Научные обоснования для программы Утешайте, Играйте и Учите: Позитивный подход к воспитанию™

**Чая Кулкарни,**Директор центра содействия психическому здоровью младенцев Госпиталя для больных детей, Торонто, Канада, [chaya.kulkarni@sickkids.ca](https://e.mail.ru/compose?To=chaya.kulkarni@sickkids.ca)

Утешайте, Играйте и Учите: Позитивный подход к воспитанию был разработан «Инвестируйте в детей» в качестве способа сообщить, что наука, связанная с развитием, говорит нам о ключевых стратегиях в воспитании такими словами, чтобы родители могли легко понять. Востребованные научные доказательства последовательно подчеркивают, что когда родители утешают своих детей, играют с ними и обучают их в позитивной манере, то это поддерживает развитие детей. Данная статья документирует основные научные исследования, которые делают правдоподобным важность «утешения», «игры» и «обучения» как критической комбинации стратегий к воспитанию.

УТЕШЕНИЕ

Родители обеспечивают утешение своим детям через слова, физическое присутствие и прикосновение. Утешение — больше, чем облегчение страдания. Если на разнообразные интересы и потребности ребенка реагировать с теплотой, отзывчивостью и чуткостью, это сильно повлияет на формирующуюся у младенца привязанность к его родителям, а у тодлеров на их способность принимать родительские наставления и требования[i](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote1sym).

Следующие области исследований демонстрируют важность утешения как ключевой стратегии воспитания.

• **Исследования о “привязанности:”** Привязанность касается эмоциональной связи между ребенком и родителями[ii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote2sym), а более конкретно, степени, насколько эффективно родители предоставляют “безопасную базу” своим детям, на основе которой дети могут исследовать и проверять мир вокруг них[iii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote3sym). В целом, большинство исследований показывает, что “родительская чувствительность и эмоциональная доступность способствует формированию безопасной привязанности, и эта безопасность обеспечивает важную основу для детского здорового психологического развития.”[iv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote4sym)Несколько исследователей доказали связь между компонентами привязанности и позитивными результатами развития. Например, безопасная привязанность к родителям связана с материнской способностью считывать сигналы своего ребенка и соответствующим образом отвечать на эти сигналы,[v](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote5sym) а родительская эмоциональная доступность и отзывчивость связаны с более высоким уровнем самооценки у маленьких детей[vi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote6sym). Кроме того, позитивные эффекты безопасной привязанности наблюдались в различных культурах.[vii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote7sym)

В целом, исследования привязанности показывают, что родители, которые отвечают быстро, надежно и в соответствии с сигналами младенца о физическом и эмоциональном беспокойстве, обеспечивают своему ребенку хорошее послание с самого начала – что их родители рядом с ним.[viii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote8sym) В общем, исследование указывает, что родители, которые демонстрируют быстрые, чувствительные и эффективные реакции на беспокойство их младенца, модулируют непосредственную активизацию младенца и действуют, как опыт обучения для него.

• **Исследования о материнской депрессии**: Депрессивные или эмоционально недоступные матери не обеспечивают адекватного внимания или стимуляции своим младенцам, а также не обладают способностью успокаивать своего малыша при необходимости. В ходе программ раннего вмешательства с новорожденными детьми, депрессивные матери типично меньше смотрят на своих младенцев, реже показывают позитивное выражение лица, меньше вокализируют и обеспечивают меньше стимуляции за счет прикосновений и телесного контакта, чем недепрессивные матери. Они также меньше демонстрируют нежное и контактное поведение, и более часто демонстрируют гнев или отчужденность, нежели способность играть со своими детьми[ix](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote9sym). Недостаток внимания и негативные эмоции, выражаемые депрессивными родителями в течение долгого времени, влияют на способность детей регулировать собственные эмоции и поведение. Малыш, чей родитель был безразличен, часто сердит, потому что недоступность родителя может быть болезненной и пугающей для ребенка. Далее, из-за неуверенности в отзывчивости родителя, младенец может стать опасливым и готовым сразу же расстроиться в стрессовой ситуации[x](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote10sym). В результате достаточно часто младенец сам становится депрессивным тоже. Младенцы депрессивных матерей, как было обнаружено, демонстрируют больше негативных эмоций и “выходящее за рамки” поведение, также как и низкие положительные эмоции.[xi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote11sym)

• **Исследования о дисциплине и стилях воспитания:** Научная литература показывает связь между положительными результатами развития ребенка и позитивным поведением родителей, особенно, высоким уровнем теплоты и отзывчивости, низким уровнем наказаний и сердитого поведения и использованием более эффективных техник управления поведением ребенка[xii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote12sym). Значительную поддержку находит мнение о том, что враждебные отрицательные родительские эмоции, особенно если они достаточно интенсивны и направленны на ребенка, приводят к низкому качеству социального функционирования ребенка и низкому уровню понимания эмоций.[xiii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote13sym)

ИГРА

Игра это “работа ребенка” и родители являются важным игровым “партнером” для своих детей. Когда родители играют со своими детьми, они учат их изучать и осваивать мир и собственную роль в нем.

• **Исследования о языковом развитии**: Согласно мнению лингвистов, способность играть является естественной частью обучения коммуникации, что было определено как “видовая особенность” людей, критически важная для изучения того, как интегрировать язык в личностный и социальный контекст. С этой точки зрения, человеческий голосовой аппарат является первым естественным музыкальным инструментом и игрушкой, поскольку младенцы лепечут, кричат и экспериментируют со всеми звуками, которые они могут произвести. Для родителей важно обеспечить ритмичные игры со звуком, которые крайне важны для начала лепета и последующей речи, потому что слоги считаются минимальной ритмичной единицей большинства языков мира[xiv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote14sym).

Также, для привлечения внимания своих младенцев, родители похоже естественным образом подстраивают тон своего голоса и ритм собственной речи (так называемой “родительской” или “направленной на младенца речи”). Маленьких детей больше привлекает речь с такими особыми качествами, нежели обычная взрослая речь.[xv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote15sym)Исследования показывают, что музыка, ритм и игра, которые используют родители, являются важной предречевой поддержкой, помогающей развитию коммуникации у детей. Способность играть при обучении языку закрепляет родительско/детские отношения уникальным для людей способом.

Исследования показывают, что, если родители играют со своими детьми, и во время игры называют предметы, задают вопросы и используют большое количество слов, это улучшает языковое развитие детей. В дополнение, дети, чьи родители отвечают на инициированную ими коммуникацию и игру, достигают определенных этапов в овладении языком раньше, чем остальные дети[xvi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote16sym). Это приводит к развитию способностей ребенка взаимодействовать с другими, что, в свою очередь, приводит к улучшению социальных навыков в общении с партнерами по игре.

• **Исследования об “Играх с посредничеством взрослого”:** Когда родители играют со своими детьми, это позволяет им безопасно экспериментировать с эмоциями и поведениями, которые может быть не слишком удобно выражать в “реальной жизни”[xvii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote17sym), и научить естественным ситуациям, не угрожая. Например, игра в прятки (Ку-ку) позволяет младенцам, которые еще не знают, что родители присутствуют, даже если ребенок их не видит, испытать опыт “разлучения” и “воссоединения”. В то же время эта игра учит ребенка чувству контроля над ситуацией, когда у него/нее прерывается контакт с родителями, что является достаточно угрожающей ситуацией для младенцев и детей раннего возраста.[xviii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote18sym) Игра между родителем и ребенком представляется особенно важным, когда дети еще слишком малы, чтобы играть с другими детьми[xix](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote19sym). Обмен, который происходит во время игры родителей и ребенка, основанной на очередности, привлечении чьего-то внимания и завершении игры, позволяют младенцам учиться устанавливать и поддерживать контакт с другим человеком, ценить межличностное общение и изучать то, что ожидается от него в социальном взаимодействии. Все это готовит почву для более сложных форм взаимодействия.[xx](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote20sym) Также существуют доказательства, что материнская отзывчивость на эмоции младенца во время такого рода игр, предсказывает более ранее достижение этапов языкового развития.[xxi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote21sym) Также существуют доказательства, что игры со взрослыми помогают детям научиться продолжать добиваться решения трудних задач и обеспечивает развитие чувства самоэффективности[xxii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote22sym), кроме того известно, что игра со взрослыми помогает детям добиться большего успеха, чем они могли бы добиться самостоятельно.[xxiii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote23sym) Играя со своими матерями, младенцы и дети раннего возраста показывают более сложные, разнообразные, частые и длительные игры, чем тогда, когда они играют сами с собой.[xxiv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote24sym)

• **Исследования об играх матерей и отцов**: В абсолютном большинстве исследований предполагается, что матери играют со своими детьми больше, чем отцы, и что отцы по-прежнему тратят лишь незначительную часть своего времени, играя со своими детьми.[xxv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote25sym) Однако, считается, что поскольку игра является столь выдающимся элементом во взаимодействии между отцом и ребенком (особенно бурные, стимулирующие, эмоционально пробуждающие игры), способность отца к игре и относительная новизна делает их особо существенными для ребенка[xxvi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote26sym). В нашем обществе сложился довольно стойкий гендерно-обусловленный образец игр: отцы обеспечивают тактильные и физические игры, тогда как матери склонны к вербальным, дидактическим играм и играм с игрушками.[xxvii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote27sym) Как показывает исследование, у отцов, демонстрирующих высокий уровень физических игр со своими детьми и соответственно выявленный высокий уровень получаемого удовольствия у ребенка в процессе игры, дети пользуются наибольшей популярностью у своих сверстников. Мальчики, отцы которых демонстрировали высокий физический уровень игры, и в то же время низкий уровень указаний относительно того, как играть, получали самый высокий рейтинг по популярности. Таким образом, мальчики которые взаимодействуют с физически играющим отцом и, в то же время, имеют возможность сами регулировать темп взаимодействия, также как и с недирективными отцами учатся, как распознавать и посылать соответствующие эмоциональные сигналы в ходе социального взаимодействия[xxviii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote28sym).

• **Исследования о неструктурированной игре**: Недавний обзор исследований, посвященных свободной, неструктурированной игре, демонстрирует важность того, чтобы дети имели возможность участвовать в такого типа игре. Это имеет уникальные преимущества, поскольку приводит к ненамеренному обучению во многих областях, включая языковое развитие, моторные навыки, социально-эмоциональное развитие и навыки решения проблем. Это означает, что игра, а не обучение, является основной целью данной деятельности, но обучение, тем не менее, происходит естественным образом через какое-то время. Для родителей и других воспитателей это означает, что детям необходимо обеспечивать “свободное время” для спонтанной игры, некоторое количество материалов, с которыми можно играть, и возможность для игры на улице.[xxix](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote29sym)

ОБУЧЕНИЕ

Обучение это то, как родители могут помочь своим детям развиваться как интеллектуально, так и межличностно. Когда родители учат своих детей, они учат их общаться, решать проблемы и взаимодействовать с другими.

• **Исследования о когнитивном развитии:**

− Исследования о развитии речи: Речи нужно обучать с нуля. Родители берут на себя инициативу по обучению детей речи и языку. Первоначальный родительский метод обучения малыша словам основан на диалоговом обмене нежели на какой-то систематической стимуляции[xxx](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote30sym). Один из способов, с помощью которого этого можно достичь, называется “возведение лесов” – когда взрослый наблюдает, что знает ребенок, и затем показывает ребенку следующий по сложности шаг. Многие верят, что это один из фундаментальных способов, с помощью которого формируются высшие умственные функции ребенка – через посреднические действия, разделяемые с более опытным родителем[xxxi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote31sym). Роль родителей в возведении лесов является крайне важной при изучении грамматики, словаря, словесного выражения и развития памяти.

− Исследования о грамотности и навыках чтения у детей: Исследования показывают, что родителям не нужно создавать “академическую” обстановку, чтобы подготовить ребенка к чтению. Скорее, это интеграция богатства языка в ежедневную жизнь через чтение книг, пение детских песенок, разговоров за обедом, рассматриванием напечатанных слов в книжном магазине и других домашних дел, которые могут иметь благоприятные эффекты[xxxii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote32sym). Чем больше дети получают опыта высококачественного языка с помощью своих родителей в первые годы жизни, тем более подготовлены они будут к тому, чтобы учиться чтению, когда они пойдут в школу.

В особенности, чтение родителями книжек своим детям и, что особенно важно, обсуждение с ними прочитанной книги или истории, прививает любовь к книгам и вносит вклад в развитие словарного запаса ребенка. Знакомство детей с печатными знаками (показывая их в книжках, на вывесках, играя в кубики или магниты с буквами алфавита, и т.д.) также вносит вклад в подготовку детей к формальному обучению чтению[xxxiii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote33sym).

Когда родители поощряют детей рассказывать истории, это также является благоприятным дополнением для развития грамотности. Это подготавливает детей к чтению потому, что создание рассказа помогает детям научиться организовывать последовательность событий (что произошло потом?) и строить диалог.

− Исследования об умении считать – Есть доказательства, что когда родители со своими детьми используют слова “1, 2, 3” и говорят о фактах с использованием цифр, например, что “1+1=2”, то такие дети лучше справляются с тестами на ранние математические достижения[xxxiv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote34sym). Кроме того, когда родители играют с детьми в настольные игры, где нужно двигать фишки по дорожкам в соответствии с выпавшим на кубике числом, или используют стишки и потешки с числами, или читают книжки, где используются числа, то это улучшает знания детей о числовой последовательности и распознавание числовых образцов по сравнению с детьми, чьи родители не обеспечивали таких возможностей[xxxv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote35sym). Когда родители играют в игры, которые позволяют детям видеть связь между количеством, счетом и формальными символами, такие как игры, где дошкольники передвигаются по пронумерованным дорожкам, или когда родители показывают детям как читать показания термометра и как соотносить их с теплом и холодом, или что точки на игровом кубике означают для ребенка с точки зрения его прогресса на игровом поле, такие активности оказывают положительный вклад в развитие счета у ребенка, и тем лучше будет успеваемость ребенка по математике в первые годы школьного обучения[xxxvi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote36sym).

• **Исследования о социальном развитии**: Через обучение родители главным образом воздействуют на то, как дети связывают социальные и умственные процессы в единое целое, запоминают события и места, где они происходили, учатся понимать себя и собственные эмоции.[xxxvii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote37sym)

− Исследования о просоциальном поведении: Родители играют критически важную роль в обучении своих детей, как вести себя просоциальными способами. Авторитетные родители, которые вообще являются теплыми и поддерживающими, но также поощряют и уважают автономию ребенка, используют конструктивные дисциплинарные методы, такие как переориентация и инструкция, и устанавливают и вводят в жизнь ребенка высокие стандарты поведения, вероятно, воспитают просоциальных детей[xxxviii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote38sym), которые также будут успешны в школе.[xxxix](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote39sym) Комбинация родительской теплоты и обучения, сопровождаемые фундаментальным уважением к ребенку, является мощным фактором в формировании просоциального поведения.

− Исследования о “социальных референциях”: Младенцы в возрасте около одного года начинают осознанно искать и использовать выражение лица (или голоса, или жесты) родителей и других взрослых, чтобы помочь себе понять, как реагировать на новых или неоднозначных людей и предметы. Это называется “социальная референция”. Родители могут этого не замечать, но они являются очень мощными учителями для своих младенцев в этом смысле. Они учат не только поведению в настоящее время, но и тому, что дети начинают очень хорошо считывать и использовать эмоциональную информацию и учатся себя вести[xl](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote40sym).

− Исследования об агрессивности. Дети в своем самом агрессивном тоддлеровском возрасте бьют, кусаются, толкают, хватают и тянут за волосы, забирают вещи у других детей[xli](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote41sym). Это естественная тенденция, и при соответствующем родительском обучении, такое поведение постепенно уходит у большинства детей. Раннее детство, поэтому, рассматривается многими исследователями как особенно сенситивный период для родителей, чтобы научить своих детей социальному поведению и тому, как регулировать собственную агрессию[xlii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote42sym) и установить четкие границы. У примерно 5-10% детей агрессивное поведение не проходит в тоддлеровском возрасте, и эти дети, без соответствующего родительского вмешательства часто продолжают испытывать проблемы с агрессией в течение всей жизни. Родители таких детей должны взять на себя еще большую роль в их обучении, и как показывают исследования, такие родители получат значительную выгоду от обучения своих детей некоторым специфическим стратегиям поведения, которые нужно постоянно использовать с детьми, чтобы уменьшить их агрессивность[xliii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote43sym).

− Исследования о “соблюдении и интернализации родительских ценностей”. Обучение является ключевым компонентом при формировании у ребенка умения выполнять требования родителей и усваивать социальные ценности. В нескольких исследованиях было показано, что дети, которые были расположены к материнскому обучению и чьи матери также стремились обучать своих детей, обладали большими способностями выполнять требования или указания, когда родители были вне их поля зрения[xliv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote44sym). У матерей, избегающих роли учителя, дети гораздо меньше следовали требованиям или указанием родителей, когда их родители не присутствовали. Такие дети не принимали ценности родителей как свои собственные.

− Исследования о “Тренировке эмоций”: Большинство матерей говорят об эмоциях со своими младенцами и детьми с очень раннего возраста. (“Ты счастливый малыш!”, “Ты расстроил свою сестру”)[xlv](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote45sym) Обсуждение родителями эмоций называется “тренировкой эмоций”[xlvi](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote46sym), и она является одной из форм родительского обучения. У родителей, которые обеспечивают хорошую эмоциональную тренировку, дети психологически лучше регулированы — они редко выходят из-под эмоционального контроля. Это, в свою очередь, влияет на их способность управлять социальным поведением со своими друзьями. В домах, где дошкольники обсужали эмоции со своими родителями, они были оценены учителями как более склонные к совместной деятельности, сопереживанию и просоциальному поведению.

− Исследовани об эмоциональной регуляции: Эмоциональная регуляция — это эмоциональный контроль и самоэффективное поведение, которое исходит от себя самого, а не в соответствии с чьими-то пожеланиями. Это требует определенной автономии и самоопределения, и ее развитие — важная цель воспитания, поскольку родители в конечном счете хотят, чтобы их дети были в состоянии успокоить себя, могли управлять собственными эмоциями, и в более широком плане, самостоятельно думать и действовать на основе собственных идей.

Когда дети вынуждены сталкиваться с ситуациями или обстоятельствами до того, как они к ним готовы, это создает напряжение, превосходящее способность ребенка справиться со своими эмоциями. Обучающая роль родителя крайне важна, и родители должны решить насколько активна должна быть роль, которую они играют. Если родители играют слишком активную обучающую роль в том, чтобы уменьшать незначительные детские расстройства, это будет подрывать способность ребенка регулировать свои эмоции самостоятельно[xlvii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote47sym). Когда родители минимизируют детские негативные эмоции или отвечают наказанием на негативные эмоции в стрессовых ситуациях, дети будут способны подавить свои эмоции в краткосрочной перспективе, но не научиться регулировать их эффективно. Это приводит к более бурному проявлению эмоций, когда они становятся старше[xlviii](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote48sym). “Эмоциональной саморегуляции способствует вовлеченное, отзывчивое воспитание, но помимо этого, стили, которые допускают и поддерживают выражение эмоций и создают ситуации, которые позволяют детям регулировать собственные эмоции более независимо.”[xlix](http://journal.eii.ru/nauchnye-obosnovaniya-dlya-programmy-uteshajte-igrajte-i-uchite-pozitivnyj-podhod-k-vospitaniyu/" \l "sdendnote49sym) Саморегуляция поведения приводит к уверенность в себе, уверенность в других и чувстве защищенности.