

Тренинг взаимодействия родителей с детьми

Старший воспитатель
МБДОУ МО г. Краснодар
«Детский сад №179»
Казьмина Л.А.

Занятие 1. Знакомство

Цели. Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Выяснение ожиданий и опасений родителей. Общая ориентация в проблемах родителей.

Содержание занятия.

1. Знакомство участников группы с целями и задачами тренинга. Условия и режим работы, правила групповой работы. Форма, темы занятий. Знакомство с философией, на которой строятся отношения и взаимодействие с детьми – признание личности ребенка и стремление к сотрудничеству.

Цель программы: способствовать установлению и развитию отношений сотрудничества родителя с ребенком.

Задачи программы:

- расширение возможностей понимания своего ребенка;
- улучшение рефлексии своих взаимоотношений с ребенком;
- выработка новых навыков взаимодействия с ребенком,
- активизация коммуникаций в семье.

2. Процедура знакомства: участники представляются и высказывают свои опасения и ожидания в предстоящей работе.

3. Психогимнастическое упражнение: встать и поменяться местами по какому-то признаку.

4. Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего ребенка, предлагает родителям ответить на ряд вопросов. Родители впервые обращаются к своим дневникам, о которых ведущий должен сказать особо. Заполнение таблицы.

Вопрос	Ответ родителя	Ответ за ребенка	Ответ ребенка (домашнее задание)
--------	----------------	------------------	-------------------------------------

1.			
2.			
3.			
4.			
5.			

Примерный перечень вопросов:

- Мое любимое животное и почему. Мое нелюбимое животное и почему.
- Мой любимый цвет и почему. Мой нелюбимый цвет и почему.
- Моя любимая сказка. Сказка, которая мне не нравится.
- В другом человеке мне больше всего нравится такая черта, как..., а не нравится... .
- Если бы у меня была фантастическая возможность стать кем-то на один день, то я бы стал.... Почему?
- Доброго волшебника я бы попросил о А злого попросил бы о Почему?
- В каких животных превратил бы волшебник меня самого и членов моей семьи. Почему?

Обсуждение ответов в форме свободной дискуссии.

Важно: участники группы рассказывают о себе, находят то общее, что объединяет их самих и их детей.

5. Работа в малых группах по 3-4 человека. Истолкование предложенных пословиц, касающихся отношений в семье.

Важно: искать пути для создания атмосферы групповой сплоченности и подчеркивать возможность использования своего и чужого опыта для решения проблем воспитания.

6. Домашнее задание. Завершение таблицы в графе ответов ребенка. Спросить ребенка о смысле одной-двух пословиц и попытаться объяснить ему их значение.

Примечание. Многие вопросы из перечня, которые задаются родителям на этом занятии и даются в качестве домашнего задания, касаются наших нереализованных возможностей, представлений об идеальном существовании. Далеко не всегда родители знают об истинных желаниях своих детей. Обмен собственными ответами на вопросы не только способствует знакомству родителей друг с другом, но и побуждает их к самоанализу.

Пословицы*

1. Сын да дочь, день да ночь и сутки полны.
2. Порванную веревку как не вяжи, все узел будет.
3. Без корня и трава не растет.
4. Похвальное слово гнило бывает.
5. Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало.
6. Сердце матери лучше солнца греет.
7. Детям не порча игрушка, а порча плохая прислушка.
8. Потихоньку и ольху согнешь, а вкруте и вяз сломишь.
9. Первые детки соколятки, а вторые воронятки.
10. Против шерсти не гладят.
11. У семи нянек дитя без глазу.
12. При солнышке тепло, при матери добро.
13. В чужой монастырь со своим уставом не ходят.
14. Дитя не плачет, а мать не разумеет.
15. Свой своему поневоле друг.
16. Сын отца глупее – жалость; сын отца умнее – радость; а брат брата умнее – зависть.
17. Без отца – полсироты, а без матери – и вся сирота.
18. Тот не умирает, кто детей не покидает.
19. Отцовским умом жить деткам, а отцовскими деньгами не жить.
20. Не мы на детей походим, они на нас.
21. У кого девка хороша? – У матки. – У кого сын умен? – У бабки.
22. Кто родителей почитает, тот вовеки не погибает.
23. Матушкин сынок, да бабушкин горбок.

* Пословицы русского народа. Сборник В.Даля. – М.: Гослитиздат, 1957.

Занятие 2. Мир детский и мир взрослый

Цели. Осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т.д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.

Содержание занятия.

1. Упражнение с мячом: бросить мяч и дать пожелание другому.

2. Обсуждение домашнего задания в форме групповой дискуссии в большом кругу.

3. Информационная часть.

Причины разной организации восприятия окружающего мира ребенка и взрослого: импульсивность, эмоциональность, кажущаяся алогичность детских поступков, детский натурализм и т.п.

Особенности детского мира:

- отсутствие сложившихся взглядов;
- быстрота перевоплощения;
- эмоциональность;
- высокая изменчивость;
- необремененность бытовыми заботами;
- открытость;
- импульсивность;
- вовлеченность;
- большая слитность с внешним миром;
- жизнь настоящими (происходящими сейчас) событиями;
- полнота мироощущения.

Часто родителю кажется, что ребенок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь насолить родителю, однако так бывает не всегда. В основе любого нежелательного поведения могут лежать следующие цели:

- требование внимания или комфорта;
- желание показать свою власть или демонстративное неповиновение;
- месть, возмездие;
- утверждение своей несостоятельности или неполноценности.

Мы часто исходим из положения, что дети должны нас и окружающий мир понимать так же, как взрослые, но это величайшее заблуждение. Дети делают свои выводы, учитывая при этом не только то, что мы им говорим, но и то, что мы при этом делаем, как ведем себя с другими людьми. Наш личный пример является подчас более воспитывающим, чем любые нравоучения.

4. «Погружение в детство». Проводится по принципу визуализации, используется релаксационная музыка. Далее участники делятся эмоциональным опытом проживания ситуации.

Погружение в детство

Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол, так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Если вы хотите откашляться, сделайте это сейчас. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам 5, 6 или 7 лет, представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице, посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице и рядом с вами близкий человек, посмотрите, кто это, вы берете его за руку и чувствуете его теплую надежную руку. Затем вы отпускаете его и убегаете весело вперед, но не далеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему и снова вместе за руку идете дальше и вместе смеетесь над тем, что произошло. А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату, и когда вы будете готовы, вы откроете глаза.

В этом сюжете актуализируется чувство привязанности и переживание потери, хотя и мгновенной, близкого человека. Ситуация может пробудить в участниках тренинга как теплые, так и тревожные чувства, она позволяет побыть ребенком и осознать, что значит присутствие надежного взрослого в этом возрасте, какова его

величайшая роль для формирования уверенности в дальнейшей жизни.

5. Упражнение «Билль о правах». Ведущий делит группу на две половины: «родителей» и «детей», определив в группу «детей» наиболее центрированных на своей родительской позиции взрослых.

Задача каждой группы заключается в составлении списка своих прав. Ведущий напоминает «детям», что они должны писать свои права, исходя из своих детских ролей, для этого можно встать на место собственного ребенка или вспомнить себя в детстве.

После того, как каждая группа закончила подготовку такого списка (15-20 минут), «родители» и «дети» начинают поочередно предъявлять эти права друг другу, причем каждое право может быть внесено в окончательный список только тогда, когда оно принято другой стороной. Каждая сторона имеет возможность отклонить какое-то право или настаивать на его изменении. Ведущий регулирует дискуссию и выносит принятые обеими сторонами права на видное место.

Если дискуссия затягивается, ведущий проясняет, почему стороны не могут договориться, и прекращает обсуждение, воспользовавшись правом вето. Лучше заранее предупредить группу о том, что на обсуждение каждого пункта отводится не более 3-5 минут.

В этой игровой ситуации моделируются процессы отстаивания детских прав и те состояния, которые возникают в связи с этим у детей и родителей, поэтому при подведении итогов желательно обратиться к чувствам группы.

6. Психогимнастическое упражнение. Один из участников выходит в центр круга и закрывает глаза, остальные подходят к нему и кладут свои руки на его ладони. Задача участника – определить по рукам, какой мамой (или папой) может быть этот человек: более мягким или более жестким. Таким образом, формируются две группы: мягкие и строгие родители. После снятия повязки основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и совпали ли его тактильные ощущения с тем, что он потом увидел. Упражнение дает хороший повод для обратной связи участникам группы: как они воспринимаются по первому впечатлению как родители.

7. Домашнее задание. Заполнить таблицу.

Что меня огорчает в моем ребенке	Что меня радует в моем ребенке
1.	1.
2.	2.
...	...
...	...

Примечание. Стремление родителей угадать ответы ребенка является следствием их возрастающего желания оказывать влияние на ребенка, несмотря на его взросление. Пониманию этого явления может способствовать рассказ в тренинге о «двух территориях» – детской и взрослой, которые существуют рядом на протяжении всей совместной жизни. Особенно ярко эта модель может быть продемонстрирована на примере «территории матери». В период вынашивания плода территория ребенка полностью принадлежит матери, находится под ее контролем (рис. 1). Появление на свет лишь немного меняет ситуацию – за территорией ребенка (кровать, его желания) столь же необходим неусыпный контроль (рис. 2). Но дальнейшие события разворачиваются таким образом, что ребенок все чаще и чаще начинает выходить из поля зрения матери, и в конечном итоге целью его развития становится обретение самостоятельности (рис. 3). Конечно, это процесс постепенный и во многом индивидуальный, с постепенной передачей прав и ответственности по мере готовности ребенка действовать независимо от матери, однако вся проблема в том, насколько родители готовы предоставить эти права. Иногда на этих «территориях» могут разворачиваться целые сражения – ребенку приходится бороться за отстаивание своей самостоятельности, или, наоборот, ситуация «мамино крылышко» его очень устраивает. Но зато маму очень тяготит социальная несостоятельность взрослеющего дитяти.

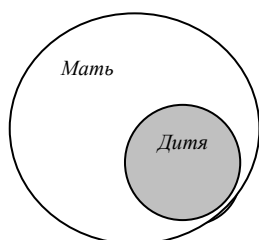


Рис. 1

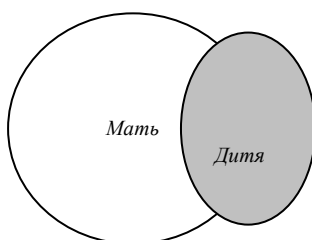


Рис.2

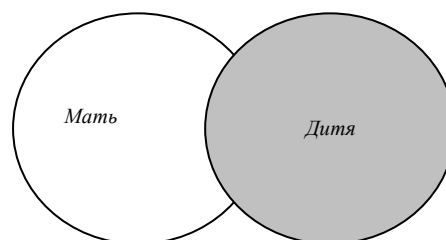


Рис.3

В ходе тренинга родители рассказывают о своих чувствах и переживаниях, связанных с желанием удержать ребенка около себя как можно дольше, особенно это характерно для мам, которые

привыкли посвящать себя только ребенку. Некоторые матери тяжело переживают отдаление ребенка от них, препятствуя их самостоятельности. «Уход» ребенка делает жизнь матери обедненной, лишенной цели существования. Анализ этих переживаний позволяет осознанно подойти к возникающим на этой почве конфликтам, выбрать более правильную линию поведения с уже взрослеющими детьми.

Занятие 3. «Язык принятия» и «язык неприятия»

Цели: знакомство с понятием «принятие» ребенка, особенностями принимающего и не принимающего поведения родителя. Определение «языка принятия» и «языка неприятия».

Содержание занятия.

1. Упражнение с мячом: бросить мяч и сказать комплимент другому.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало выполнение домашнего задания «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке». Ведущий задает вопрос родителям о том, какую часть таблицы им было труднее заполнить, где у них получилось больше записей. Обращает внимание на связанность некоторых характеристик ребенка из левой и правой частей таблицы, на то, что продолжением достоинства ребенка часто являются его недостатки.

3. Информационная часть. Зоны принятия, относительно принимающий родитель. Ситуации, свойства родителя и личностные качества ребенка, от которых зависит изменение соотношения зон принятия и неприятия. Совместно с родителями определение тех факторов, от которых зависит принятие или, наоборот, неприятие ребенка. Обсуждение с участниками группы, что значит «язык принятия» и «язык неприятия», что означают:

- оценка поступка («Мне жаль, что ты не поделился с сестрой игрушками») и оценка личности («Ты очень жадный мальчик»);
- временный язык («Сегодня у тебя это задание не получилось») и постоянный язык («У тебя никогда ничего не получается как следует»);
- невербальные проявления «языка принятия и неприятия» (улыбка, взгляды, жесты, интонации, позы).

Совместно с группой ведущий составляет список элементов «языка принятия» и «языка непринятия». Участники группы как бы отвечают на вопрос: «Как ребенок узнает, что мы принимаем его или, наоборот, не принимаем его?»

4. Упражнение в использовании «языка принятия» и «языка непринятия». Заполнение таблицы:

Фраза ребенка	Ответ на «языке непринятия»	Ответ «на языке принятия»
1.		
2.		
...		

Ведущий предлагает каждому сказать какую-то фразу от лица ребенка, далее члены группы записывают ответную фразу сначала на «языке непринятия», а потом на «языке принятия». После того, как фразы записаны, и таблица заполнена, ведущий просит одного из родителей войти в роль ребенка и произнести свою фразу. Остальные родители отвечают ему сначала на «языке непринятия», а потом на «языке принятия». Нужно попросить родителя, находящегося в роли ребенка, фиксировать наиболее сильные чувства. Для усиления «впечатления детства» и влияния со стороны других, все родители стоят, а «родитель-ребенок» сидит. После того, как родитель побывал в роли ребенка, ведущий предлагает ему поделиться теми впечатлениями, которые у него возникали.

В ходе выполнения этого упражнения важно акцентировать внимание родителей на том, что между согласием и принятием есть различия. Легко демонстрировать принятие, во всем соглашаясь с другим человеком; гораздо труднее, не соглашаясь, все-таки вселить в него уверенность в том, что вы принимаете его личность, считаетесь с ним, хотя и обладаете другой точкой зрения.

5. Психогимнастическое упражнение: передача чувства по кругу с помощью тактильных ощущений с закрытыми глазами. Для этого один из участников старается передать возникшее у него чувство (или просто идею об определенном чувстве) соседу, а тот в свою очередь – своему соседу. Поскольку группа сидит с закрытыми глазами, то при распознавании чувства можно опираться только на ощущения рук и тела. Участники группы могут передавать чувство таким же образом, как и получили, или воспользоваться своим способом, важно лишь, чтобы чувство сохранилось.

6. Домашнее задание.

Нарисовать круглый стол с ребенком и попросить ребенка рассадить за этим праздничным столом тех, кого он хотел бы видеть на семейном празднике. Ребенок сам должен нарисовать то количество стульев, которое ему необходимо, не надо ему подсказывать и навязывать свое решение.

Обсудить с ребенком значение слова «комплимент». Сделать друг другу комплименты.

Примечание к информационной части.

Э. Фромм еще в 50-е годы писал о важности, как безусловной любви, так и условной любви. Да, родитель имеет право любить ребенка и за что-то, тем самым, показывая ему важность каких-то его проявлений. Если раньше можно было говорить, что носителем безусловной любви является мать, а условной – отец, то сейчас каждый из родителей во многом выполняет обе эти функции. Хотя в конкретной семье ситуация может складываться по-разному, в целом любовь отца все равно более условна, а в формировании отношения к ребенку со стороны матери большую роль играет ее первый опыт общения с ним. Именно в первые годы жизни ребенку необходима ее всепоглощающая любовь, ее безусловное принятие, которое в конечном итоге формирует доверие к миру и чувство уверенности в себе. Недаром у многих народов ребенку до 5-6 лет позволяется очень многое, а затем наступает период научения социальным требованиям и запретам.

Если мать воспитывает ребенка одна, ей приходится сочетать в себе разные качества: принимающего и не принимающего родителя. На самом деле человек живет в мире, где ему что-то нравится, а что-то нет, он испытывает разные чувства и по отношению к своему ребенку: и позитивные и негативные, потому быть и принимающим, и не принимающим для него очень естественно. Иногда, надевая на себя личину принимающего все и вся, человек оказывается неискренен перед собой и другими людьми, а это очень хорошо могут чувствовать его близкие, в первую очередь дети. Ребенок все равно поймет, что родителям не нравится, как он себя ведет. Пытаясь казаться добрыми, родители делают вид, будто одобряют почти все поступки детей. Такое поведение Томас Гордон называет «неискреннее принятие». В своей книге «Тренинг родительской эффективности» он писал: «Я пришел к убеждению, что самый «трудный» родитель – сладкоречивый, «снисходительный» и нетребовательный, ведущий себя так, как если бы он одобрял поведение ребенка, но при этом произвольными сигналами выдающий свое неодобрение».

Не думаю, что можно быть абсолютно принимающим родителем, скорее, можно вести речь об относительности этого качества. У каждого родителя существует определенная сфера (или зона) его принятия ребенка и сфера непринятия. То, какая сфера больше представлена в отношениях с ребенком, на самом деле зависит от многих факторов, но их условно можно разделить на три группы:

- 1) личность родителя (его характер, темперамент, ожидания к ребенку, стереотипы и установки в воспитании, собственный детский опыт и отношение к родителям и т.д.);
- 2) личность ребенка (его воспитуемость, болезненность, способность к научению, интеллект, активность, нарушения психики и т.д.);
- 3) особенности ситуации (присутствие других людей, ситуация экзамена, проверки каких-то знаний, появление новых членов семьи и т.д.).

Таким образом, если родитель чаще пребывает в состоянии принятия собственного ребенка, можно вести речь об относительно принимающем родителе (рис. 4), и наоборот, если для него более всего характерны чувства, связанные с неприятием ребенка, то он, скорее всего, не принимающий родитель (рис. 5). Схематически это может быть изображено следующим образом:

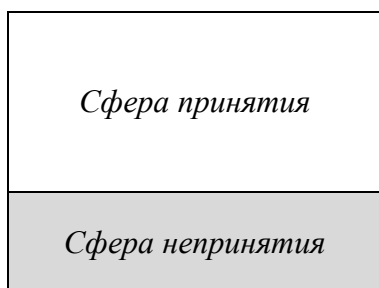


Рис. 4

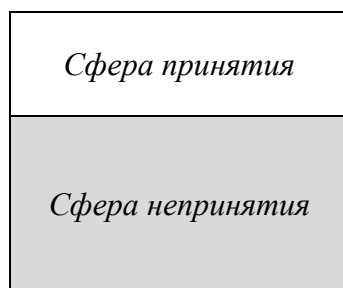


Рис. 5

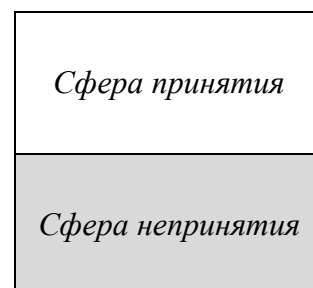


Рис.6

На рис. 6 представлено состояние родителя, которого нельзя с достаточной определенностью отнести к какому-либо типу. Соотношение этих сфер может меняться в зависимости от разных условий. Например, в ситуации посещения гостей мать более внимательна к поведению сына за столом, чем, дома, и зона ее непринятия расширяется за счет попадания туда тех действий ребенка (например, облизывание пальцев), на которые дома она не обращает никакого внимания. Одним из критериев диагностики

собственного отношения к ребенку в аспекте принятия может стать то, насколько быстро и легко заполнялась графа «Что меня огорчает в моем ребенке» при выполнении домашнего задания. Если родителю легко перечислять недостатки ребенка, но трудно вспоминать его достоинства, то вряд ли можно назвать его принимающим. Однако даже те родители, которые отнесли себя к таковым, далеко не всегда могут показать ребенку свое принятие. Принятие должно быть продемонстрировано, именно поэтому очень важно научиться говорить на «языке принятия».

Занятие 4. Проблемы детей и проблемы родителей. Активное слушание как способ решения проблем детей

Цели: прояснить различие проблем родителей и проблем детей; познакомиться с целями и приемами активного слушания, развить навыки активного слушания.

Содержание занятия

1. Психогимнастическое упражнение: каждый по очереди высказывает пожелание группе на сегодняшний день (месяц, год).

2. Обсуждение домашнего задания.

Это домашнее задание позволяет родителю лучше узнать, кого ребенок включает в свое ближайшее социальное окружение. Считает ли он таковым только членов своей семьи или присоединяет к ним других взрослых, своих друзей, родственников и т.п. Известно, что именно люди из ближайшего окружения оказывают значимое влияние на ребенка. При обсуждении обратить внимание родителей на то, как рассказывает ребенок своих гостей, кого приближает, а кого отдаляет от себя, какие микрогруппы создает.

Бывают более «закрытые» и более «открытые» семьи, и в рисунке ребенка это отражается большим или, соответственно, меньшим составом приглашенных на праздник. Степень открытости семьи нельзя расценивать с точки зрения позитивности – негативности, каждая семья живет своим «уставом», о чем говорит и известная русская пословица. Однако важно, чтобы излишняя интровертированность родителей не мешала ребенку осваивать различные типы отношений между людьми. Сложные в общении дети часто не получают того необходимого наглядного примера общения между друзьями, который могли бы давать им родители.

В рисунках детей хорошо видно, насколько дети готовы смешивать свой «детский мир» со «взрослым миром». Некоторые дети уже в раннем возрасте отделяют себя от круга взрослых. В этом задании, как и во всех других, не ставится цели указать, как должно быть, важно, чтобы родитель мог лучше понять формирующуюся концепцию ближайшего окружения у своего ребенка и свою степень влияния на нее. Ведущий лишь создает ситуацию и способствует обсуждению в группе тех проблем, которые могут волновать отдельных участников.

3. Знакомство со списком Т. Гордона, состоящим из 12 категорий родительских ответов.

4. Информационная часть.

Ведущий перечисляет те проблемы, которые поднимались родителями в ходе прошедших занятий. Обсуждает вопрос с группой, какого рода это были проблемы – детей или родителей. Отмечается центрированность родителей на своих проблемах, а не на проблемах ребенка. Часто это мешает слушанию своего ребенка. При составлении списка детских проблем родители могут испытывать значительные затруднения. Родители склонны приписывать свои собственные проблемы детям.

Научиться отличать свои проблемы от проблем ребенка – очень важный элемент тренинга. От этого зависит успешность применения тех навыков, о которых пойдет речь на этом и следующих занятиях. Для оказания помощи в решении проблем ребенка могут помочь приемы активного слушания, а для разрешения собственных затруднений – «Я-сообщения», констатирующие высказывания. Наконец, для решения совместных проблем важно владеть методами, используемыми в конфликтных ситуациях.

Называя тему занятия «Активное слушание», ведущий предлагает сформулировать ответы на вопрос: «Что для меня значит хорошо слушать?». Слышать и слушать – различные понятия. Слышать – различать, воспринимать что-то слухом. Слушать – направлять слух на что-то (по словарю Ожегова).

Слушание может быть пассивное (безмолвное) и активное (рефлексивное). Безмолвное слушание – минимизация ответных реакций («Да, да», «Я тебя слушаю»), поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия. Если ребенку важно высказаться и быть выслушанным, такого слушания может быть вполне достаточно.

Активное слушание создает отношения теплоты; родители могут «влезть в шкуру» ребенка; облегчается решение проблем ребенка; у детей появляется желание прислушаться к мнению родителей. Активное слушание помогает воспитывать самоконтроль и ответственность. Приемы: пересказ (полный и краткий), отражение чувств, уточнение, резюмирование (подведение итогов), проговаривание подтекста.

Пересказ – изложение своими словами того, что сказал собеседник, он может быть более полным в начале, а в дальнейшем – более кратким, с выделением наиболее важного. Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Родитель, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях, конечно, при этом совсем не стоит становиться (по меткому выражению Томаса Гордона) «родителем-попугаем». Повторение должно носить эмпатический характер, то есть использоваться тогда, когда это необходимо, и отвечать потребностям ребенка. Пересказ – это своеобразная обратная связь ребенку: «Я тебя слышу, слушаю и понимаю». Часто именно из-за отсутствия такой реакции со стороны своих родителей дети по несколько раз повторяют одну и ту же фразу или слово, как бы не надеясь, что взрослые могут услышать их с первого раза. Сложность формирования навыка пересказа заключается в том, что при этом необходимо сосредоточиться на чужих мыслях, отключившись от своих, а слова других обычно вызывают в нас собственные воспоминания, ассоциации. Умение распределить внимание, одновременно удерживая внутренний строй своих мыслей и ход рассуждений другого человека, – это признак сформированности навыков активного слушания.

Уточнение (выяснение) относится к непосредственному содержанию того, что говорит другой человек. Уточнение может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо. «Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?», «Ты именно в четверг не хочешь идти в школу?». Уточнение также может относиться ко всему высказыванию другого человека. «Объясни, пожалуйста, что это значит?», «Не повторишь ли еще раз?», «Может быть, расскажешь об этом подробнее?». Уточнение следует отличать от выпрашивания. «А зачем ты это сделал?», «Почему ты его обидел?». На этапе слушания выпрашивание может разрушить желание говорящего сообщать что-либо. Часто это

приводит к нарушению контакта между людьми, который лучше сохранять во время беседы.

Отражение чувств – проговаривание чувств, которые испытывает другой человек. «Мне кажется, ты обижен», «Вероятно, ты чувствуешь себя расстроенным». Последствия: дети меньше боятся негативных чувств; видят, что родители понимают их. Лучше называть чувства в утвердительной форме, так как вопрос меньше выражает сочувствие. Этот прием способствует установлению контакта и повышает желание другого человека рассказывать о себе, но в том случае, если тот не пытается скрывать свои чувства. Родитель не должен заниматься выпытыванием тех переживаний, которые ребенок хочет оставить при себе. Известный английский психоаналитик Дональд Вудс Виникот, специалист в области консультирования родителей, писал: «Существует много других конфликтов, от которых страдают, и которые пытаются решать наши дети. И мы знаем, что многие из них заболевают из-за того, что не могут найти приемлемого решения. Но не дело родителя становиться психотерапевтом».

Проговаривание подтекста – проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника. Родители часто хорошо понимают, что стоит за словами ребенка, какой «закадровый перевод» можно осуществить. Например, у фразы «Мама, а ты не заметила, какую уборку я сегодня сделал?» подтекст может быть таким: «Ты бы меня похвалила» или «Я хотел бы, чтобы ты разрешила мне пойти ...». Проговаривание подтекста надо осуществлять для лучшего взаимопонимания и дальнейшего продвижения в беседе, а не для того, чтобы показать, насколько слушающий родитель знает ребенка. А если знание используется для манипуляции близким человеком, в конечном итоге это разрушает взаимоотношения. И уж, конечно, проговаривание не должно превращаться в оценивание, что иногда очень хочется сделать родителю в разговоре с ребенком. Например, «Ты мог бы быть и поскромнее». Оценивание у любого человека блокирует желание рассказывать о проблеме.

Резюмирование используется в продолжительных беседах или переговорах. «Итак, мы договорились с тобой, что...», «Твоими основными идеями являются...». Подведение итогов требует от слушающего внимания и умения излагать свои и чужие мысли.

5. Работа в парах с целью тренировки приема проговаривания (полного и краткого пересказа). На первом этапе один партнер все время только слушает и пересказывает, возвращая мысли собеседнику, затем они меняются ролями. На втором этапе надо пересказывать высказывания партнера и продолжать разговор, то же делает второй партнер. Тема, обсуждаемая собеседниками, касается какой-то проблемы, которая, по мнению родителя, тревожит ребенка.

6. Словарь чувств: каждый называет какое-то чувство и отдает мяч (игрушку) другому.

7. Домашнее задание. Спросить ребенка и записать ответы ребенка на следующие вопросы: «Что, ты думаешь, мне в тебе нравится?» Перед тем как спрашивать, родитель должен предположить, что может ответить ему ребенок. Напомнить о возможности тренировки приемов активного слушания в диалоге родителя и ребенка, чтобы помочь ребенку лучше выразить свои мысли и чувства.

Занятие 5. Активное слушание (продолжение)

Цели: продолжение знакомства с приемами активного слушания и отработка навыков в упражнениях.

Содержание занятия.

1. Психогимнастическое упражнение. Один из участников группы выходит за дверь, все остальные делятся на «мальчиков» и «девочек». За две минуты они выбирают те действия, которые будут выполнять вместе, когда зайдет тот, кто за дверью. Задача этого участника – отгадать, где «мальчики», а где «девочки».

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена содержанием записей. Ведущий обращает внимание на использованные родителями приемы активного слушания или, наоборот, на неиспользованные возможности слушания. Очень часто дети отвечают на вопрос расплывчато и неопределенно, и очень важна роль родителя в том, чтобы помочь ребенку выразить свои чувства и мысли.

3. Информационная часть.

Повторение приемов активного слушания. Цели активного слушания и его последствия. Отработка навыков «уточнения», «проговаривания подтекста» в упражнениях.

Правила хорошего слушания:

- слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, позы, жестикация);
- проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;
- не давай советов;
- не давай оценок.

4. Работа в парах по правилам хорошего слушания на примере алгоритма работы, изложенного в сборнике «Психогимнастика в тренинге» С.И. Макшанова и Н.Ю. Хрящевой.

Тема: что мне помогает (какие мои качества и свойства) и что мешает воспитывать моего ребенка.

«Упражнение мы будем выполнять в парах. Пожалуйста, разбейтесь на пары. Выберите себе в пару того из членов нашей группы, кого вы пока узнали меньше других, но хотели бы узнать поближе».

Участники группы садятся парами.

«Распределите между собой роли: один из вас будет «говорящим», другой – «слушающим». Задание будет состоять из нескольких шагов (этапов). Каждый шаг рассчитан на определенное время. Сначала правилами хорошего слушания руководствуется «слушающий». «Говорящий» в течение пяти минут рассказывает о своих трудностях, проблемах в воспитании ребенка. Особое внимание он обращает на те свои качества, которые порождают эти трудности. «Слушающий» соблюдает правила хорошего слушания».

Через 5 минут ведущий останавливает беседу.

«Сейчас у «говорящего» будет одна минута, в течение которой надо будет сказать «слушающему», что в поведении последнего помогало, а что затрудняло этот рассказ».

«Теперь «говорящий» в течение 5 минут будет рассказывать слушающему о своих сильных сторонах в общении, о том, что ему помогает воспитывать ребенка, строить взаимоотношения с ним».

Через 5 минут ведущий останавливает беседу и предлагает перейти к следующему шагу.

«Слушающий» за 5 минут должен повторить «говорящему», что он понял из двух его рассказов о себе, то есть о том, что ему помогает, и что мешает воспитывать ребенка. На протяжении этих

пяти минут «говорящий» все время молчит и только движением головы показывает, согласен он или нет с тем, что говорит «слушающий». После того как «слушающий» скажет все, что он запомнил из двух рассказов «говорящего», последний может сказать, что было пропущено и что искажено».

Во второй части упражнения участники пары меняются ролями: тот, кто был «слушающим», становится «говорящим» и наоборот.

5. Психогимнастическое упражнение: бросить мяч и погрузить на баржу предметы на какую-то букву. В эту игру родители могут играть с детьми, расширяя запас слов и развивая коммуникации в семье.

6. Домашнее задание. Использовать и тренировать приемы активного слушания, воспользоваться ими при обсуждении совместного занятия.

Примечание. Для тренировки навыков отражения чувств ведущий может использовать упражнение «Слушать чувства» Т. Гордона.

Занятие 6. Совместное занятие с детьми

Цели: знакомство с детьми, описание родителей «глазами» детей, определение «узких» зон взаимодействия родителей с детьми, создание ситуаций взаимодействия и сотрудничества.

Содержание занятия.

1. «Кто здесь собрался?» Дети и взрослые придумывают как можно больше вариантов (люди, друзья, знакомые, мамы и дети, земляне и т.д.).

2. Дети по очереди называют свое имя и рассказывают о своей маме (папе), для того, чтобы угадать по описанию, кто из сидящих в кругу людей – его родители. При этом ведущий задает разные вопросы: «Какая твоя мама?», «Что она любит делать?», «Что ей нравится?», «Что ей не нравится?» и т.п. Детей можно спросить о том, кто, по их мнению, из детей будет самой заботливой мамой, заботливым папой, ответственным человеком, кто из них самый веселый, самый большой выдумщик и т.д. Ведущий еще раз повторяет все имена, чтобы участники запомнили их.

3. Игра «У кого конфета». Ее задача – выявить наиболее подозреваемых личностей в группе. Ведущий просит участников закрыть глаза и сложить ладони «лодочкой», затем он проходит и вкладывает в ладони какой-то мелкий предмет. Когда по команде ведущего все откроют глаза, каждый может высказать не больше трех подозрений по отношению к другим участникам. Ведущий после опроса определяет наиболее подозреваемых группой детей и взрослых. Наиболее стойким (оказавшимся вне подозрений) раздаются призы. Если вместо предмета используются мелкие конфеты, то после того как их положили в ладошки, играющим надо быстро спрятать их за щеку и вести себя так, чтобы другие не заметили «сладкое» выражение лица. Игра хорошо сближает и способствует развитию коммуникаций в группе.

4. Игра «Угадай, чьи руки». Сначала дети на ощупь определяют, кто кем является, пытаются угадать имя. Затем родители находят с закрытыми глазами руки своего ребенка.

5. Совместное рисование. Детям и их родителям предлагается нарисовать рисунок на определенную тему («Наш дом», «Дом», «Праздник») одной ручкой, но при этом нельзя договариваться и вообще говорить друг с другом.

После того как все закончили, каждая пара представляет свое произведение. Ведущий предлагает ребенку рассказать, как был нарисован этот рисунок, кто был инициатором воплощенных идей, как происходила прорисовка тех или иных деталей. Психолог-наблюдатель в карте наблюдений отмечает характерный тип и особенности взаимодействия на различных этапах рисования: сотрудничество, подавление одним из участников, игнорирование потребностей партнера, соперничество (конкуренция), согласие, ориентация на интерес партнера и т.д.

6. Описание картинок по Роршаху. Каждая пара – ребенок и мама – по очереди получают одну из 10 картинок с изображением пятен Роршаха. Им предлагается сначала назвать как можно больше идей о том, на что это похоже, а потом прийти к одному названию. После того как каждая пара имела возможность пофантазировать, все остальные могут дать свои варианты ответов. Эта работа не только способствует развитию совместного воображения родителя и ребенка, но и служит хорошим диагностическим средством сферы родительско-детского взаимодействия.

7. Игра «Изобрази животных». Эта игра проводится как подготовительная ко второй игре. Ведущий называет определенных животных и просит участников изобразить, как они выглядят.

Игра «Найди себе пару среди животных». Ведущий раздает заранее приготовленные листочки с написанными на них названиями животных каждому участнику. Поскольку все названия парные, каждый может найти себе пару после команды ведущего. После того как каждый нашел себе «своего» животного, ведущий спрашивает «Кто вы?». На этом совместное занятие заканчивается.

Примечание. Желательно обсудить впечатления от проведенного занятия с родителями сразу после того, как оно закончилось. Предметом обсуждения могут быть:

- использованные формы взаимодействия родителей с ребенком;
- возникавшие отношения между детьми и родителями;
- неожиданные для родителя проявления ребенка в группе;
- новые темы для обсуждения в кругу.

Занятие 7. Проблемы родителей

Цели: Научиться способам эффективной коммуникации для разрешения проблем, которые могут возникать у родителя с ребенком (проблемы родителя).

Содержание занятия.

1. Психогимнастика: участники группы бросают друг другу мяч и говорят, что им нравится в другом человеке.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена впечатлениями от совместного занятия. Родители рассказывают о том, какие приемы активного слушания они использовали в беседе с ребенком о совместном занятии.

3. Информационная часть сочетается с практическим освоением навыков эффективной коммуникации. Когда проблемы принадлежит родителю, он может:

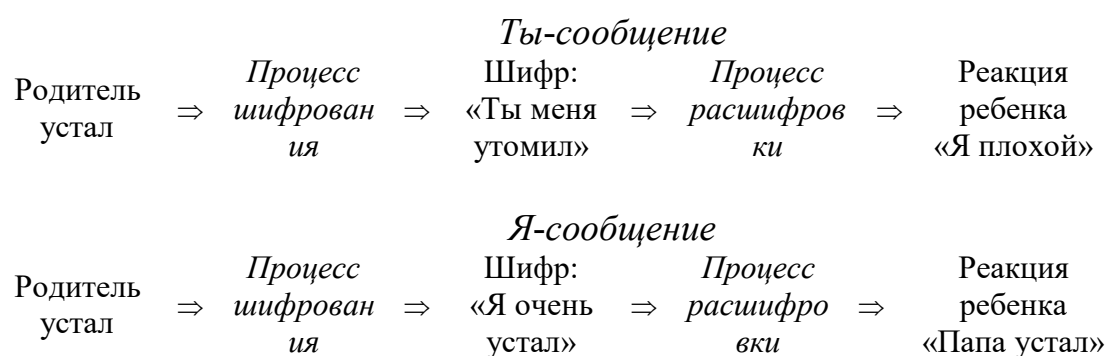
- попытаться непосредственно повлиять на ребенка;
- попытаться повлиять на себя самого;

- попытаться повлиять на обстоятельства (например, изменить обстановку, принять необходимые меры безопасности).

Различают две формы обращения к другому человеку: ты-сообщения и я-сообщения.

Ты-сообщения часто нарушают коммуникацию, так как вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что прав всегда родитель («Ты всегда оставляешь грязь в комнате», «Ты никогда не выносишь мусор», «Прекрати это делать»).

Я-сообщения являются более эффективным способом в плане влияния на ребенка с целью изменения его поведения, которое родитель не приемлет. В то же время они сохраняют благоприятные отношения между людьми. Воспользуемся примером Томаса Гордона и нарисуем схему сообщений для родителя, который устал и не испытывает желания играть со своим сынишкой.



Модель я-сообщения состоит из трех основных частей:

- событие (когда..., если...);
- ваша реакция (я чувствую...);
- предпочитаемый вами исход (мне хотелось бы, чтобы...; я предпочел...; я был бы рад...).

В сообщении может использоваться не полная форма я-сообщения, а укороченная («Мне хотелось бы, чтобы ты договорились о том, кто выносит мусор», «Когда я вижу грязные руки, у меня мурашки по спине бегают»). Первоочередная цель я-высказываний – не заставить кого-то что-то сделать, а сообщить свое мнение, свою позицию, свои чувства и потребности; в такой форме другой услышит и поймет их гораздо быстрее.

Ведущий предлагает родителям потренироваться в применении я-сообщений таким образом: один из родителей описывает какой-то факт поведения ребенка, который для него неприемлем, а остальные формулирует я-сообщения, записывая их,

и затем предъявляют в кругу. Другой вариант: ведущий зачитывает подготовленные заранее ты-сообщения, а задача участников – переформулировать их в я-сообщения.

Примеры *ты-сообщений*:

- «С тобой бесполезно что-то обсуждать, никогда ничего не слушаешь».
- «Шнурки ты завязывать не можешь, куртку застегивать не можешь. Ты сам вообще что-то можешь?»

Я-сообщения:

- «Когда я хочу поделиться с тобой чем-то очень важным и вижу, что тебе это не интересно, у меня все валится из рук, и не хотелось бы, чтобы ты меня выслушал».
- «Я так устаю все время застегивать тебе шнурки, как бы мне хотелось, чтобы ты научился делать это самостоятельно».

4. Знакомство с констатирующими и воодушевляющими высказываниями.

Констатирующие (или прослеживающие) описания – это просто словесное воспроизведение действий ребенка («Ты достал из портфеля треугольник, повертел его на пальце, закинул за диван»). Дети не всегда хорошо осознают свои спонтанные, привычные действия. Предметные описания помогают ему отрефлексировать и по-новому увидеть собственные действия. По сути, они выполняют функцию обратной связи, в этой роли может быть использована видеосъемка. Просмотр вместе с ребенком различных форм негативного или неприемлемого родителями поведения (например, частое отвлечение во время выполнения домашних заданий, медленно просыпание, истерики и т.д.) – это тоже вариант прослеживающих описаний.

Воодушевляющие высказывания являются продолжением и развитием констатирующих описаний. Внимание в них сконцентрировано не на предметной, объективной, а на личностной, субъективной стороне действий ребенка, то есть не на том, что делает ребенок, а на том, как он это делает («Ты с таким усердием и с таким терпением выполняешь эту сложную работу»). Ребенок может не очень красиво рисовать или мыть посуду, но если родителю хочется, чтобы он продолжал эти действия, то акцент на том, как он старался, может вдохновить его на дальнейшие «подвиги».

Работа с констатирующими и воодушевляющими высказываниями может быть построена по тому же принципу, как

описано выше. Возможно также экспериментирование с этими сообщениями так, как оно описано у Е.В. Сидоренко в ее книге «Опыты реориентационного тренинга», - высказывания формулируются участниками по отношению к другим членам тренинговой группы. Для обмена воодушевляющими высказываниями можно использовать мяч: получая вместе с мячом такое сообщение, участник тренинга говорит, воодушевляют ли его эти слова настолько, что хочется продолжать себя так вести. Например: «Алена, ты всегда с таким юмором и оптимизмом рассказываешь о своих близких, тебя очень интересно слушать» или «Таня, ты можешь очень точно и кратко высказывать свои мысли».

Для тренировки констатирующих высказываний необходимо, чтобы кто-то в группе совершил серию движений, а участники сообщая составили устное и, главное, очень подробное описание его действий.

5. Временный и постоянный язык. Важность его влияния на развитие самооценки ребенка и формирование его «Я-концепции».

Примеры фраз, произносимых на *постоянном языке*:

- «Вечно ты бросаешь свои вещи, где попало».
- «Ты всегда играешь, а не занимаешься».
- «Ты никогда вовремя не ляжешь спать».

На *временном языке* они будут выглядеть так:

- «Сегодня твои вещи лежат не на месте».
- «Ты играешь уже полтора часа, а занимался только десять минут».
- «Уже очень поздно, а ты еще не спишь».

Фразы, произносимые на постоянном языке, часто становятся теми родительскими посланиями, которые руководят ребенком на протяжении всей его жизни. Иногда они действуют как прогнозы, иногда человек всю жизнь доказывает их несправедливость.

6. Психогимнастическое упражнение. Ведущий заранее готовит листки (по форме это листья дерева) для каждого участника и просит написать на этих листках проблему, общую для всех (или для большинства) участников группы. Эти листья можно приклеить к заранее нарисованному дереву, и после этого один из членов группы может вслух прочитать все проблемы.

7. Домашнее задание. Применять я-сообщения, констатирующие и воодушевляющие высказывания в общении с ребенком. Записать два примера.

Занятие 8. Конфликты

Цели: определение способов разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с шестью шагами беспроеигрышного метода разрешения конфликта (по Т. Гордону).

Содержание занятия.

1. Обсуждение домашнего задания: сложности при формулировании я-сообщений. Проигрывание ситуаций (ролевая игра).

2. Обозначив тему занятия, можно спросить участников: «Какие ассоциации возникают у вас при слове «конфликт»?», «С каким животным, погодой, цветом ассоциируется конфликт?».

Далее ведущий просит членов группы встать и с закрытыми глазами поддержать перед собой то, что в их представлении является

«конфликтом» (образом конфликта), прислушаться к своим чувствам и сделать с ним то, что хочется. Затем необходимо обсудить те чувства, которые испытывали люди в этой ситуации, что им хотелось сделать с этим образом.

3. Информационная часть.

Обсуждение конфликтов, с которыми обычно приходится сталкиваться родителям, общаясь с ребенком.

Три категории поведения в конфликте:

- «выиграть – проиграть»;
- «проиграть – выиграть»;
- «выиграть – выиграть».

Задача участников группы – найти примеры своих конфликтов на каждую категорию.

Для конфликтной ситуации характерны следующие признаки:

- эмоциональное напряжение сторон (или одной стороны);
- выплеск негативных чувств;
- выраженное недовольство друг другом.

Различия в понятиях «повод» и «причина» конфликта. Пояснение на примерах.

4. Конкретный конфликт, предъявленный кем-то из родителей, может быть представлен в виде ролевой игры.

5. Знакомство с шестью шагами беспроблемного метода решения конфликтов по Томасу Гордону.

Шаги	Цели	Действия родителя
Шаг 1 Распознавание и определение конфликта	Вовлечь ребенка в процесс решения проблемы	Четко и немногословно сообщить ребенку, что имеется проблема, которая нуждается в решении. Дать понять, что сотрудничество ребенка необходимо
Шаг 2 Выработка возможных альтернативных решений	Собрать как можно больше вариантов решения проблемы	Узнать решения детей (свои можно добавить позже), не оценивая и не принижая предложенные решения. Настаивать на выдвижении как можно большего числа альтернатив
Шаг 3 Оценка	Активизировать ребенка на	Предложить ребенку высказаться, какие из этих

альтернативных решений	высказывания по поводу различных решений, сообщить свое мнение по каждому варианту	решений выглядят лучше, чем остальные. Сообщить свои чувства и интересы, сказать о наиболее оптимальном варианте и что не устраивает (или устраивает) ребенка в выборе
Шаг 4 Выбор наиболее приемлемого решения	Принять окончательное решение	Узнать, что думает ребенок о каждом оставшемся решении. Добиться того, чтобы каждый обязался выполнить свою часть договора. Если решение состоит из нескольких пунктов, желательно зафиксировать их на бумаге
Шаг 5 Выработка способов выполнения решения	Спланировать процесс претворения в жизнь принятого решения	Вынести на обсуждение вопросы типа: «Когда начнем?», «Кто будет следить за применением?», «Каковы будут критерии качества выполняемой работы?» и т.п.
Шаг 6 Контроль и оценка его результатов	Способствовать реализации решения. Выявить обстоятельства, требующие пересмотра принятого решения	Интересоваться у ребенка, по-прежнему ли он доволен принятым решением и его результатами. Сообщать о своих чувствах и мыслях (они могут изменяться) по поводу решения. Пересмотр или корректировка решения, если это потребуется

Эти шаги связаны с ключевыми моментами, которые необходимо знать и применять, чтобы избежать излишних трудностей, хотя некоторые конфликтные ситуации могут разрешаться и без прохождения всех шести шагов. Существуют конфликты, которые исчерпываются при первом же предложенном решении.

5. Обсуждение в группе вариантов переработки конфликтов.

Вопросы участникам:

- Что происходит, когда вы попадаете в конфликтную ситуацию?
- Как вы пытаетесь облегчить свои переживания?

- Какие привычные способы используете вы и ваши близкие?

Четыре основные сферы переработки конфликтов:

- тело;
- воображение;
- деятельность;
- контакты.

6. Домашнее задание.

Рассказать членам своей семьи о том, что узнали на занятии, и применять на практике способы анализа конфликтных ситуаций.

Спросить ребенка, какое наказание для него самое страшное и какое поощрение (какая награда) наиболее желаемая. Записать.

Примечание.

Несмотря на простоту схемы Гордона (три типа конфликтов), реальная ситуация не всегда проста в отнесении ее к какому-либо типу. Например, как определить, кто является выигрывающей стороной в конфликте, который протекает по типу компромисса. Поэтому ведущий может предложить для обсуждения в группе не три, а пять категорий конфликтного поведения:

- 1) подавление другого;
- 2) подчинение другому (например, мать полностью подчиняется желаниям и интересам ребенка);
- 3) уход от конфликта (обе стороны не стремятся к разрешению конфликта, а делают вид, что его не существует);
- 4) компромисс (исход конфликта в какой-то мере устраивает обе стороны, но ни родитель, ни ребенок не чувствуют полного удовлетворения);
- 5) сотрудничество (обе стороны удовлетворены исходом конфликтной ситуации).

Конечно, сотрудничество является наиболее предпочтительной формой выхода из конфликта и возможно лишь тогда, когда стороны взаимно учитывают интересы друг друга. Поскольку маленькие дети не всегда понимают интересы родителей, мамам и папам приходится занимать более активную позицию в разрешении конфликта. Но конфликт – это всегда взаимодействие, в нем присутствуют две стороны, и действия одной влекут действия (или противодействия) другой. Родители, проявляя активность своей позиции, как бы предлагают занять другую (противоположную), тем самым обучают его вести себя в конфликте определенным образом. Чем чаще родители проявляют сотрудничество, то есть, предьявляя свои интересы, выясняют и интересы ребенка, учитывают его

позицию, тем больше вероятность, что ребенок будет вести себя подобным образом в других ситуациях, причем не только со своими родителями, но и с другими людьми.

Если родители занимают подчиненную позицию, то есть все время идут на поводу у ребенка, потакая ему во всем, то, скорее всего, того же он будет ожидать и от других людей. Необоснованные претензии создают хорошую почву для развития конфликтной личности. Наоборот, подавляя волю и желания маленького человека, трудно научить его отстаивать свои позиции, хотя иногда в такой ситуации дети начинают копировать поведение своих более старших членов семьи (не только родителей, но и братьев, сестер). Тогда мы имеем дело с людьми, готовыми конкурировать всегда и во всем. Личное дело каждого родителя – решать, какого ребенка он хочет воспитать. В тренинге мы можем лишь способствовать пониманию, как средства, которые он использует, влияют на ребенка. Безусловно, при этом личность ребенка имеет такое же значение, как и личность родителя. Именно поэтому в деле воспитания так трудно давать советы: то, что подходит одному, совсем неприемлемо для другого.

Занятие 9. Поощрения и наказания

Цели: знакомство с принципами использования поощрений и наказаний.

Содержание занятия.

1. Психогимнастическое упражнение. Посмотреть на соседа справа и сказать, с каким месяцем ассоциируется этот человек. Затем все рассаживаются по порядку месяцев в году и вновь, глядя на соседа справа (но это уже другой человек), объясняют, почему у этого человека именно такой месяц.

2. Обсуждение домашнего задания в кругу.

3. Информационная часть.

Основные функции поощрения и наказания. Поощрения служат для подкрепления желательного поведения, а наказания – для прерывания нежелательного поведения. Участники в подгруппах составляют список поощрений и наказаний, которыми они пользуются. Затем эти списки обсуждаются в кругу, выделяются типы поощрений и наказаний.

В теории эффективного родительского поведения Томаса Гордона стремление родителей воздействовать с помощью поощрений и наград рассматривается как фактор развития у детей синдрома выигрывающего, либо синдрома проигрывающего. В первом случае ребенок настроен на выигрыш, на победу, высокие достижения любой ценой; во втором случае он обречен испытывать фрустрацию в течение всей жизни, так как оказался недостаточно способным, чтобы получать поощрения.

Анкетирование. Обсуждение результатов заполнения анкеты.

4. Знакомство с положениями, основанными на теориях бихевиоризма.

- Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения (его все равно получишь). Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение), они должны быть четко увязаны с действиями ребенка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятерку теряет свою роль «быть поощрением».
- Наказание должно быть значимо для ребенка, иначе оно теряет свой смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Если ребенка наказывают, оставляя дома, а он при этом и не хотел идти в гости, то вряд ли это событие можно считать наказанием.
- Ребенок может принимать участие в вопросах выбора поощрений и наказаний. Дети подчас бывают очень справедливы в поиске подходящего для себя наказания, чувствуя доверие, которое оказали им родители. Осуществляя выбор, они к тому же лучше запоминают, что может последовать за определенным поведением, и это повышает их ответственность.

- Лучше использовать поощрения, чем наказания. Бихевиористы давно доказали в экспериментах на животных, что те лучше поддаются выработке условных рефлексов, если в качестве подкрепления используется не наказание (например, удар током), а поощрение (что-нибудь вкусненькое). Если нужное поведение поощрять, а ненужное игнорировать, то необходимые навыки формируются быстрее, чем, если используются и поощрения, и наказания.
- Поощрения должны исполняться. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.

Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребенка, им лучше выбрать реальное выполнимое поощрение, так как поощрения обязательно должны выполняться. Мы можем установить для детей четкие рамки поведения, применяя систему поощрений и наказаний (за исключением телесных) и, следя за тем, чтобы «воздаяние» было справедливо и логически вытекало из поступков детей. Приемлемыми наказаниями служат запреты, лишения чего-либо, игнорирование, отсутствие улыбки на лице матери и т.д.

Физические наказания совершенно не допустимы, бесполезны. Они наносят невосполнимый урон взаимоотношениям детей и родителей.

5. Психогимнастическое упражнение. Футболки с надписями. Каждый участник бросает другому мяч и говорит, футболка с какой надписью подошла бы этому члену группы. В ответ он получает согласие или, наоборот, несогласие носить такую футболку.

6. Домашнее задание. Провести с ребенком рисуночные тесты (авторы – психологи Лонг, Вилер, Хендерсон). Задание направлено на изучение самооценки ребенка, видения своей позиции в группе людей, представления о своем месте в кругу других.

Занятие 10. Трансактный подход

Цели: научиться различать следующие состояния «Я»: Родитель, Ребенок и Взрослый; знакомство с концепцией «Свинского родителя» Стейнера.

Содержание занятия.

1. Психогимнастическое упражнение. Каждый участник принимает на себя роль какого-то животного, не сообщая о ней другим, и в этой роли приветствует своего соседа справа или слева; затем участники называют по кругу «животное», которое приветствовало их.

2. Обсуждение домашнего задания.

Тест имеет выраженное проективное содержание, направленное на прояснение формирующейся у ребенка я-концепции.

Задание 1 больше связано с проявлением самооценки. По мысли авторов теста, люди, выбирающие кружки, стоящие впереди, имеют более высокую самооценку или претендуют на большее внимание к себе, чем те, кто обозначает свой кружок как расположенный в конце. Известно, что самооценка является одной из составляющих я-концепции.

Основная идея задания 2 – поставить человека в ситуацию выбора: «Я похож на других» (не заштрихованный кружок) или «Я иной». Тест дает представление о восприятии самого себя в кругу других людей.

В задании 3 для родителей может быть интересно, как ребенок осознает (или только чувствует) степень своего влияния на близких людей. Это задание достаточно точно отражает расстановку сил в семье. Расположение кружков: рядом, сверху и снизу – моделирует силы, действующие в поле семейного влияния. Кружок сверху обычно выбирается для фигуры, которая оценивается как более сильная и влиятельная, чем собственная личность. Рядом располагаются люди, равные по «силе Я», а снизу те, на кого скорее «Я» оказываю влияние, чем они на меня. Остальные кружки занимают промежуточное положение.

3. Психогимнастическое упражнение. Участники бросают мяч друг другу со словами: «Мне кажется, в детстве ты был (а)...». В ответ каждый может согласиться или нет, сказав «Да», «Нет» или «Я такого не помню». Вариант: «Я думаю, в детстве ты мечтал (а)...». В другом варианте участники тренинга могут сами о себе говорить, о чем они мечтали в детстве или какими были тогда. Это упражнение хорошо способствует погружению членов группы в детское эго-состояние.

4. Информационная часть. Знакомство с тремя эго-состояниями: Родитель, Взрослый, Дитя. Их основные функции и проявления.

Французский психолог Эрик Берн, наблюдая за поведением людей, заметил, что в различных ситуациях общения люди думают, чувствуют и поступают, находясь в одной из трех позиций: позиции ребенка, позиции родителя и позиции взрослого. Как разобраться, в какой роли находится человек в конкретный момент? Мы можем ориентироваться на сигналы, которые он подает.

В позиции *ребенка* человек чаще просит, обижается, боится, его жесты умоляющие, интонации игривые или заискивающие. Его поведение спонтанно, импульсивно, он может, как подчиняться, так и бунтовать, если его потребности не удовлетворяются. Основная направляющая поведения – *я хочу*.

В позиции *родителя* человек проявляет опеку, заботу, контроль (заботливый родитель) или ругает, наказывает, выговаривает (свинский родитель). Его взгляды надменны или снисходительны, жесты – указующие или угрожающие, он может проигнорировать или быть навязчив. Основная направляющая поведения – *должен*.

В позиции *взрослого* человек стремится разобраться в ситуации. Он отвечает на вопросы: зачем? что происходит? Каковы перспективы? Какие точки зрения есть еще? И т.п. Он берет ответственность за происходящее на себя. Основная направляющая поведения – *надо*.

В различных ситуациях общения люди часто действуют дополнительно: позиция ребенка задает у другого человека позицию родителя и наоборот. Позиция взрослого способствует проявлению взрослой позиции у другого человека. Конечно, в разнообразных жизненных ситуациях важны все три позиции, каждая из них делает наше поведение гибким и приспособляемым к обстоятельствам.

Знакомство с концепцией Стейнера, отраженной на рисунке.

РОДИТЕЛЬ	ЗР – Заботливый родитель
	СР – Свинский родитель
ВЗРОСЛЫЙ	В – Взрослый
	АД – Адаптированное дитя
ДИТЯ	МП – Маленький профессор
	НД – Натуральное дитя

Задание родителям: оцените степень выраженности каждого качества личности у себя по пятибалльной системе в виде графика по предложенной схеме.

5						
4						
3						
2						
1						
	ЗР	СР	В	АД	МП	НД

«Свинский родитель» – это фиксированное эго-состояние, не чувствительное к изменениям, именно это состояние «несет основное бремя воспитания детей» (по К. Стейнеру). Если нельзя изменить его абсолютный объем в личности, то можно уменьшить его относительный объем, развивая состояние заботливого родителя. Пребывание родителя в эго-состоянии взрослого дает возможность ребенку почувствовать психологическое равенство с матерью или отцом, способствует усвоению правил логики и здравого смысла. «Адаптированное дитя» взрослого человека сформировано в соответствии с родительскими требованиями, часто это состояние заставляет их делать вещи, которые они не хотят. Иногда эго-состояние «Адаптированного дитя» заставляет чувствовать себя неблагополучным, неуверенным или агрессивным по отношению к кому-либо (недаром некоторые авторы называют его также «Свинским родителем»). Маленький профессор проявляет себя как пытливый, живой, однако менее эмоциональный и импульсивный, чем «Натуральное дитя».

5. Социодрама Детский сад» (по Е. Сидоренко).

Эта социодрама проводится с целью экспериментирования с детскими эго-состояниями, поэтому для ее успешного проведения важно создать обстановку детской безопасности и игры. Этого можно достичь разными способами: соответствующей обстановкой, интересной игрой, необычными предметами, активной детской позицией самого ведущего. Главное, чтобы участники почувствовали себя в роли детей детского сада. При обсуждении каждому участнику предлагается рассказать о тех чувствах, которые он испытал.

Данное занятие является дополнительным.

Занятие 11. Трудный случай (по схеме балинтовской группы)

Цель: повышение компетентности в решении трудных ситуаций общения с ребенком, осознание личностных проблем, блокирующих понимание характера взаимодействия с другими людьми.

Содержание занятия

Это занятие в группе строится по специально разработанной схеме и требует от ведущего определенных навыков ведения такой групповой работы. Предметом анализа в группе являются «трудные» ситуации общения с ребенком, которые были в прошлом, или те, которые оставили чувство дискомфорта и до сих пор беспокоят родителя. Это не могут быть какие-то качества или свойства ребенка, взятые в отдельности, но должна быть конкретная ситуация, где эти качества проявились бы. Например, мать беспокоит вранье ребенка, но для рассмотрения на балинтовской группе необходимо описание какой-то совершенно конкретной ситуации, где ребенок соврал.

Занятие начинается с вопроса ведущего: «Кто хотел бы представить на рассмотрение свой случай?», «Кто хотел бы рассказать о каком-то случае своего общения с ребенком, который тревожит его?». Рассказ строится в абсолютно свободной форме, рассказчика не ограничивают во времени, а ведущий следит за тем, чтобы его не перебивали. На этом этапе ведущий и члены группы внимательно наблюдают за поведением и эмоциональными реакциями участника, делают записи для дальнейшего обсуждения. В заключение рассказа ведущий помогает рассказчику сформулировать вопросы по предлагаемому сценарию таким образом, чтобы они были центрированы на взаимоотношениях родителя и ребенка. Балинтовская группа центрирована именно на взаимоотношениях родителя и ребенка, а не на личностных особенностях ребенка или родителя.

На следующем этапе все участники по кругу задают уточняющие вопросы рассказчику, ни в коем случае не заменяя их советами и групповой дискуссией. На этом этапе самое главное – узнать как можно больше о ситуации и прояснить ее. В это время и для самого рассказчика проявляются такие нюансы и новые стороны взаимоотношений, на которые он раньше не обращал внимания или вообще не осознавал их. В процессе анализа возможно использование психодраматических методов. После того как все участники получили возможность задать вопросы, ведущий уточняет вопросы, которые были поставлены рассказчиком, при

этом в результате «расспрашивания» вопросы могут быть изменены самим участником.

Теперь всем участникам обсуждения по кругу предлагается дать свои ответы на все поставленные вопросы. В отличие от «права» задавать вопросы рассказчику на предыдущем этапе, ответы на его вопросы являются «обязанностью» всех членов группы. Поощряются свободные ассоциации «аналогичного случая».

Занятие 12. Заключительное

Цели: обсуждение семейных заповедей, получение обратной связи от участников тренинга, завершение работы в группе.

Содержание занятия

1. Психогимнастическое упражнение. Участники по очереди дарят подарок своему соседу слева, но делают это невербально. После завершения круга каждый говорит, какой подарок он получил.

2. Семейные заповеди. Участникам группы предлагается написать список семейных заповедей. Взаимообмен написанным в кругу.

Написание семейных заповедей помогает лучше осознать механизмы внутрисемейного взаимодействия. Семейные заповеди можно рассматривать как своего рода ценности, существующие в семье, от которых трудно отказаться и которые выступают как регуляторы поведения членов семьи. Для участников группы семейные заповеди – это обычаи, правила, запреты, привычки, установки, взгляды, которых придерживаются все члены семьи.

3. Семейный портрет. Каждый участник на отдельном листе рисует свой семейный автопортрет: себя и свою семью – в любой художественной манере (реалистической, символической, абстракционистской и т.д.). Листы не подписываются и не показываются другим участникам. После того как все нарисовали и сдали свои рисунки ведущему, он организывает из всех участников «экспертную комиссию», которая определяет авторов рисунка. Каждый «эксперт» получает рисунок неизвестного художника, и его задача состоит в том, чтобы догадаться, чьему перу принадлежит «полотно», и обосновать свои предположения.

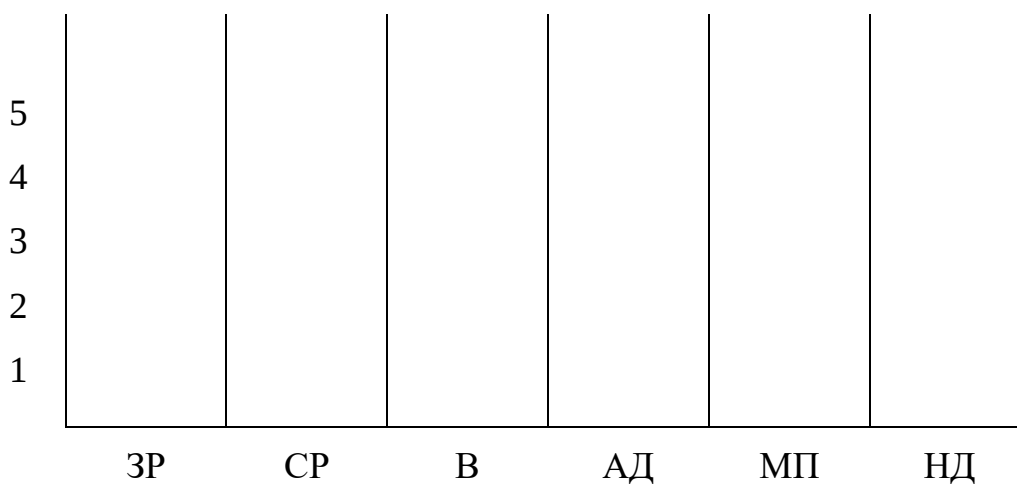
4. Вопросы к участникам тренинга:

- Какая тема (занятие или просто информация) показалась вам наиболее интересной?
- Какое открытие для себя вы сделали в ходе занятий в группе?
- Какие изменения, которые произошли в семье, вы отметили бы?

- Что вы хотели бы добавить в программу, какую тему углубить?

Занятие заканчивается обменом впечатлениями и мнениями, возникшими в ходе проведения всего тренинга.

Инструкция: оцените степень выраженности каждого качества личности у себя по пятибалльной системе в виде графика по предложенной схеме.



РОДИТЕЛЬ

ЗР – Заботливый родитель

СР – Свинский родитель

ВЗРОСЛЫЙ

В – Взрослый

ДИТЯ

АД – Адаптированное дитя

МП – Маленький профессор

НД – Натуральное дитя

Упражнение «Слушать чувства» (по Т. Гордону)

Инструкция: дети сообщают взрослым больше, чем просто слова или идеи. За словами лежат чувства. Ниже приводятся некоторые типичные детские «сообщения». Прочтите каждое внимательно, стараясь услышать выраженные в них чувства. Напишите в колонке справа чувство или чувства, которые вы услышали. Это может быть одно или несколько чувств – напишите все основные чувства, которые вы услышали в данном сообщении. Сравните полученные результаты с ключом.

Ребенок говорит	Ребенок чувствует
1. О, осталось только 10 дней до конца школы. 2. Смотри, папа, я сделал самолет из нового конструктора! 3. Ты будешь держать меня за руку, когда мы пойдем в детский сад? 4. Мне не весело. Я не знаю, что мне делать. 5. Я никогда не беде лучше, чем Джим. Я делаю, делаю, а он все равно лучше меня. 6. Новая учительница задает слишком много на дом. Я никогда не смогу все сделать. Что мне делать? 7. Все дети пошли к морю. Мне не с кем играть. 8. Джиму родители разрешили поехать на велосипеде в школу, а я езжу лучше него. 9. Мне нельзя было быть таким жадным. Я плохо поступил. 10. Я хочу носить длинные волосы – это ведь мои волосы? 11. Как ты думаешь, я правильно готовлю доклад? Будет ли этого достаточно? 12. Почему эта старая карга оставила меня после школы? Ведь я не один болтал. Так и дал бы ей в нос. 13. Я сам могу сделать это. Мне не надо помогать. Я достаточно взрослый, чтобы сделать это сам. 14. Математика очень трудная. Я слишком глупый, чтобы в ней разобраться. 15. Уходите, оставьте меня одного. Я не хочу ни с кем	

разговаривать. Вам наплевать на то, что со мной может случиться. 16.Одно время хорошо получалось, а сейчас хуже, чем раньше. Я стараюсь, но не получается. Стоит ли стараться? 17.Я хотел бы пойти, но боюсь ей позволить. А если она засмеет меня, что я ее пригласил? 18.Я больше никогда не буду играть с Н. Она такая... (ругается). 19.Я рад, что мои родители – ты и папа, а не другие. 20.Мне кажется, я знаю, что делать, но может быть, это неправильно. Я всегда делаю что-то неправильно. Что мне делать, папа, – работать или учиться в колледже?	
---	--

Оценка результатов:

- 4 балла – за ответ, совпадающий с ключом;
- 2 балла – за ответ, частично совпадающий с ключом;
- 0 баллов – неправильный ответ.

Подсчитывается общий балл:

- 61 – 80 – высокий уровень узнавания чувств;
- 41 – 60 – выше среднего;
- 21 – 40 – ниже среднего;
- 0 – 20 – плохое узнавание.

Ключ к упражнению «слушать чувства»

1. а) радость; б) облегчение.
2. а) гордость; б) удовлетворение (приятно).
3. а) страх, боязнь; б) тревога.
4. а) скука; б) поставлен в тупик.
5. а) неуверенность (неадекватность); б) обескураженность.
6. а) чувство затруднения; б) чувствует свое поражение.
7. а) одиночество; б) покинутость.
8. а) чувство родительской несправедливости;
б) компетентность, уверенность в своих силах.
9. а) вина; б) сожаление о своих действиях.
10. а) сопротивление вмешательству родителей.
11. а) сомнение; б) неуверенность.
12. а) злость, ненависть; б) чувство несправедливости.
13. а) чувство компетентности; б) уверенность в своих способностях.
14. а) фрустрация; б) чувство неадекватности.
15. а) боль; б) злость, чувствует, что его не любят.
16. а) разочарование; б) желание все бросить.

17. а) желание пойти; б) боязнь.
 18. а) злость, гнев; б) обида.
 19. а) одобрение; б) благодарность, радость.
 20. а) неуверенность; б) сомнения.

Анкета
участника тренинга взаимодействия родителей с детьми

Фамилия, имя _____

В своем общении с ребенком я использую								
Язык принятия	3	2	1	0	1	2	3	Язык непринятия
Оценку поступка ребенка	3	2	1	0	1	2	3	Оценку его личности
Поощрения	3	2	1	0	1	2	3	Наказания
Говорю о своих чувствах	3	2	1	0	1	2	3	Говорю о своих мыслях
Говорю о его чувствах	3	2	1	0	1	2	3	Говорю о его мыслях
Авторитарные методы	3	2	1	0	1	2	3	Демократические методы

Оцените в баллах степень использования следующих методов воздействия на ребенка:

- всегда – 1 балл;
 часто – 2 балла;
 редко – 3 балла;
 в исключительных случаях – 4 балла;
 никогда – 5 баллов.

1. Приказ, команда.
2. Предупреждение, угроза.
3. Увещевание, пристыжение.
4. Советы, готовые решения.
5. Нотации, поучения.
6. Критика, несогласие.
7. Похвала, согласие.
8. Насмешка, обзывание.
9. Анализ поведения, интерпретация.

10. Утешение, поддержка.
11. Допытывание, вопросы.
12. Обращение в шутку.

Каталог негативных эффектов типичных родительских реакций (по Т. Гордону)

1. Приказ, директива, команда.

Эти сообщения говорят ребенку, что его чувства не важны; он должен действовать в соответствии с тем, что его родитель чувствует или хочет сделать («Мне не важно, что ты собираешься делать: немедленно иди домой»). Они сообщают о неприятии ребенка таким, какой он есть в этот момент («Перестань крутиться возле меня»), и вызывают страх перед родительской властью. Они могут создавать чувство обиды, злости, сопротивления и сообщать ребенку, что родитель не доверяет суждениям или способностям ребенка («Не трогай это блюдо, отойди от малыша»).

2. Предостережение, предупреждение, угроза.

Эти реакции родителей создают у детей чувство боязни и покорности («Если ты это не сделаешь, то пожалеешь»). Они также могут вызвать сопротивление и враждебность, как и приказания, директивы, команды. Эти сообщения говорят о том, что родитель не уважает желания и чувства ребенка («Если не прекратишь игру, я все это выброшу»). Эти сообщения также вызывают у ребенка желание «испытать» родительскую угрозу, для того чтобы увидеть, произойдут ли обещанные последствия.

3. Увещевание, морализирование, пристыжение.

Эти сообщения возлагают на ребенка груз внешнего авторитета, долга обязанности. Дети могут отвечать на все эти «должен», «нужно», «следует» сопротивлением и еще более сильным отстаиванием своей позиции («Ты должен всегда уважать своих учителей»). Они могут заставить ребенка чувствовать недоверие со стороны родителей или вызвать у ребенка чувство вины – «я плохой» («Тебе не следует думать так»).

4. Советы, готовые решения.

Такие сообщения часто ощущаются детьми как свидетельство того, что родители не доверяют способности ребенка самому принять решение. Они могут повлиять на формирование у ребенка чувства зависимости и прекращение развития самостоятельности («Что мне нужно сделать, папа?»). Советы часто передают чувство превосходства родителей над ребенком («Мы с мамой лучше знаем, как надо»). У ребенка также может выработаться чувство, что родителям его совершенно не понимают. Советы могут привести к тому, что ребенок перестанет развивать свои собственные идеи.

5. Нотации, поучения.

Дети обычно ненавидят нотации («Разошелся, а я сиди и слушай»). Поучения делают из ребенка ученика, создают чувство подчиненности, неполноценности. Дети часто отмечают родительские аргументы («Твои идеи устарели») и, как и взрослые, не любят, когда им доказывают, что они не правы. Иногда дети предпочитают игнорировать факты («Ну и что»; «Наплевать»; «Со мной этого не случится»).

6. Критика, несогласие.

Эти сообщения, пожалуй, более других вызывают у детей чувство неадекватности, тупости, никчемности, «я плох». Оценки и суждения родителей очень влияют на «образ Я» у ребенка. Как родитель судит о ребенке, так и ребенок будет судить о самом себе. Критика также часто вызывает контркритику («На себя бы посмотрел»; «Сами так делаете»). Оценивание заставляет детей скрывать свои чувства от родителей («Если я им скажу, меня будут ругать»). Частая оценка и критицизм приводят к тому, что многие дети чувствуют, что они плохи и что родители не любят их. Часто они сердятся на все это, и может возникнуть ненависть к родителям.

7. Похвала, согласие.

Вопреки распространенному мнению, что похвала всегда хорошо влияет на ребенка, она часто дает негативные эффекты. Позитивная оценка, которая не соответствует образу «Я» ребенка, может вызвать враждебность («Я ненавижу свои волосы»; «Я плохо играю, неуклюже»). Отсутствие похвалы в семье, где обычно часто хвалят, может быть принято ребенком как критика («Ты ничего не сказала о моей прическе, значит, она тебе не нравится»).

Похвала часто воспринимается ребенком как манипуляция – как способ мягко заставить ребенка делать то, что хочется родителям («Ты говоришь это только для того, чтобы я хорошо учился»). Дети чувствуют неудобство, смущаются, когда их хвалят публично, перед друзьями. Иногда дети обнаруживают, что родители их не понимают, когда хвалят («Ты не сказала бы этого, если бы знала, как я действительно себя чувствовал»). Дети, которых часто хвалят, могут привыкнуть к похвале, стать зависимыми от нее и даже требовать ее («Правда, я хорошо это сделал?»; «как я выгляжу?»).

8. Обзывание, насмешка.

Могут иметь разрушающее влияние на образ «Я». Наиболее частый ответ на эти сообщения – послать их обратно («Ты сам лентяй»). Если такое сообщение исходит от родителя с целью повлиять на ребенка, то это уменьшает вероятность того, что ребенок изменится с помощью реалистического взгляда на себя. Вместо этого он обесценит родительское сообщение («Мне не идет моя косметика. Это же смешно и неправда»).

9. Интерпретация, анализ, диагноз.

Эти сообщения создают у ребенка ощущение, что его «вычислили», что родители знают мотивы его поведения. Этот родительский психоанализ может фрустрировать ребенка, действовать на него угрожающее. Если этот анализ или интерпретация верны, то ребенок очень смущается, так как он – «на виду», если неверны – раздражение за то, что его обвинили несправедливо. Слишком частый анализ сообщает ребенку, что родители умнее, мудрее, ребенок чувствует отношение превосходства со стороны родителей. Сообщения типа «Я знаю почему» и «Я тебя вижу насквозь» часто прерывают общение и учат ребенка не обращаться к родителям со своими проблемами.

10. Утешение, поддержка.

Эти сообщения не так помогают, как кажется. Утешение может дать ребенку почувствовать, что его не понимают («Ты бы так не говорила, если бы знала, как я напуган»). Родителя утешают, так как они расстроены оттого, что ребенку плохо. Такие сообщения говорят ребенку, что вы хотите, чтобы он перестал чувствовать то, что он чувствует (огорчение, обиду и т.п.). Дети могут

рассматривать попытки утешения как попытки изменить их и часто перестают доверять родителям («Ты говоришь это просто потому, что хочешь ободрить меня»). Эти реакции часто могут остановить дальнейшую коммуникацию, так как ребенок чувствует, что родитель не принимает его переживаний такими, какие они есть, и хочет, чтобы они поскорее прекратились.

11. Вопросы, допытывание.

Вопросы могут означать для ребенка, что вы ему не доверяете, подозреваете в чем-то, сомневаетесь («Ты вымыл руки, как я сказала?»). Дети чувствуют за вопросами угрозу, особенно если не понимают, зачем их спрашивают («К чему ты клонишь?»). Если вы задаете вопросы ребенку, который хочет разделить с вами свою проблему, он может заподозрить, что вы хотите собрать информацию, чтобы решить за него эту проблему, а не предоставить ему возможность самому найти нужное решение. В этой ситуации вопросы ограничивают свободу человека говорить о том, о чем он хочет, в том смысле, что вопрос диктует последующее сообщение. Ограничение свободы высказывания затрудняет коммуникацию.

12. Отвлечение, обращение в шутку.

Ребенок считает, что он не интересует родителя, который не уважает его чувства и отвергает его. Дети очень серьезны, когда хотят поговорить о чем-то. Поддразнивание, шутка могут заставить их почувствовать себя отверженными, обиженными. Отвлечение детей от тяжелых чувств может дать временный эффект, но чувства не проходят. Отложенные проблемы редко оказываются решенными. Дети, как и взрослые, хотят быть выслушаны с уважением.