

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение

детский сад №72 «Кораблик»



Консультация для родителей

«Влияние родительских установок

на развитие детей»

Педагог-психолог: Удалова Н.А.

г.о.Мытищи, 2023 год



Быть родителем — непростая задача. Невозможно оказаться идеально готовым к тому многообразию ситуаций, из которых складывается наша жизнь с детьми. Не все возникающие задачи окажутся нам под силу, не со всем мы справимся. Но обиднее всего, когда мы создаём большие сложности на ровном месте из-за неосознанных установок.

Предлагаю рассмотреть частые родительские установки, которые негативно влияют на развитие детей. И от которых достаточно легко избавиться.

«Да что он понимает в этом возрасте»



Родительская установка «да что он понимает» часто проявляется, когда мама или папа обсуждают ребёнка с другими людьми при нём, в личной беседе или по телефону. Даже если они предельно корректны, не корректна сама форма.

В младенчестве дети действительно мало что понимают. Им нужна забота, чтобы получить всё необходимое для жизни. Иногда этот опыт производит на родителей такое неизгладимое впечатление, что они не могут остановиться годами. Отвечают за ребёнка и говорят о нём так, как если бы тот был неодушевлён. И, зачастую, с той небрежностью, которую мы позволяем, говоря о ком-то за глаза.

Обсуждение человека в его присутствии — оскорбительно. В компании мы можем сказать о себе только то, что считаем нужным. Если же за нас говорят другие, мы как будто лишаемся права голоса.

Представьте, что пока вы стоите рядом, коллега говорит сотруднику соседнего отдела: «Олечка Пална у нас умница. Звёзд с неба не хватает, конечно. Над годовыми отчётами приходится вместе биться. Зато так старается с ксерокопиями, очень аккуратно получаются! Думаем на курсы повышения квалификации отправить, такой талант надо развивать!»

Родители обычно обсуждают малышей в двух ракурсах:

1. Перечисляют неудачи, ошибки, воспитательные трудности и недовольства с целью выразить усталость или огорчение, что справляются не так хорошо, как хотелось бы. Для ребёнка же это выставление напоказ того, чем он не гордится.
2. Перечисляют детские успехи с целью поделиться своей радостью. Происходит приписывание заслуг себе: делал малыш, а рассказывает и получает одобрение мама.

Даже не говорящие дети понимают, что говорят о них. Смысл речи становится доступен чуть позже, но этот момент легко пропустить. Не нужно быть сильно взрослым, чтобы почувствовать, как из тебя делают вещь или выставочную собачку. Поэтому выгоднее считать детей понимающими в любом возрасте.

Влияние родительской установки «Да что он понимает в этом возрасте» на развитие ребёнка.

Последствия такого поведения — ущерб самоотношению и образу себя. Ребёнок выстраивает представление о себе как о человеке, который не вполне человек, так как не обладает правом голоса. Учится философии феодальной эпохи: пока ты не добрался до вершины социальной пирамиды, молчи и слушай. Не проявляй инициативы и своего мнения, довольствуйся тем, что выдаст тебе старший по положению в семье или вовне её.

Самым травмирующим выступает не сам факт подобного неуважительного обращения, а содержание того, что произносится. Родители обсуждают свои трудности в воспитании в обвинительной форме:

- не «я не справляюсь с установлением правил», а «он непослушный, капризный, глупый, упрямый, трудный, агрессивный»;
- не «я имею высокие ожидания», а «он ленивый, неспособный, всё из-под палки делает, глупый, медлительный, замкнутый, лживый».

И ребёнок верит. Учится плохо думать о себе и винить других, чтобы хоть как-то ужиться с такой мучительной самооценкой.

Прекращая обсуждать ребёнка в его присутствии, мы тренируем уважительное отношение к развивающейся личности. А бонусом вдруг обнаруживаем, что и за глаза начинаем обсуждать более уважительно к нему и себе.

«Всё он понимает»



Эта родительская установка о ребёнке — другая крайность. Мы проявляем её, если раньше времени нагружаем детей смыслами, которых они не смогут понять в силу своей незрелости.

А. Макаревич вспоминает в одной из своих книг: «Когда я был совсем маленьким, моему отцу доставляло огромное удовольствие, посадив меня к себе на колени, заговорщическим тоном промолвить: „Молодец — против овец. А против молодца?..“ И я, замирая от восторга, торжественно произносил: „Сам овца“».

Это необыкновенно радовало моих родителей. Мне же в ту минуту виделась картина, не имевшая никакого отношения к истинному смыслу пословицы.

А видел я бескрайнее туманное поле — поле предстоящей битвы. Слева располагалось русское войско — на конях, в островерхих шлемах, как в фильме „Александр Невский“. Справа до горизонта мрачно теснились овцы. От человеческого воинства отделялся и выезжал вперед Молодец — витязь-богатырь вроде Микулы Селяниновича. Навстречу ему из стада овец выдвигался их предводитель — мощное и свирепое животное: Сам Овца. Они медленно сближались. Поединок Молодца и Самого Овцы определял исход всей дальнейшей битвы. Картина получалась грозная и торжественная.

Только много лет спустя, мне вдруг открылось общепринятое прочтение этой крылатой фразы. И я, надо сказать, был сильно разочарован её убогой назидательной мудростью».

Родители часто торопят события — ожидают от только что начавшего говорить ребёнка, что тот верно поймёт игру слов, сказочный вымысел, суть пословиц, намёки, сарказм или пассивно-агрессивные высказывания. Но в итоге обоим ждёт разочарование.

Не чувствуя сложности в сказках, метафорах, переносных смыслах и торопясь использовать их, мы подобны Ивану-царевичу, который сжигает шкурку Царевны-лягушки. Дождись он подходящего времени, не покинула бы его жена, и не пришлось бы ему продираться через испытания. Так и взаимное понимание с

ребёнком было бы качественно лучше, если бы родитель не поторопился нагрузить общение непосильными сложностями.

Влияние родительской установки «Всё он понимает» на развитие ребёнка. «Если важные люди не понимают меня, а я — их, то моя жизнь одинока и трудна» — изоляция тяготит и затрудняет социализацию.

В недалёком будущем можно попасть впросак, понимая буквально то, что для буквального понимания не предназначено. Трудно предугадать, где и как недопонимание непосильных взрослых сигналов приведёт к недоразумению. Но наверняка такой детский опыт будет негативным

«А вот Маша уже может, а вот Миша — молодец»



Сравнения с другими детьми подобны недостижимому горизонту. Может показаться, что хороший пример замотивирует равняться на лучшее. Но сын маминой подруги вырастает и становится мужем подруги жены. А собственный сын всё ещё недостаточно хорош, и постоянно находится кто-то лучше.

Последствия. Родительская установка на оценивание и сравнение с другими почти всегда травмирует ребёнка. Потому что семья — это не экзамен, а колыбель роста, питательная среда и прототип дальнейших отношений в жизни.

Сравнения с недостижимыми идеалами порождают беспомощность и озлобленность:

- множественные сравнения с успехами других — нервируют;
- внешняя мотивация не дополняет, а подавляет внутреннюю;
- вместо тепла и принятия ребёнок получает стресс от бесконечного экзамена на звание достойного наследника.

Сравнения отравляют процесс развития и оставляют тяжёлые шрамы в личности. Самодостаточные, принимающие себя и умеющие найти опору в самих себе взрослые вырастают из детей, у которых была опора со стороны близких в детстве.

У кого такой опыт в дефиците, могут сильно зависеть от мнения других и внешних формальных признаков успеха. Могут пытаться найти психологическую

поддержку в чём-то, помимо отношений: еде, алкоголе, наркотиках и/или лекарствах, коллекционировании достижений.

Отравленные в детстве сравнениями люди могут уходить в разные крайности. Один становится трудоголиком и не позволяет себе отдыхать. Второй избегает ответственности, чтобы лишить других малейшего шанса опять посравнивать его. Потому что ещё с детства сыт по горло бесконечными измерениями.

«Ты злой мальчик»



Навешивание ярлыков на ребёнка — ещё одна установка, которую родители проявляют не намеренно.

Ум взрослого склонен к обобщениям и настроен обзаводиться стереотипами. Благодаря им мы экономим энергию и время. Непрактично вникать в каждую ситуацию как будто ни с чем похожим мы в жизни не сталкивались, и с нуля досконально разбираться в ней. Не тратя время на изобретение нового поведения, мы действуем так, как уже было с нами в похожей ситуации. Это работает и нравится лёгкостью исполнения.

Потому у нас в языке такое большое количество обобщений, в том числе для описания людей. Ленивый, добрый, глупый, заботливый, агрессивный, исполнительный, безответственный, ответственный — это инструкции о том, чего от человека ожидать. Но подобные ярлыки ограничивают ребёнка.

Влияние на развитие. Знаете поговорку: «Быть взрослым — это значит, поступать правильно, даже если твоя мама сказала сделать так же»? Она иронизирует над зависимостью ребёнка от ожиданий и указаний родителя.

Сначала дети безоговорочно верят нашим характеристикам. Меньше пробуют вести себя так, как не укладывается в наши определения. Потом (если это потом наступает) — бунтуют против ограничений.

Настоящая свобода выбора наступает при условии, что выбор сверяется не с внешней оценкой типичного себя. А с тем, что ближе и сообразно моменту.

Если родители перегружают ребёнка ярлыками, ему может потребоваться значительная часть взрослой жизни, чтобы выкарабкаться из-под этого склада чужих упрощений.

Чем больше на нас чужих ярлыков, тем охотнее расклеиваем их и сами. Поэтому дети оказываются увешаны обобщениями: родители, не отшелушив собственные наклейки, награждают ими своего ребёнка.

«Не трогай, это кака...»



Иногда ярлыки навешиваются не на ребёнка, а на поступки или вещи. Есть много вещей, которые как будто бы ОК с детьми. Но стоит примерить их на взрослую жизнь, как они становятся очень-очень странными.

Фокус в том, что дети в раннем детстве впитывают установки, транслируемые родителями. А становясь взрослыми, бессознательно продолжают руководствоваться ими же, и такие идеи проблематично даже осознать, и очень сложно — переменить.

Влияние на развитие. Вот свидетельство силы таких установок: поднимите руки те, кто никогда не называет что-нибудь плохое словом «говно». А начинается с привычки называть всё грязное и непригодное словом «кака». Кажется, что когда ребёнок тянет в рот вообще всё, здорово иметь короткое слово вместо «это слишком плохо, чтобы тянуть в рот».

Но вот реальный пример из моей практики: на этапе отлучения от груди малыш стал проявлять повышенный интерес к груди других женщин и ненавязчиво интересоваться, не найдётся ли у них немного грудного вскармливания. Мама в ответ сообщила, что вот эти все не мамины груди — кака. Ребёнок понял, принял и радостно указал на собственную грудь: «кака!» Как вам такое представление о собственном теле?

«Волчок укусит за бочок. Доктор сделает укол»



Вряд ли есть на свете родитель, который ни разу не чувствовал себя беспомощным, стараясь чего-то добиться от ребёнка. Отчаянье может подтолкнуть к попыткам запугать малыша. Для многих даже не очевидно, что напуганный ребёнок ведёт себя менее адекватно и управляемо, чем спокойный. А после историй про Бабайку или бабу Ягу, которые воруют непослушных детей, бывает тяжело заснуть и спать всю ночь в своей постели.

Это ошибочная стратегия, но в ней понятно, на что надеется родитель, пока он на эмоциях. Гораздо опаснее, если родители пытаются использовать в качестве устрашающей фигуры не специальное пугающее существо, а возможного помощника.

Как можно одновременно хотеть, чтобы потерявшийся ребёнок обращался за помощью к полицейскому и использовать фигуру полицейского как угрозу? А как ждать спокойствия в кабинете врача, если «Сейчас позову доктора, чтобы он тебе укол поставил!» Как это может благополучно уместиться в голове ребёнка?

От таких родительских установок могут быть неприятные последствия:

- сильный страх перед людьми в форме (включая охранников);
- истерики в кабинетах врача;
- трудности с самостоятельным засыпанием;
- кошмары и пробуждения;
- требования спать рядом с мамой.

«Извинись, я сказала»



Ещё одна родительская установка, негативно влияющая на развитие — руководить ребёнком, приказывая совершать какие-либо действия. Не интересоваться его желанием и не предполагать в нём воли:

- Быстро верни игрушку!
- Встал и пошёл!
- Положи на место, я сказала!

Мы хотим, чтобы наши дети были хорошо воспитаны и успешны в общении. Но прямые указания обманчиво поучительны. Если я чего-то сам хочу, я и так сделаю. Если не делаю — значит, не хочу или не понимаю. Давление в «правильную» сторону заставляет ребёнка чувствовать предателем самого себя и жертвой несправедливости. Слишком маленьким, чтобы иметь право на свои желания и чувства.

Последствия приказов — заниженная самооценка и затаённая обида. Часто в качестве реванша за перенесённое унижение взрослые демонстрируют доброжелательность с внутренним сопротивлением. Им гораздо проще ни с кем ничем не делиться. Они намеренно избегают ситуаций, в которых люди вместе что-то делают и потому делят еду, кров, время.

Иногда ребёнок смиряется, чтобы нравиться родителям. Выучивает, что надо отдавать, не думая о себе. Выросший, он будет стремиться поставить себя на последнее место во всём. А раздражение и усталость по этому поводу найдут выход в психосоматических болезнях и приведут к эмоциональному выгоранию. Человек может выбирать отношения, в которых он даёт больше, чем получает.

Стремление оградить себя от необходимости извиняться часто приводит к тому, что мужчина или женщина с трудом признаёт ошибки и стремится упрекнуть ситуации, в которых уместны извинения. Это очень усложняет отношения. Не просто быть рядом с тем, кто постоянно обвиняет партнёра по общению. Если уже выросший не перерос унижение от «извинись, я сказала», то в его взрослости оно превращается в «ты меня вынуждаешь» и «это ты виноват».

«Будешь ам-ам? Бибика приехала»



Обучение вымышленному языку — ещё одна непродуктивная родительская установка.

Начинающие говорить дети редко произносят новые слова, как это принято в родном языке. Подбор простых для произнесения слов помогает запустить активную речь. А вот если вводятся в обиход заведомые примитивизации и эвфемизмы, то это уже не помощь, а форменная диверсия:

- Будешь ам-ам?
- Сделай ку-ку!
- Деда пришёл.
- Бибика поехала.
- Доставай краник, пописай.

Влияние на развитие речи ребёнка. Если родители часто используют вымышленные слова, то речь ребёнка может заметно искажаться и не соответствовать возрастной норме.

Довольно досадно быть неуспешным в развитии речи. Особенно если причина не в собственных сложностях, а в том, что твои мама

«В магазине мальчики закончились, пришлось купить тебе сестричку»

Эта установка про замалчивание или искажение информации. Родители часто дают ребёнку странные объяснения в тех темах, которые для них эмоционально заряжены и сложны. Где имеют в запасе не прожитые до конца стыд, боль, растерянность или страх — рождение, секс, развод, смерть.

Нам сложно говорить об этом даже с друг другом. А когда малыш задаёт вопросы с безмятежной любознательностью, чувствуешь груз двойной ответственности. И тут начинается мифотворчество. О детях, которых нашли в капусте или их принёс аист. О покупке младших сестёр в магазинах. О маме или папе, который уехал и вот-вот вернётся (но нет).

Влияние странных объяснений. Родители хотят уберечь детей, но дезинформация — плохой способ. Собственными словами мы готовим своим детям печальное будущее людей, которые могут:

- осознать, что близкие люди им врал;
- попасть впросак, используя полученную информацию с другими (разыскивая магазин с продающимися детьми, обсуждая аистов и капусту со старшими товарищами);
- строить нереалистичные планы (накопить на братика или сдать обратно в магазин уже имеющегося);
- фантазировать (небесная канцелярия, распределяющая аистов по домам);
- конструировать и проживать страхи (забеременеть в три года от поцелуя);
- испытывать сильную вину (со мной что-то не так, раз мама и папа говорят, что всё хорошо, но я чувствую и вижу, что — нет);
- жить в стрессе ужаса (может, и я в любую минуту могу без следа исчезнуть, как мой умерший родственник испарился из моей жизни);
- разбивать ложные надежды о разочарование (я ждал, что важный для меня родственник вернётся, но он не вернулся спустя много лет);
- ненавидеть себя (если папа только плохой, то я на 49% состою из того же зла, которое и есть всё, что я знаю об отце);
- бояться себя (если мне ничего не говорят о родителях, то я не знаю, что думать о себе как их продолжении; если от меня скрывают правду, то наверняка — более ужасную).

Уточнение. Есть сложные и важные темы, и детям нужны наши простые и зрелые объяснения. Иногда не обойтись без помощи специалиста. Нет ничего зазорного в том, чтобы обсудить с психологом, как сформулировать правдивую версию аиста и капусты или развода.

Тем более стоит воспользоваться компетентностью профессионала, если нужно помочь ребёнку принять себя и выстроить отношения с внутренним родителем. Например, если реальный папа сидит в тюрьме, уклоняется от родительских обязанностей или страдает зависимостью. То есть показывает плохой пример для подражания.

Можно не быть в ресурсе создавать конструктивные условия для проживания ребёнком потери, если сам проживаешь горе. Чем раньше запросить поддержку в такой ситуации, тем меньше малыш накопит вторичных сложностей.

«Надень что хочешь... Ну нет, переодевайся»

Небезразличные родители слышаны о том, что детям полезно давать выбор. К сожалению, стараясь претворить в жизнь эту действительно полезную часть воспитания, они упускают из виду чрезвычайно важную деталь. И подменяют выбор угадкой.

Выбор — это процесс определения, какая из возможных опций лучше подойдёт текущим потребностям. Мы принимаем решения и последствия своего выбора при наличии альтернатив, которые действительно являются альтернативами.

Бывает, что варианты не равнозначны с точки зрения родителя и на самом деле есть приемлемый и не желательный выбор: одобряемый и не одобряемый варианты. Тогда это не выбор, а угадывание правильного ответа.

Например, мама намерена водить ребёнка в садик. В этом случае вопрос: «Пойдёшь в сад сегодня?» — это запрос на то, чтобы малыш сообщил правильный ответ. Подбодрил, ведь мама волнуется перед расставанием. Что угодно, но не обучение принятию решений или умению делать выбор.

Или говорим: «Надень, что хочешь», а потом заставляем снять выбранное. Учим не тому, что мнение малыша важно, а тому — что его мнение НЕ важно.

Влияние установки «Выбор без выбора» на развитие ребёнка. Ребёнок утверждает в ощущении, что его мнение и желания не важны. Он учится угадывать, что нравится родителю, что тот ждёт. Учится как минимум демонстрировать готовность оправдать чужие ожидания, а как максимум — врать. Хотеть ты можешь разного, а на словах будь добр делать вид, что ты выбираешь то, что хочет слышать избранным родителем.

Такое завуалированное отвержение порождает столь же окольный протест. Ребёнок начинает делать по-своему втихаря, протестовать, или саботировать то, что мама навязывает ему имитацией выбора.

В зависимости от дальнейшей реакции родителя может расти чувство беспомощности, зависимости от обстоятельств и родительской воли, протест и злоба, предубеждение ко всякому вопросу о мнении как к способу манипуляции.

Ребёнок теряет веру в то, что его мнение может быть важно. В то, что вопрос: «Что ты хочешь?» может иметь целью узнать истинные потребности, а не очередным стрессом угадывания «что ты хочешь, чтобы я ответил».

Умения понимать свои желания, ставить свои цели и добиваться их, в том числе, сотрудничая с другими, тем временем остаются без развития. А без уверенного пользования этими компетенциями взрослому в современном мире приходится трудновато.

Как же всё исправить?

Перечислю ещё раз родительские установки и их возможные причины:

- родители считают, что ребёнок ничего не понимает → обсуждают его в присутствии других;
- думают, что малыш всё понимает → перегружают слишком сложными смыслами;
- хотят замотивировать на лучшие поступки → сравнивают с другими детьми;
- пробуют упростить → навешивают ярлыки на ребёнка или на поступки;
- не могут добиться нужного поведения → запугивают устрашающими фигурами;
- пробуют привить культурные ценности и нормы → используют в общении приказы;
- стремятся лучше понимать ребёнка → используют вымышленный язык;
- не готовы говорить о сложных темах → дают странные объяснения;
- хотят научить малыша принимать решения → подменяют выбор угадкой.

Однако благие намерения этих родительских установок чаще всего негативно влияют на самооценку ребёнка, уверенность в своих силах и развитие личности в целом. Всех упомянутых последствий можно избежать одним и тем же способом: не делать так. Не нужно менять поведение на другие стратегии. Достаточно не создавать собственными словами, установками и действиями вредную ситуацию там, где ничто не требовало искать выход из положения.

Просто остановитесь.



Мысленно обнимите себя. Не страшно, если из опыта собственного детства вы собирались выудить плохой пример для подражания. Пожмите себе руку и поблагодарите свой детский опыт. Он привёл вас к тому осознанному взрослому, который сейчас заметил, что порывался сделать глупое, и не сделал.

Если же вы раз за разом обнаруживаете, что что-то вас толкает демонстрировать неправильные установки, полезно уделить внимание себе. Как минимум, всё-таки может потребоваться разнообразить репертуар родительских реакций.

Как максимум — самостоятельно или с помощью психолога разобраться в себе. В том, какие внутренние причины толкают повторять снова и снова то, что по спокойном размышлении признаёте бесполезным. Как только замечаете подобную иррациональность, значит есть какая-то ваша внутренняя история — те самые выводы и привычки, протащенные во взрослую жизнь из собственного детства.

Исследуя и переосмысливая это наследие, вы сможете двигаться в сторону большей мудрости и осознанности. Вся эта шелуха прошлого может быть переработана и стать почвой для будущего роста. Так осознанное родительство без разрушающих установок принесёт пользу не только ребёнку, но и вам.