. К примеру, если малыш с 2-3 лет отказывается спать в тихий час (а отдыхать ему очень важно), то вместо того, чтобы настаивать, накаляя обстановку, стоит продумать, чем заменить этот отдых: тихими играми, беседой-рассказами-сказками, расслабляющим массажем, чтением книжки, рисованием. Т.е. такой деятельностью, при которой он вовлечен во что-то, но темп деятельности намного ниже, чем во время активного времени дня.

Очень необходимо **разумно дозировать просмотр телепередач и использование различных гаджетов**. К сожалению, многие детки подвержены скуке и не выпускают из рук планшеты и телефоны. Как результат, они имеют низкую познавательную потребность и совсем не умеют играть в самые простые игры. А накопленная энергия ищет выход, порой в немотивированных капризах. Им нужны больше впечатлений для развития ума, движений для развития опорно-двигательного аппарата, активные прогулки на улице и тренировки дома, причем дома очень желательно иметь спортивный уголок.

И в завершении хочется сказать: не воспринимайте своего ребенка с повышенной чувствительностью (сенситивностью) как мучение и наказание. У вас растет сильный характером и чуткий душой ребенок. Который при внимательном отношении и мудрой заботе вырастет в прекрасного и отзывчивого человека.