

Взгляд психолога на жизненные проблемы

Педагог-психолог
Скоропляс И. М.

Проблема нарушения привязанности.

- ✗ Теория привязанности описана в работе Джона Боулби (1958),
- ✗ Привязанность -предрасположенность человеческих существ к созданию сильных, основанных на любви связей с другими человеческими существами.
- ✗ Нарушение привязанности объясняет различные формы эмоциональных расстройств и проблем — таких, как беспокойство, гнев, депрессии, эмоциональная неприязнь, ставшая следствием нежелательной разлуки или разрыва.
- ✗ Привязанность ярко проявляется в поведении в детском возрасте, но она же характеризует человеческие существа на протяжении всей жизни.
- ✗ Поведение, которое определяет наличие привязанности, включает в себя стремление находиться рядом, следовать за человеком, просить его о помощи...
- ✗ С возрастом степень проявления чувств, характерных для привязанности, уменьшается, но они способны снова обостряться во время стрессовых ситуаций, болезни или страха.
- ✗ Пережитые в детстве отвержение и унижение со стороны взрослых могут привести к возникновению у ребенка беспокойной привязанности, (сильная бессознательная потребность в любви и ласке вплоть до самоистязания)
- ✗ Другой стиль поведения при беспокойной привязанности— принудительная самоуверенность. Вместо того чтобы, переживая стрессовую ситуацию, искать любовь, ласку, заботу, ребенок, опасаясь невнимания со стороны взрослых или непонимания, стремится избежать дальнейших болезненных ощущений, поэтому скрывает свои чувства, надеется только на себя.

Проблема потери близких людей (процесс грусти).

- ✗ У каждого человека есть свои собственные печальные воспоминания об утратах. Психологи переживание человеком утраты называют *процессом грусти*.
- ✗ Первым исследователем процесса переживания человеком грусти была американка Элизабет Кублер-Росс
- ✗ Она определила основные этапы, которые переживает при этом человек: **шок, отрицание, гнев, торг, примирение**.
- ✗ Первые переживания — **шок и отрицание** — возникают в ситуации, если потеря была внезапной. Человек в таком состоянии находится как бы в оцепенение (отсутствие аппетита, переедание, нарушения сна, кошмары) весьма часто наблюдаются в такой ситуации.
- ✗ Следующее переживание — это **гнев**. Выражается он в виде злости. Злость — наиболее типичная реакция, которая часто сопровождает поведение человека в стрессовых ситуациях и отражается на других. Человек может при этом злиться и на самого себя за то, что случилось, считая себя во всем виноватым, возникает комплекс вины.
- ✗ Следующий этап переживания грусти — **торг** — отражает надежду на чудо. Характерным для поведения человека на этом этапе является постоянный торг даже по любым мелочам. Он находится постоянно в печали, легко может расплакаться, старается постоянно находиться рядом с кем-нибудь. Зачастую это приводит к возникновению зависимости у человека.
- ✗ Главный этап — **примирение**, человек, эмоционально принимает утрату. Постепенно его чувства меняются, поведение становится нормальным.

Проблема «дидактической запущенности» -

- ❖ отклонение от нормы в учебной деятельности, обусловленное недостатками знаний и умений, необходимых для того, чтобы справиться с требованиями, предъявляемыми к ученикам педагогами.
- ❖ По данным ряда исследований, процент «слабых» и «дидактически запущенных школьников» в последние годы возрастает.
- ❖ . Скорость усвоения учебного материала «слабыми учениками» —на 25-30% ниже, чем у школьников с нормальной подготовкой.
- ❖ . При незначительной перегрузке происходит потеря интереса к занятию и прекращение учебной деятельности.
- ❖ . Лучше усваивается материал, разделенный на минидозы, включающий один содержательный элемент.
- ❖ . Быстрее и прочнее усваиваются действия, имеющие отраженный в учебнике четкий алгоритм выполнения, преподносимый в форме показа операций.

«Жизнестойкие» дети

- ✘ На протяжении всей истории человечества детям нередко приходилось расти в ужасающих условиях.
- ✘ Ребенок с раннего детства может столкнуться с нищетой, стесненными жилищными условиями, преступностью.
- ✘ Как правило, раны, нанесенные ребенку в первые годы жизни, остаются у него навсегда.
- ✘ Такие дети чувствуют себя незащищенными, одинокими и беспомощными.
- ✘ Став взрослыми, они зачастую жестоко обращаются с собственными детьми, совершают преступления, начинают употреблять наркотики.
- ✘ Многие из них страдают от психических расстройств, не могут установить с окружающими полноценные взаимоотношения
- ✘ Однако, отдельные дети почти невредимыми вышли из тех испытаний, которым жизнь подвергла их в детстве, — трудности не помешали им добиться успеха – это «жизнестойкие» дети.

Пять общих качеств «жизнестойких детей» :

- ✘ 1. Они **социально компетентны** и чувствуют себя непринужденно как в обществе своих сверстников, так и среди взрослых (приветливы, умеют расположить к себе, стремятся учиться у старших).
- ✘ 2. Эти дети **уверены в себе**. Трудности только подзадоривают их, непредвиденные ситуации их не смущают.
- ✘ 3. Эти дети часто **очень независимы**. Они живут своим умом и хотя прислушиваются к советам взрослых, но не попадают при этом под их влияние.
- ✘ 4. Они обычно **устанавливают несколько устойчивых**, придающих им чувство безопасности и защищенности **контактов с другими** людьми. Это могут быть отношения как со сверстниками, так и с педагогами, дальними родственниками.
- ✘ 5. Эти дети **стремятся к достижениям**. Одни демонстрируют высокую успеваемость в учебе, другие становятся хорошими спортсменами, третьи развивают в себе способности художника, музыканта. **Успех доставляет им радость**; они видят, что могут добиться многого и изменить те условия, которые их окружают.