

## *Укрепление уровней привязанности*



Теория привязанности демонстрирует развитие ребенка как уровни, следующие друг за другом в определенном порядке, и связанные между собой по вертикали. То есть каждый последующий уровень базируется на удачно выстроенном предыдущем. И наши отношения с ребенком, наполнение этих отношений и их работа, как исправного механизма, будет зависеть от силы нашей связи на каждом из уровней.

Итак, каждый уровень дает нам понять посредством каких акцентов и своих действий мы можем приблизить ребенка и дать ему сигнал, что он важен, значим и любим, а мы - взрослые и нас можно (нужно) слушаться и уважать.

*Уровень 1. Привязанность через органы чувств.*

Этот уровень наиболее важный и единственно доступный в первый год жизни. Это телесный контакт, а также зрительный, слуховой, обонятельный. (Можно использовать взгляд с улыбкой, много улыбающихся одобрительных взглядов во время приема пищи, когда ребенок делал что-то новое и смотрит - ищет одобрения. Также можно использовать телесные игры, постараться касания сделать “нормой жизни”)

*Уровень 2. Привязанность через похожесть.* Начинается примерно с 2 лет ребенка.

Обычно, этот уровень активизируется сам. Это видно сразу на втором году жизни - ребенок хочет повторять и быть похожим на тех, кто для него важен. Важно в этот период демонстрировать ребенку элементы нашей похожести, во внешности, одежде, действиях, поведении, пристрастиях и вкусах. Можно использовать акценты в речи, в различных ситуациях - *точно! и я так же. Я тоже люблю это! Со мной бывало также.*

*Уровень 3. Привязанность через принадлежность.* Активизируется в 2-3 года.

На этом уровне происходит самая заметная ориентация и придание ценности в отношениях. Важно на этом уровне постоянно делать акценты, чтобы ребенок понимал на кого ему ориентироваться в важных делах. На этом уровне важными являются ритуалы, семейные традиции, семейные истории-легенды, семейные альбомы и фотографии, просмотры и рассказы обо всем, что связано с ожиданием и появлением ребенка.

#### *Уровень 4. Привязанность через важность, значимость.*

На этом уровне важно придавать значение словам, идеям, чувствам, эмоциям. Именно тут очень важно не отрицать проявление эмоций – слезы, страхи, обиды, а показывать ребенку, что мы признаем любые его проявления как значимые. Здесь первая реакция родителя- я понимаю твои чувства.

#### *Уровень 5. Привязанности через любовь.*

Это самое приятное - тут первые сознательные сформированные плоды. Ребенок начинает рисовать и лепить нам сердечки, конвертики, подарочки про любовь... В основном этот уровень о том, что ребенок созревает проявлять любовь. Важно поддерживать и развивать эти порывы ребенка.

#### *Уровень 6. Привязанности через знание. Я тебя знаю!*

Этот уровень требует много искреннего интереса, времени, вникания в детали, удержания в памяти и своевременного отображения. Здесь важно обращать внимание на свои фразы, действия, обращения, поступки с позиции - что я знаю о моем ребенке в контексте происходящего.

Чудо понимания этих процессов в том, что их можно применять ко всем детям всех возрастов, даже когда нам кажется, что все пошло не так. И когда все хорошо тоже. И даже можно попробовать с другими взрослыми людьми. Работает безотказно.