

Итак, продолжаем. Если брать за основу общего понимания «стимульный треугольник» Рене Шпица, то все три потребности, одинаково влияют на то, как гармонично устроена наша каждодневная жизнь.

Рене Шпиц (https://ru.wikipedia.org/wiki/Шпиц,_Рене_Арпад) выяснил, что у нас есть три голода (т.е. потребности): по стимулам (прикосновения к телу), по признанию (поглаживания, транзакция), по структуре (расписания, ритуалы). Все три голода должны удовлетворяться.

Предлагаю рассмотреть следующую из вершин этого треугольника – потребность по признанию (поглаживания, транзакция).

Поглаживание – это единица социального признания.

Есть безусловное поглаживание: «Я тебя люблю», «Я рада, что ты есть», «Добро пожаловать». И это про то, что важно вести доверительные (безоценочные) разговоры с ребенком. В том числе о смыслах, задавая вопрос о том почему тебе это важно? Уделять время ребенку, если он просит. В этом пространстве зарождается ДОВЕРИЕ. Доверие это:

- вера в другого
- обращение к достоинству ребенка
- уверенность родителей и ребенка

Если у вас есть фантазия, что вас всегда должны или будут принимать безусловно, оставьте её, т.к. этому надо учиться.

Мы люди, и мы любим условия. Условное поглаживание появляется, когда ты что-то сделал:

- Не попустительство, а поддержка ребенка (Я заметила, что ты сделал доклад, у тебя получилось!)
- Самостоятельность и ответственность ребенка (не делать за ребенка то, что он уже может сделать сам, хотя бы относительно своего возраста)

И чтобы сценарий жизни был успешным, нам необходимо получать позитивное поглаживание, определённое разрешение и определённые задачи на каждой из этих стадий. Если этого не было, могут возникнуть различные эмоциональные патологии, зависимости, панические атаки, фобии.

Ссылки на статьи:

<http://albelikov.ru/transaktnyj-analiz-dlya-vseh/poglazhivaniya.html>

https://vk.com/@klinparents-sekret-vzaimoponimaniya-v-seme-poglazhivanie?ref=group_block