

## Ритуалы в семье. Так ли они важны?

Наверное, вы замечали, что малыши любят повторения. Любят читать одно и то же, пить из одной и той же чашки, укладываться спать только с определенной игрушкой. Некоторые предпочитают ходить одной и той же дорогой в детский сад или гулять только на одной площадке, открывать домофон только самостоятельно, особым образом прощаться с мамой на пороге группы детского сада и так далее. В каждой семье у детей накапливается свой арсенал действий, которые должны повторяться – это и есть ритуалы. Нарушение заведенного порядка может привести к огорчению малыша как минимум или, как максимум, ребенку вообще трудно смириться с отсутствием привычного действия и ничем заменить это невозможно - ребенок совсем растерян, плачет, не может успокоиться.

Почему же малышам это так важно?

Дело в том, что повторяемость событий: привычные вещи, привычные маршруты, одинаковый распорядок дня, позволяет малышу не тратить душевные силы на бесконечное приспособление к новому. Ритуалы позволяют ребенку чувствовать себя более уверенно за счет того, что создается некая неизменная канва жизни, островки безопасности, предсказуемости в течение дня. Внутри такой канвы есть силы на активное познание нового, есть желание экспериментировать. Чем более чувствителен и тревожен ребенок, тем больше он стремится к повторяемости действий и событий. Это очень помогает ему чувствовать себя в безопасности.

Начиная с рождения, именно за счет повторяемости действий, ребенок усваивает, что за тем, как мама определенным образом садиться или ложиться следует утоление голода (его кормят). Эти привычные действия помогают ему пережить дискомфорт от голода. Младенец привыкает к способу, которым родители укладывают его спать – даже подготовительные мероприятия помогают настроиться на сон. Малыш укладывается в привычную позу на руках или в кроватке и засыпает.

По мере роста, привычные ритуалы видоизменяются, усложняются или исчезают, уступая место новым. Некоторое количество ритуалов остается у человека и во взрослом возрасте. Просто они не кажутся взрослым такими странными, как детские, особенно стихийно возникшие, придуманные самим ребенком. Взрослых часто утомляет и раздражает необходимость соблюдать какую-то последовательность действий, возникшую однажды спонтанно, и закрепившуюся у ребенка, как необходимый ритуал. Например, ребенок хочет всегда открывать замок домофона, а потом нажимать на кнопку лифта и тогда все хорошо. Но вот сегодня на кнопку нажала тётя, вошедшая следом в лифт и... Все. Все пропало.

Иногда, для того, чтобы дитя успокоилось, приходится выходить из дома и заново проделывать все, что нужно. Но это временное явление, с возрастом дети становятся гораздо более гибкими, и, если понимать, что происходит с ребенком, зачем ему это нужно, то можно контролировать «изобретение» ритуалов, делать их более удобными для родителей, более простыми.

Консультация подготовлена с использованием статьи <http://dar-baby.ru/content/article/7758>