

**Теория
привязанности,
как фундамент
эмоционального
благополучия
ребёнка**



В России главной идейной
вдохновительницей теории
привязанности
является известный детский
психолог

Людмила Петрановская.

В 2014 году вышла её книга

« *Тайная опора :*

*Привязанность в жизни
ребенка »*

Ставшая настольным
пособием по детской
психологии для многих
родителей.



Теория привязанности и воспитание – как это работает?

Для психологического здоровья, умения понимать и контролировать свои чувства, а также для развития эмпатии в дальнейшем ребёнку необходима привязанность хотя бы к одному взрослому.

Это может быть кто угодно:



Существует 4 типа привязанности:

I тип

Надёжный – ребёнок полностью доверяет взрослым. Это наиболее здоровый и действенный тип привязанности. Даже при разлуке такой ребёнок чувствует себя в безопасности и уверен, что всё в порядке.

II тип

Тревожно-амбивалентный – ребёнок боится разлуки со взрослыми, чувствует отдаление и неуверенность даже в их присутствии. Таким типом привязанности обладают малыши-отказники в Домах малютки. Также к тревожному типу часто склоняются дети, проходящие возрастные кризисы (3 года, 7 лет, подростковый период). Именно в это время дети начинают проверять прочность связывающей их привязанности, совершая демонстративные поступки и нарушая правила: *а любят ли меня? а будут ли любить, если я поступлю плохо?*

III тип

Избегающий тип – ребёнок не надеется получить ответную связь от родителей и избегает их. С таким типом привязанности дети из трудных семей обычно убегают из дома, а из относительно благополучных семей – замыкаются в себе.

IV тип

Дезорганизующий – ребёнок никогда не испытывал привязанности и не понимает, что это. При этом типе нарушается базовое доверие к миру, не формируется понятие о важности межличностных взаимоотношений, утрачивается эмоциональный отклик. Исправить данный тип практически невозможно.

Теория привязанности говорит, что связь между ребёнком и родителями не зависит от количества проведённого вместе времени. Искренние и тёплые полчаса принесут больше пользы, чем три пустых пару часов.



С взрослением ребенка, привязанность также будет меняться.

Новорождённые дети обладают самой сильной потребностью в близости взрослых. Это объясняется, в том числе, и биологически, ведь новорождённый ребёнок не может существовать без заботы со стороны старшего.

Дошкольники строят свою привязанность как на внутренней близости и тепле, так и на внешних проявлениях любви и заботы. Признания в любви, подарки, идеализация родителей и попытки показать им свою любовь – во всём этом и выражается привязанность.

В возрасте 6-7 лет поддержка и близость является фоновой и требуется только в исключительных случаях, когда больно, обидно или страшно. В остальное время ребёнок уже сам может находиться в состоянии положительной уверенности в себе и мире вокруг.

Отделение от родителей происходит постепенно и достигает своего максимума к окончанию полового созревания
Иногда тот или иной этап развития привязанности проходит с нарушениями.

Излишняя опека над школьником приводит к невозможности развития психологической зрелости: в зависимости от темперамента, ребёнок будет или громко протестовать, либо, наоборот замкнётся в себе. Будучи взрослым, такой человек будет избегать близких, глубоких отношений.



Недостаточное внимание к ребёнку, вынужденная длительная разлука во младенчестве или эмоциональная холодность со стороны родителей также не позволят ребёнку вырасти психологически зрелым и уверенным в себе человеком.



Как стать ближе к ребёнку?

1.«Поцелуйчики в карман» - идеальный способ попрощаться с малышом в детском саду. Такой запас поцелуев станет своеобразным воплощением вашей любви на весь день. Расскажите ребёнку, что если ему станет грустно или он заскучает по вам, пусть достанет один поцелуй из кармана и ему сразу станет лучше.

2.Колыбельные песни—полезный способ провести вместе время и стать ближе друг другу. Именно во время укладывания рассказываются самые сокровенные секреты, создаются самые прочные связи, рождаются самые сильные чувства. Колыбельные песни можно слушать и петь всем вместе, независимо от возраста.



3. Семейная история – совместное изучение генеалогического древа даёт чувство принадлежности к роду, общности, единения со всеми, кто был до тебя. Это особенно важно для детей школьного возраста



4. Неожиданная забота – спонтанные проявления любви и бережного отношения (завтрак и записка с пожеланием хорошего дня, плед для спящего, небольшой праздник без всякого повода, ухаживание за болящим, исполнение давнего желания) помогают укрепить чувство привязанности в любом возрасте, даже для взрослого человека.



В современной детской психологии **теория привязанности** считается основной для понимания механизмов становления и формирования детской психики. Хотя первые три года жизни являются критическими для становления привязанности, её укреплением и восстановлением можно успешно заниматься в любом возрасте.

