

# КОМПЛЕКС МЕР

по преодолению социального сиротства  
в городе Москве на 2009-2011 годы

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

Профилактика  
лишения родительских прав:  
проведение тренингов  
родительской ответственности,  
Клубов одиноких отцов  
и разведенных родителей



Информационно-методические материалы по итогам реализации мероприятий комплекса мер по преодолению социального сиротства в городе Москве на 2009–2011 гг. Часть 1. Профилактика лишения родительских прав: проведение тренингов родительской ответственности, Клубов одиноких отцов и разведенных родителей. / Науч. ред. Н.Ю. Грачева; Отв. ред. Н.Н. Терехова, О.Д. Серебренникова, Т.А. Пекина. – М.: **Издательство**, 2011. – с.

**Научный редактор:**

Президент Автономной некоммерческой организации «Центр тьюторства и социально-образовательных технологий», кандидат педагогических наук **Наталья Юрьевна Грачева**.

**Ответственные редакторы:**

Методист Методической службы по ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве, кандидат биологических наук **Надежда Николаевна Терехова**,

Психолог Методической службы по ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве, кандидат психологических наук **Ольга Деомидовна Серебренникова**,

Социальный педагог Методической службы по ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве **Татьяна Августовна Пекина**.

Информационно-методические материалы подготовлены к изданию по итогам проведения межведомственной стажировки «Формирование инновационной системы ранней профилактики социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве», а также реализации мероприятий Комплекса мер по преодолению социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве в 2009–2011 гг., финансируемых Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации. В данный выпуск вошли методические разработки по проведению на базе Центров социальной помощи семье и детям тренингов для родителей группы риска по профилактике лишения родительских прав и восстановлению благоприятной для воспитания ребенка семейной среды, а также выездных заседаний Клубов разведенных отцов и Клубов одиноких отцов.

Представленные информационно-методические материалы будут полезны специалистам социальной сферы, работающим с детьми и семьями группы риска в рамках ранней профилактики социального сиротства и семейного неблагополучия.

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение	2
<b>Проведение тренингов для родителей группы риска по профилактике лишения родительских прав и восстановлению благоприятной для воспитания ребенка семейной среды</b>	<b>3</b>
<i>Ланцбург М.Р. Материалы для проведения тренинга для родителей группы риска «Психологическая поддержка матерей группы риска как профилактика социального сиротства: основные понятия, принципы и инструментарий»</i>	4
<i>Гальцова П.С. Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска «Взаимодействие родителей с ребенком. Конфликты: причины и способы решения»</i>	9
<i>Битянова М.Р., Белова Т.В. Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска «Как стать справедливым родителем?»</i>	13
<i>Макеева А.Г. Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска «Готовим вместе! Совместная домашняя работа, как залог успешных взаимоотношений в семье!»</i>	19
<i>Парцалис Е.М. Материалы для проведения тренинга для родителей группы риска «Родителям о здоровье ребенка: формируем здоровый образ жизни»</i>	23
<b>Проведение выездных заседаний Клубов разведенных отцов и Клубов одиноких отцов</b>	<b>29</b>
<i>Гальцова П.С. Методические рекомендации по проведению выездного заседания «Взаимодействие ребенка и родителей. Ресурсы родителей в общении с ребенком»</i>	30
<i>Филиппова Т.А. Материалы для проведения выездного заседания «Школьные трудности. Причины конфликтов в школе и дома»</i>	34
<i>Пика Т.И. Материалы для проведения выездного заседания «Границы для детей. Почему они необходимы?»</i>	39
<i>Ульянова А.В. Программа проведения выездного заседания «Коммуникативная компетентность. Этапы формирования»</i>	42
<b>Список литературы</b>	<b>44</b>

## ВВЕДЕНИЕ

Социальное сиротство на сегодняшний день – явление масштабное и носящее системный характер. Институт семьи за последние 15-20 лет подвергся мощным воздействиям и влияниям, которые не позволяют многим семьям полноценно выполнять свои родительские функции.

Социальное сиротство определяется не только и не столько социальным статусом ребенка (лишен родительского попечения, находится в государственном учреждении и т.д.). Социальный сирота – это ребенок, имеющий биологических родителей, которые по каким-либо причинам не занимаются воспитанием и не заботятся о нем. Огромное количество детей лишены внимания и заботы со стороны родителей, испытывают все тяготы семейного насилия, находятся в состоянии депривации при формально существующей семье.

Целью Комплекса мер по преодолению социального сиротства в городе Москве на 2009-2011 гг. является создание единой межведомственной системы профилактики социального сиротства, обеспечивающей сокращение числа лишений родителей родительских прав, уменьшение распространённости социального сиротства, организацию системы межведомственного (социального, психологического и медицинского) сопровождения семей, находящихся в трудной жизненной ситуации.

Особую актуальность при этом приобретает ранняя профилактика социального сиротства. Выявление семейного неблагополучия на ранней стадии и помощь семье на этапе, когда возможно полное или частичное восстановление рушащихся семейных связей, и является самым эффективным путем предупреждения социального сиротства.

Именно на раннюю профилактику социального сиротства и семейного неблагополучия направлены мероприятия раздела 4 «Организация инновационной системы сопровождения и реабилитации неблагополучных семей» Комплекса мер по преодолению социального сиротства в городе Москве на 2009-2011 гг., реализуемые на средства, выделяемые в форме гранта грантополучателю – Автономной некоммерческой организации «Центр тьюторства и социально-образовательных технологий». Департамент семейной и молодежной политики города Москвы является координатором реализации совместной программы.

Предлагаем Вашему вниманию информационно-методические материалы, представленные на Межведомственной стажировке «Формирование инновационной системы ранней профилактики социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве».

Выражаем благодарность Фонду поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации, за предоставление дополнительных возможностей по реализации мероприятий, способствующих ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в городе Москве.

*Президент Автономной некоммерческой организации  
«Центр тьюторства и социально-образовательных технологий»,  
к.п.н. Наталья Юрьевна Грачева.*

## **ПРОВЕДЕНИЕ ТРЕНИНГОВ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ГРУППЫ РИСКА по профилактике лишения родительских прав и восстановлению благоприятной для воспитания ребенка семейной среды**

## «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДДЕРЖКА МАТЕРЕЙ ГРУППЫ РИСКА КАК ПРОФИЛАКТИКА СОЦИАЛЬНОГО СИРОТСТВА: ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ, ПРИНЦИПЫ И ИНСТРУМЕНТАРИЙ»

*М.Е. Ланибург,*

*Центр перинатальной психологии,  
факультет «Психология образования» МГППУ*

**Родительская сфера личности**, обеспечивающая реализацию родительской деятельности, проходит долгий путь становления от рождения ребенка до беременности, и продолжает свое формирование в беременности и после рождения ребенка.

Родительская сфера личности обеспечивает, с одной стороны, **удовлетворение потребностей женщины** в материнстве и, с другой стороны, **направлена на обеспечение потребностей ребенка**.

Ребенок нуждается в удовлетворении потребностей трех уровней:

**биологических** – в обеспечении условий (среды, питания) для естественного созревания, **социальных** – в социальном становлении личности, освоении социальных ролей, **индивидуальных** – становлении своего «Я», индивидуализации.

На начальном этапе развития ребенок не в состоянии самостоятельно реализовать свои потребности, он нуждается в непосредственном постоянном участии взрослого. Взрослый создает условия для реализации потребностей ребенка. Важно оценить готовность взрослого к родительской деятельности.

Системный подход к оценке ресурсов предполагает диагностику следующих психологических ресурсов матери:

1. Личностный ресурс: личностная зрелость, мотивации рождения, место родительства в иерархии ценностей и потребностей, личностный смысл материнства, место материнства в Я-концепции, конструкт «Я-и-мир».
2. Эмоциональный ресурс: глубина эмоциональных проявлений, лабильность, эмоциональная компетентность, приемлемость всего диапазона эмоциональных реакций, выразительность экспрессивно-мимических средств и адекватность их применения, уровень контроля над эмоциями, уровень тревожности.
3. Когнитивный ресурс: общие интеллектуальные способности, знания об уходе за ребенком, о развитии, воспитании и обучении ребенка, готовность учиться.
4. Операциональный: сформированность навыков по уходу и воспитанию ребенка.
5. Психофизиологический: актуальное функциональное состояние организма, способность к саморегуляции, стрессоустойчивость.

Из оценки ресурсов вытекает прогноз материнско-детских отношений оценка риска по девиантному родительству и, соответственно, выбор мишеней, задач и методов кор-

рекции. При нехватке собственных ресурсов матери от специалиста требуется оценка внешних ресурсов, способных оказать поддержку матери с ребенком. Принцип привлечения ресурсов: от более близко стоящих к матери к более отдаленным.

**Цель психологического сопровождения родителей** – содействие выработке индивидуального стиля воспитания ребенка с учетом: а) индивидуальных и возрастных особенностей ребенка, б) ресурсов матери, в) ресурсов семьи и ближайшего социального окружения, г) ресурсов общества.

Матери, не способные в силу тех или иных жизненных обстоятельств, заботиться о ребенке, составляют группу риска по девиантному материнству.

Среди матерей группы риска особую когорту составляют юные матери.

### **Факторы дефицита ресурсов у юной матери**

- решение конкурирующих задач в соответствии с ведущей для данного возраста деятельностью – протраивание отношений со сверстниками, профессиональное становление, образовательная деятельность.
- неустоявшиеся отношения с отцом ребенка,
- эмоциональная и личностная незрелость,
- незавершенная сепарация от родителей,
- несамостоятельность в жилищных и финансовых вопросах

**Цель работы с матерями группы риска** – оказание поддержки женщинам в трудной жизненной ситуации, профилактика отказов от детей и других форм жестокого отношения к ним.

### **Принципы работы с матерями группы риска:**

- соответствие содержания поддержки потребностям матерей, которые представляют собой крайне разнородную группу,
- избегание стигматизации матерей группы риска,
- поддержка переживания собственной компетентности матерей,
- гибкость в применении методов воздействия, избегание прямого давления.

### **Задачи сопровождения матерей:**

#### **Личностный ресурс**

- Содействие формированию субъектно-ориентированного отношения к ребенку с начала его жизни.
- Содействие укреплению уверенности родителя в себе, принятию им родительской позиции (ответственности за ребенка, в том числе за выбор стратегии, средств и методов воспитания ребенка).
- Помощь в преодолении конфликта в родительской сфере личности.

#### **Эмоциональный ресурс**

- Помощь в раскрытии чувств, принятии чувств в их амбивалентности.

- Содействие пробуждению интереса к ребенку, отзывчивости к его состояниям и потребностям.
- Оказание эмоциональной поддержки матери, содействие налаживанию контакта с ребенком и развитию родительской интуиции.
- Содействие формированию психологических средств взаимодействия с ребенком (обучение языку эмоционального сопровождения).

#### **Когнитивный ресурс**

- Формирование адекватных представлений о родительстве, готовности принимать трудности и действовать в условиях неопределенности.
- Содействие формированию гибкости поведения, умения принимать решения «здесь и сейчас», отказ от жестких установок, идущих от собственных родителей или продиктованных «авторитетными лицами».
- Обучение прогнозированию последствий того или иного стиля взаимодействия с ребенком, содействие выработке оптимальной стратегии поведения с учетом возраста и индивидуальности ребенка.
- Обучение принципам проведения развивающих занятий и играм с детьми раннего возраста.
- Ознакомление с базовыми психологическими потребностями ребенка (в общении и новых впечатлениях), критериями психологического здоровья ребенка (спонтанность, любознательность, жизнерадостность) и факторами их формирования.
- Принципы выбора дошкольного учреждения. Подготовка ребенка к поступлению в ДОО и помощь родителей в адаптации к условиям ДОО.
- Содействие грамотному построению отношений со службами и специалистами, которые могут быть полезны семье.

#### **Операциональный ресурс**

- освоение практик обращения с младенцем
- обучение взаимодействию и занятиям с ребенком

#### **Психофизиологический ресурс**

*В целях профилактики переутомления и эмоционального выгорания матери:*

- ознакомление с рациональной организацией труда
- и рабочего пространства при уходе за младенцем,
- формирование практических навыков применения
- различных методов саморегуляции,
- ориентация семьи на оказание поддержки матери

#### **Методы работы с матерями**

- интерактивные методы: кейс-метод, тренинги и игры
- поведенческие методы (отработка навыков с куклами-младенцами),
- диалог,
- психомышечная и аутогенная тренировка и другие техники релаксации и саморегуляции,
- телесноориентированные техники,

- просмотр и обсуждение видеоматериалов,
  - арттерапия,
  - пластические разминки: спонтанное движение, танцевальные этюды
  - библиотерапия
  - совместные чаепития,
  - мини-сочинения.
  - активизация ближайшего социального окружения,
  - эмоциональная поддержка,
  - содействие организации сетевой поддержки.
- Оценка качества поддержки проводится по следующим параметрам.

#### **Классификация видов поддержки**

##### **1. По источнику**

1. Семейная
2. Социальное окружение
3. Сетевая (люди с аналогичными проблемами)
4. Общественные институты
5. Государственные институты

##### **2. По характеру помощи**

1. Эмоциональная (отклик на уровне чувств: разделение чувств и поддержка)
2. Оценочная (подкрепление)
3. Инструментальная (операциональная)
4. Информационная
5. Материальная
6. Финансовая

##### **3. По степени удовлетворения потребностей**

1. Адекватная
2. Избыточная
3. Недостаточная
4. Амбивалентная

Адекватная поддержка – это поддержка, отвечающая по содержанию потребности матери и предоставляемая в той форме, которая может быть позитивно воспринята матерью.

Избыточная поддержка – поддержка, при которой лицо, помогающее женщине, подменяет ее собой, фактически мешая ей выполнять родительские функции.

Недостаточная поддержка – поддержка, не восполняющая в полной мере дефицит материнских ресурсов.

Амбивалентная поддержка – поддержка, при которой, с одной стороны, поддерживающее лицо восполняет дефицит материнских ресурсов, а, с другой, делает это в такой форме, которая вызывает у матери негативные эмоции.

Таким образом, любой поддержке можно дать характеристику, воспользовавшись представленной ниже таблицей.

### Характеристика поддержки

Характер помощи в соответствии с потребностью в поддержке –		Наличие потребности в данном виде поддержки	Степень удовлетворения потребности в поддержке			
			Недостаточная поддержка	Адекватная поддержка	Избыточная поддержка	Амбивалентная поддержка
Виды поддержки		1	2	3	4	5
Психологическая	Эмоциональная					
	Оценочная					
Операциональная (инструментальная)						
Информационная						
Материальная						
Финансовая						

Таблица заполняется социальным работником в ходе беседы с женщиной и на основе имеющихся объективных данных.

В графе 1 напротив каждого вида поддержки проставляются цифры: 0-отсутствует потребность в данном виде поддержки, 1 – выражена потребность, 2 – сильно выражена потребность. В графы 2,3,4,5 вписываются источники поддержки, например: муж, родители жены, сестра, соседка и другие, если таковые присутствуют.

Использование представленной таблицы позволяет социальному работнику выявить дефицит поддержки у конкретной женщины и определиться с тем, в чем и какая помощь ей действительно нужна. Там, где будет выявлена амбивалентная или избыточная поддержка, нужно помочь женщине оптимизировать ее взаимодействие с источником поддержки.

### Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска

## «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РОДИТЕЛЕЙ С РЕБЕНКОМ. КОНФЛИКТЫ: ПРИЧИНЫ И СПОСОБЫ РЕШЕНИЯ»

*П.С. Гальцова*

*Дом ребенка № 7,*

*Методическая служба по ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

**Цель:** Повышение родительской компетентности и психологической грамотности у родителей группы риска.

#### Задачи:

1. Создание условий для осознания родителями проблемных зон в отношениях с детьми.
2. Информирование о конструктивных способах общения и решения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.
3. Активизация внутренних ресурсов и ассимиляция участниками семинара, полученной информации.

**Условия, необходимые для создания психологической безопасности участников семинара и способствующие повышению эффективности профилактической работы:**

1. Уважение к личности и жизненному опыту участников семинара
2. Создание условий для актуализации позитивного опыта решения проблем в прошлом
3. Опора на ресурсы участников семинара

#### Ход тренинга:

- Приветствие. Создание доверительной эмоциональной обстановки.
- Вводное слово. Объявление темы и задач. Мотивация на активное участие в семинаре.
- Знакомство с группой Сбор информации о составе семей, формулирование запроса на семинар (определение личного интереса каждого участника участия в данном семинаре).
- Мини-лекция.

#### Что такое конфликт?

В переводе с латинского слово «конфликт» означает «столкновение». Значение слова дает ключ к объяснению его сущности. Конфликт — это противоборство двух или нескольких людей, групп, их взаимно противоположных, несовместимых, потребностей, целей, установок, ценностей, существенно значимых для личностей или групп.

Конфликт – это не хорошо и не плохо само по себе, это реальность, с которой мы сталкиваемся постоянно. У разных людей не могут постоянно совпадать взгляды. Многие родители мечтают о том, чтобы у них не было конфликтов с детьми, но гораздо важнее научиться видеть конфликтную ситуацию как возможность творческого поиска решения и обучения ребенка конструктивным способам общения, не только в семье, но и в других ситуациях в будущем.

*Два типа завершения конфликтной ситуации «выигравший – проигравший» и «выигравший – выигравший».*

Когда между родителями и детьми возникает конфликт, большинство родителей стараются разрешить его в свою пользу, таким образом, что родитель выигрывает, а ребенок проигрывает. Другие, их несколько меньше, чем “победителей”, постоянно уступают своим детям из страха перед конфликтом или игнорированием потребностей своего ребенка. В этих семьях ребенок обычно выигрывает, а родители проигрывают. Главная дилемма современных родителей в том, что они видят только подходы типа “выигрыш-проигрыш”.

#### **Метод I (Выигрыш родителя, проигрыш ребенка)**

Вот так работает метод I в конфликте между родителем – ребенком: Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. Родитель определяет, каким должно быть окончательное решение. Выбрав решение, родитель объявляет его и надеется на то, что ребенок его примет. Если ребенку не нравится решение, родитель может сначала использовать убеждение, чтобы повлиять на ребенка для того, чтобы тот принял решение. Если это не удастся, родитель обычно старается добиться уступки, используя власть (либо угрозу наказания) и авторитет.

#### **Метод II (Выигрыш ребенка, проигрыш родителя)**

Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. У родителя может быть (или не быть) заранее приготовленное решение. Если оно есть, родитель может попытаться убедить ребенка принять его. Становится очевидным, что у ребенка есть свое решение, и он пытается победить родителя, приняв его. Если родитель сопротивляется, ребенок может тогда использовать свою власть (например, угрозу испортить отношения и т.п.), чтобы добиться согласия от родителей. В конце родитель уступает.

Методы I, II имеют сходные черты, несмотря на то, что исходы конфликта различны. В обоих случаях каждый человек хочет идти своим путем, пытаясь убедить другого принять этот путь. “Я хочу настоять на своем и буду бороться за это”. В методе I родитель невнимателен к потребностям ребенка и относится к ним неуважительно. В методе II – соответственно, ребенок. В обоих случаях один человек уходит, чувствуя себя пораженным и испытывая раздражение по отношению к другому человеку. Оба метода включают в себя борьбу за власть.

Немногие родители используют исключительно либо метод I или метод II. Во многих домах один родитель пользуется методом I, а другой – методом II. Очевидно, что дети, воспитываемые в такой ситуации, имеют шанс встретиться с серьезными эмоциональными проблемами. Вероятно, что непоследовательность более вредна, чем каждый из крайних подходов в отдельности. Некоторые начинают с метода II, но по мере того, как ребенок становится старше, переходят к I. Другие – наоборот. Большинство родителей привязаны к I или II или комбинации между ними, т.к. не знают другой альтернативы этим неэффективным методам типа выигрыш-проигрыш.

Альтернатива силовым методам – это метод, где никто не проигрывает. В этом методе обе стороны выигрывают, потому что это разрешение конфликта через взаимное согласие по поводу конечного решения.

Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. Родитель просит ребенка участвовать с ним вместе в поиске решения, приемлемого для обоих. Один или оба могут предлагать возможные решения. Они критически оценивают их и, в конце концов, принимают решение, приемлемое для обоих. Не требуется никакого внушения другому, после выбора решения, т.к. оба приняли его. Не требуется силы для обеспечения согласия, т.к. никто не сопротивляется решению.

Используя метод III, различные семьи обычно приходят к различным решениям по одинаковым проблемам, а значит, это такой метод, с помощью которого каждый отдельный родитель и его ребенок может разрешить каждый отдельный конфликт через нахождение собственного отдельного решения, приемлемого для обеих сторон.

#### **Другие способы конструктивного общения:**

Активное слушание – способ ведения беседы, когда слушающий активно демонстрирует, что он слышит и понимает, в первую очередь, чувства говорящего.

Активно слушая детей, постоянно приходится переводить “нечто нечленораздельное и негативное” во что-то осмысленное и как-то позитивное – переводить и для себя (внутренний переводчик) и во вне, для ребенка, по сути, уча его цивилизованному выражению чувств

Ответы по способу активного слушания, напротив, показывают ребенку, что родитель понял его внутренние переживания, готов их принять и услышать о них больше. Иначе говоря, активно слушать ребенка – значит возвращать ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство, как бы давая “имя” его переживанию. Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать, – это дать ему понять, что вы знаете о переживании (или состоянии) ребенка, “слышите” его. Для этого лучше всего спокойно “озвучить” то, что, по вашему мнению, чувствует сейчас ребенок.

#### **Правила, которые необходимо соблюдать для применения активного слушания**

1. Занять правильное положение по отношению к ребенку (глаза взрослого и ребенка должны находиться на одном уровне).
2. Повтор услышанного от ребенка.
3. Делать паузы между фразами.
4. Обозначение чувства ребенка.
5. Чувства — в утвердительной форме.

#### **Результаты активного слушания**

- исчезает или значительно ослабевает отрицательное переживание ребенка. Тут уместно вспомнить замечательную закономерность, отмеченную в народной мудрости: разделенная радость удваивается, разделенное горе уменьшается вдвое;
- ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о себе все больше. Иногда в одной беседе разматывается целый клубок проблем и огорчений;
- ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

## Конструктивное решение конфликтных ситуаций

### Методы конструктивного взаимодействия

1. Описание неодобряемого поведения (проблемы).
2. Предоставление информации.
3. Обозначение одним словом повторяющегося требования.
4. Описание своих чувств.
5. Использование записок и других «узелков на память».

### Альтернатива наказанию

1. Формулирование желательного результата (своих ожиданий).
2. Способы исправления ситуации (заглаживания вины).
3. Неодобрение поведения.
4. Предоставление выбора.
5. Естественные последствия.

### Поощрение самостоятельности

1. Позвольте делать выбор.
2. Проявляйте уважение к усилиям ребенка.
3. Старайтесь задавать меньше вопросов.
4. Дайте возможность ребенку самому найти ответ на свой вопрос.
5. Позвольте ребенку попробовать себя в разных сферах, получить разнообразный опыт.

### Чувства ребенка

1. Выслушайте внимательно.
2. Разделите его чувства.
3. Назовите чувства ребенка.
4. Сделайте шаг в сторону решения проблемы.

### Похвала

1. Опишите, что вы видите.
2. Опишите, что вы чувствуете.
3. Обозначьте качество, которое необходимо для реализации этого дела, поступка.

### Интерактивная работа группы

Обсуждение услышанной информации. Обмен опытом конструктивного решения различных детско-родительских конфликтов. Рассмотрение конкретных ситуаций. (На этом этапе возможно использование методов активизирующих и структурирующих групповое обсуждение: дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры).

### Рефлексия

- Обмен мнениями о завершающемся семинаре, обозначение тем, интересных для данной группы на следующие встречи.
- Заполнение анкеты.

## Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска

### «КАК СТАТЬ СПРАВЕДЛИВЫМ РОДИТЕЛЕМ?»

*М.Р. Битянова, Т.В. Беглова,  
АНО ЦПСО «ТОЧКА ПСИ»*

**Необходимые материалы:** бейджи по количеству участников, набор фломастеров, игрушки разных размеров (куклы, мягкие игрушки, наборы солдатиков, наборы животных и насекомых, набор игрушек «Семья»...), набор карточек в файлах, цветная бумага А4 (оранжевая, зеленая, красная, фиолетовая), маленькие листочки, колокольчик (Приложение).

Данный тренинг разработан для родителей, испытывающих трудности во взаимоотношениях с детьми. Количество участников: 25–30 человек. Время проведения: 2,5–3 часа.

Ведущему тренинга необходимы навыки организации групповой работы, знание детской психологии и семейной психотерапии.

Содержание	Материалы
<p>Введение</p> <p>Ведущий представляется и сообщает участникам цель встречи: обсуждение вопросов, связанных с дисциплинированием детей. Эта тема актуальна для многих семей, и не важно, какого возраста дети. Проблемы установления норм и правил актуальны и для тех, у кого маленькие дети, и для тех, кто воспитывает подростка. Конечно, есть особенности, связанные с возрастом. Но цель данной встречи – обсуждение общих закономерностей дисциплинирования детей. Продолжительность занятия – 2, 5-3 часа.</p> <p>Ведущий раздает участникам бейджи и просит их написать свое имя (так, как хотелось бы, чтобы называли на этом занятии).</p>	<p>Бейджи, фломастеры</p>
<p>Ведущий говорит участникам о том, что сегодня все собрались для того, чтобы обсудить вопросы, связанные с воспитанием детей. Взрослые уже познакомились друг с другом. И, не смотря на то, что на этой встрече нет детей, важно познакомиться и с ними. Для этого ведущий предлагает участникам упражнение: «Если бы мой ребенок был игрушкой...».</p> <p>Ведущий выкладывает перед участниками игрушки. Игрушек должно быть много и они должны быть разными для того, чтобы у участников была возможность выбрать ту, с которой можно ассоциировать своего ребенка (детей).</p> <p>Инструкция:</p> <ol style="list-style-type: none"><li>1. Выберите игрушку, которая похожа на вашего ребенка. Если в семье несколько детей – выберите несколько игрушек.</li><li>2. Покажите игрушку (или игрушки), назовите имя ребенка (детей), их возраст. В 2-3 фразах расскажите, чем эта игрушка напоминает ребенка.</li><li>3. Участники представляют своих детей, после чего ведущий забирает игрушки и создает выставку «Наши дети».</li></ol>	<p>Игрушки</p>



<p>Ведущий сообщает родителям, что встреча носит название: «Я – справедливый родитель». Прежде чем начнется обсуждение вопросов, связанных с установлением правил, ведущий просит участников на маленьких листочках написать, какие правила являются самыми главными в их семье? Записи, сделанные на листочках, не будут зачитываться вслух. Эта информация важна для самоанализа. После того как родители выполнили просьбу ведущего, листочки откладываются в сторону и ведущий сообщает о том, что позже будет этап, на котором эта информация будет важна.</p> <p>Ведущий говорит о том, что дети часто считают, что правила, в первую очередь, нужны взрослым для того, чтобы управлять ребенком. Причем такие мысли есть в голове не только у маленьких детей, но и у подростков. Но ведь это не так. Давайте обсудим, зачем нужны правила?</p> <p>Ведущий просит участников организовать мини-группы по 5-6 человек. Каждая группа получает листочки А4 и фломастеры. Ответ на поставленный вопрос участники записывают на листах бумаги. На работу в мини – группах отводится 10 минут.</p> <p>Участники представляют результаты обсуждения. Листочки прикрепляются ведущим на доску так, чтобы все видели написанное.</p> <p>Ведущий обобщает ответы участников, делает вывод. Затем говорит о психологической составляющей правил: «Самая трудная ситуация для человека – ситуация неопределенности. Вспомните себя в таких ситуациях (новая работа, появление ребенка, начало совместной жизни...). В новых ситуациях нет правил, не понятно, как себя вести. То же испытывает и ребенок. Для него мир – это новая ситуация. Правило дает чувство защищенности, определяет «коридор», находясь в котором можно чувствовать себя защищенным. Появляется уверенность, так как я знаю, что делать». После этого ведущий прикрепляет карточку №1 на доску, где висят листочки с размышлениями родителей.</p> <p>Ведущий говорит участникам о том, что за правилом стоит отношение человека к миру, к себе, к другим людям. Например, если в семье есть правило – «После ужина посуду моет ребенок». Что узнает ребенок из этого правила?». Что ребенок узнает о себе? Что он узнает о мире?»</p> <p>Ведущий организует групповое обсуждение этих вопросов. После того как прошло групповое обсуждение, ведущий просит родителей посмотреть те листочки, на которых они писали правила, существующие в их доме: «Посмотрите на ваши листочки. Подумайте и для себя ответьте на вопрос: «Что ребенок узнает о себе и о мире из ваших правил?»</p> <p>Ведущий подводит итог этому этапу: Вводя правила, необходимо помнить о том, что через них ребенок узнает важную информацию о себе и о мире, в котором он растет.</p>	<p><i>Листочки бумаги, фломастеры (ручки) по количеству участников.</i></p> <p><i>Листы бумаги А4 (2-3 листа на группу).</i></p> <p><i>Карточка № 1 «Правило дает чувство безопасности, повышает уверенность»</i></p> <p><i>Карточка «Что ребенок узнает о себе? О мире?»</i></p>
<p>Ведущий говорит о том, что для большинства родителей трудно установить жесткие ограничения и в то же время оставаться любящими. Вместо этого многие из них впадают в одну из двух крайностей. Некоторые родители хотят, чтобы всегда было так, как они скажут. Такие родители постоянно контролируют своих детей, устанавливают слишком много правил.</p> <p>Но вторая крайность не лучше первой. Родители, занимающие другую позицию, считают, что все должно быть так, как того хочет ребенок. Такие родители, выполняют большинство желаний своих детей, даже не задумываются о том, что действительно лучше для ребенка или для всей семьи. Родителей, у которых слишком много требований, можно назвать «жесткими родителями» (ведущий показывает карточку, на которой изображен образ, символизирующий этот типаж). Родителей, которые ничего не требуют от своих детей, можно назвать «мягкими родителями» (ведущий показывает карточку, на которой изображен образ, символизирующий этот типаж).</p>	<p><i>Карточка «Мягкий родитель»</i></p> <p><i>Карточка «Жесткий родитель»</i></p>

<p>Ведущий предлагает участникам прослушать две ситуации. Ситуация №1 – описывает поведение «жесткого родителя», ситуация №2 – поведение «мягкого родителя». Прослушав ситуации, родители должны ответить на вопросы: «Что ребенок узнал о себе? Что ребенок узнал о мире?».</p> <p><u>Ситуация №1</u> «Петру 14 лет. Однажды он очень поздно вернулся домой. У дверей его встречает мама: «В этот раз ты слишком задержался! Ты и малейшего понятия не имеешь об ответственности, не так ли? Ты знаешь, который сейчас час? Ты должен был быть дома еще полчаса назад!». К разговору подключился папа: «Это была последняя капля, Петр! Мне надоело твое поведение. Ты месяц не будешь гулять после школы!»</p> <p><u>Ситуация №2</u> Вечер. Девочка по имени Лиза сидит у телевизора. Мама: Лиза, пора делать домашнюю работу. Лиза: Но, мама, это моя любимая программа. Я все сделаю, как только она закончится. Мама: Хорошо. (Проходит время) Мама: Лиза, твоя передача закончилась. Время делать домашнюю работу. Лиза: Ладно, я принесу тетради сюда. И буду делать ее во время рекламы. Мама соглашается.</p>	
<p>Ведущий: «Мы увидели примеры родителей, практикующих слишком строгий контроль, и, наоборот, родителей мягких и неуверенных. Посмотрев на эти семьи, мы поняли, что дети лучше всего себя ведут, когда родители занимают промежуточную позицию, устанавливая правила и придерживаясь их, в то же время, считаясь с чувствами ребенка и демонстрируя любовь и уважение. Дети лучше учатся в школе, осторожнее выбирают друзей и приучаются к ответственности, когда их родители показывают, что любят их, но все же накладывают некоторые ограничения».</p>	
<p>Ведущий: «Есть несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину. Давайте обсудим эти правила». Ведущий называет правило и прикрепляет карточку с обозначением этого правила на доску.</p> <p><u>Правило №1.</u> Правила должны быть в жизни каждого ребенка.</p> <p><u>Правило №2.</u> Правил не должно быть слишком много, они должны быть гибкими. Это правило предостерегает от крайности – воспитания в духе «жесткий родитель». Первое и второе правила, взятые вместе, предполагают особую мудрость, чувство меры в решении вопросов «можно – нельзя», «следует – не следует».</p>	<p><i>Карточки с правилами</i></p>
<p>Ведущий предлагает участникам выполнить упражнение: Четыре цветочные зоны». Это упражнение помогает найти золотую середину между попустительским и авторитарным стилями.</p> <p>Ведущий выкладывает перед участниками зеленую карточку и сообщает, что в эту зону поместим все, что разрешается делать ребенку, по его собственному усмотрению или желанию (например, в какие игрушки играть, когда сесть за уроки, в какой кружок записаться). Затем ведущий выкладывает фиолетовую карточку. В этой зоне – действия, в которых ему предоставляется относительная свобода. Ему разрешается действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ. Например, сесть за уроки, когда хочешь, но закончить работу к 20.00. Можно гулять во дворе, но дальше не уходить....</p> <p>Эта зона очень важна, так как именно здесь ребенок приучается к внутренней дисциплине. Родитель помогает ребенку сдерживать произвольные импульсы, быть осмотрительным, учит контролировать себя.</p>	<p><i>Карточки 4-х цветов: зеленая, фиолетовая, красная, оранжевая.</i></p>

«Оранжевая зона». Здесь находятся такие действия ребенка, которые в общем не приветствуются, но в виду особых обстоятельств допускаются. Например, не ложиться спать в новогоднюю ночь.

«Красная зона» – действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Этот список подводит ребенка к моральным нормам и социальным запретам.

После того как ведущий рассказал о «Цветных зонах», он организует обсуждение: «Как эти «зоны» представлены в жизни семей?».

Ведущий продолжает рассказ о правилах.

**Правило №3.** Родительские требования не должны вступать в противоречие с важнейшими потребностями ребенка.

Например, родителям часто досаждают чрезмерная активность ребенка. Детям гораздо больше, чем взрослым, нужно двигаться, исследовать предметы, пробовать свои силы. Запрещать подобные действия – все равно, что перегоразживать полноводную реку. Другой пример – потребность в общении со сверстниками у подростков.

**Правило №4.** Правила должны быть согласованы взрослыми между собой.

Мама говорит одно, папа – другое, бабушка – третье. В такой ситуации ребенку невозможно усвоить правила, привыкнуть к дисциплине. Он привыкает добиваться своего, раскалывая ряды взрослых. Это ухудшат и отношения родителей. Не менее важна и последовательность в соблюдении правил. Если ребенок два дня подряд ложился в 22.00, то на третий день вам будет очень трудно объяснить ему, почему он должен лечь в 21.00.

**Правило № 5.** Тон, в котором сообщается требование, или запрет должны быть скорее дружелюбно – разъяснительным, чем повелительным.

Любой запрет желаемого для ребенка труден, а если он произносится сердитым тоном, то он труден вдвойне. Любой запрет должен сопровождаться разъяснением. Объяснение должно быть коротким, повторяться один раз.

**Правило № 6.** Наказывать ребенка лучше, лишая его чего-то хорошего, чем делая ему плохое.

Нужно иметь запас больших и маленьких праздников, которые будут создавать зону радости.

Ведущий сообщает родителям о том, что занятие подходит к концу. На память об этой встрече каждый родитель получает памятку «Для любящих родителей», в которой есть информация, связанная с темой тренинга и информация о том, почему ребенок не слушается.

*Карточки с правилами*

*Памятка родителям*

Ведущий просит родителей выразить свое мнение о тренинге.

Приложения

- Обучайте в активном действии!
- Обучайте в живом, непринужденном общении! Только сравнивая и согласуя свои дела и поступки с поступками и делами других, ребенок обретёт рычаги развития – три “само” (самоконтроль, самооценку и способность к самосовершенствованию).
- Помните о том, что ребёнок очень хочет стать взрослым и подражает вам во всём!
- Будьте искренни, не носите масок!
- Сопереживайте: радуйтесь и огорчайтесь вместе с ним, разделив беду и счастье пополам.
- Пусть наши дети будут умнее, добрее и прекраснее нас!

## Почему дети не слушаются?

Психологи выделили четыре основные причины, лежащие в основе практически любого из проявлений плохого поведения ребёнка.

**ПЕРВАЯ** – борьба за внимание. Если ребёнок не получает нужного количества внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и благополучия, то он находит свой способ его получить: непослушание. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания... Нельзя сказать, что это уж очень приятно, но внимание всё-таки получено. Лучше такое, чем никакого.

**ВТОРАЯ** – борьба за самоутверждение против чрезмерной родительской опеки. Детям особенно трудно, когда родители общаются с ними, в основном в форме замечаний, опасений, указаний. Ребёнок начинает восставать. Он отвечает упрямством, действиями наперекор. Смысл такого поведения – отстаивать право самому решать свои дела, показать, что он личность. Не важно, что его решение подчас не очень удачное, даже ошибочное. Зато оно своё, а это для него – главное.

**ТРЕТЬЯ** – желание отомстить. Дети часто обижаются на родителей. К примеру: родители более внимательны к младшему; мать разошлась с отцом; родители постоянно ссорятся и т.п. Много единичных поводов: резкое замечание, несправедливое наказание. В глубине души ребёнок переживает, а на поверхности – протесты, непослушание, неуспеваемость в школе. Смысл такого поведения: «Вы сделали мне плохо, пусть и вам будет тоже плохо».

**ЧЕТВЁРТАЯ** – потеря веры в собственный успех. Накопив горький опыт неудач и критики в свой адрес, ребёнок теряет уверенность в себе, у него складывается низкая самооценка. Он может прийти к выводу: «Нечего стараться, всё равно ничего не получится». При этом внешним поведением он показывает, что ему «всё равно», и «пусть плохой» и «буду плохой».

## Правила эффективного Взаимодействия

Сначала установите границы – затем требуйте их соблюдения. Заранее определите, что вы хотите и чего не хотите. Ребенок должен знать, что приемлемо и что неприемлемо в его поведении для того, как его призовут к ответственности. Если вы не установили правил – не требуйте их исполнения.

Когда конфликт исчерпан – утешьте и объясните. Ребенка надо приласкать и при этом еще раз объяснить, за что он был наказан, и как в другой раз избежать неприятностей.

Не требуйте невозможного. Вы должны быть абсолютно уверены в том, что ваш ребенок действительно в состоянии исполнить то, что Вы от него требуете. Требование невозможного – источник неразрешимых конфликтов.

## Простые истины

- Верьте в силы ребёнка и помогите обрести веру ему!
- Будьте умелым помощником, оставляя в душе ребенка чувство самостоятельности сотворённого.
- Не давайте ему останавливаться и топтаться на месте, пробуждайте интерес ко всё более трудным задачам.
- Помните, что конечная цель – не сами задачи, а развитие с их помощью.
- Обучайте в игре. Ведь человеку отведено так мало времени для этого увлекательного способа познания!

Отличайте своеволие от детской безответственности. Ребенка нельзя наказывать за поведение, в котором нет злого непослушания. Будьте сдержанны, когда будете учить ребенка уму – разуму. Помните: детская безответственность – это совсем не то же самое, что злостное непослушание; она требует куда более терпеливого отношения.

На вызывающее поведение отвечайте уверенно и решительно. Если ребенок помнит, что от него хотят, он должен отвечать за свои поступки. Когда детям и родителям случается прийти к лобовой конфронтации, крайне важно, чтобы взрослый побеждал уверенно и решительно. Когда старший постоянно проигрывает «сражение», ударяясь то в слезы, то в крик, что является признаком беспомощности, то он теряет свой добрый образ в глазах детей. Из надежных руководителей родители превращаются в людей, не достойных уважения и преданности.

Руководствуйтесь любовью. Те отношения с детьми, где преобладает настоящая любовь и теплота, можно считать здоровыми.

## Методические рекомендации по проведению тренинга для родителей группы риска

### «ГОТОВИМ ВМЕСТЕ! СОВМЕСТНАЯ ДОМАШНЯЯ РАБОТА КАК ЗАЛОГ УСПЕШНЫХ ВЗАИМООТНОШЕНИЙ В СЕМЬЕ!»

*А.Г. Макеева*

*ИВФ РАО,*

*Методическая служба по ранней профилактике  
социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

Питание – важная часть жизни любой семьи. От того, как оно организовано, зависит самочувствие и здоровье всех ее членов. Но не только. Семейный стол, за которым собираются и взрослые, и дети, в большинстве культур – место, где осознается единство семейных связей, формируется и развивается представление о своей семье, ее традициях, осваиваются навыки общения между взрослыми и детьми, развиваются социальные установки и т.д.

Поэтому через тему питания, понятную и близкую любому человеку: и большому, и маленькому, может быть организовано обсуждение и поиск решения для целого ряда вопросов и проблем, возникающих во внутрисемейном общении. Предлагаемое тренинговое занятие – наш первый «подход» и первая попытка разработать полноценный тренинг, направленный на развитие детско-родительских отношений. Пока трудно делать выводы об эффективности использования «кулинарного» формата при решении проблем семейных отношений. Но хочется уже сейчас поделиться одним важным наблюдением. «Кулинарный формат» занятия, анонсируемый в самом начале ведущим, сразу снимает естественное напряжение участников, создает атмосферу безопасности, а также пробуждает любопытство. Кому не хочется узнать что-то новое «о вкусненьком»? Ну и одновременно о самом себе...

**Цель:** создание условий, в которых участники смогут проанализировать особенности внутрисемейных отношений, осознать их личностную важность и значимость.

**Участники:** семейные пары: ребенок-взрослый. Возраст детей 12-13 лет.

**Необходимое оборудование:** листы чистой бумаги, цветные фломастеры, карандаши, плотный пакет с 7 разными фруктами, доска с магнитами.

#### **Ход тренинга:**

- Рассадка участников. Желательно, чтобы каждая из семейных пар занимала отдельный стол.
- Приветствие ведущего. Ведущий сообщает участникам о том, что во время занятия им нужно собрать «общий стол» из вкусных и полезных продуктов и блюд. Все участники познакомятся с новыми и интересными сведениями о еде, а также смогут узнать новое друг о друге.

- Знакомство участников занятия друг с другом. Участники пишут свои имена на табличках, стоящих на столах. Пары по очереди представляются.

### **Основная часть тренинга.**

#### **Упражнение «Моя семья похожа на .....»**

*Задача* – актуализировать представления участников о положительной роли семьи в их жизни, значимости внутрисемейных связей.

Ведущий по очереди подходит к каждой из пар и предлагает вынуть из мешка какой-нибудь фрукт (участники не должны видеть содержимое пакета). При этом ведущий обращает внимание участников на то, что все фрукты, лежащие в пакете, – вкусные и полезные.

После того как каждая из пар вынула свой фрукт, ведущий просит их придумать три ассоциации – «Почему ваша семья похожа на выбранный фрукт». Ассоциации могут быть связаны как с внешними характеристиками фрукта (цвет, форма), так и особенностями свойств. Для того чтобы помочь участникам, ведущий может раздать на столы заранее подготовленные листочки, на которых приведены интересные сведения о выбранном фрукте.

На выполнение задания отводится 3 минуты. После того как участники составили ассоциации, ведущий предлагает каждой из пар назвать их.

Примеры ассоциаций участников: «Наша семья похожа на гранат, потому что у нас так же много друзей и родственников, как и зернышек внутри плода, и мы также тесно связаны друг с другом», «Наша семья похожа на апельсин, потому что он оранжевый, жизнерадостный, а мы любим посмеяться», «Наша семья похожа на виноград, потому что мы любим путешествовать и недавно были в Италии, где растет много винограда».

#### **Упражнение «Любимое блюдо»**

*Задача* – создание условий, в которых участники смогут проанализировать – хорошо ли они знают личностные особенности друг друга, побуждение желания внимательно относиться друг к другу

Ведущий раздает каждому из участников лист, разделенный на два столбца. В первом столбце каждый из участников должен записать 5 своих самых любимых блюд, во втором столбце – 5 любимых блюд сидящего рядом члена семьи.

На выполнение задания отводится 5-7 минут. Члены пары работают отдельно друг от друга. После того как блюда записаны, ведущий предлагает членам пары обсудить результаты выполнения задания и определить число совпадений.

Ведущий просит участников высказаться – удалось ли им угадать любимые блюда своего партнера, было ли что-то неожиданное для них при знакомстве с кулинарными пристрастиями члена своей семьи и т.д.

#### **Упражнение «Блюдо для общего стола»**

*Задача* – развитие навыка сотрудничества, умения доверять друг другу.

Ведущий просит участников внимательно просмотреть список блюд, который они составляли в предыдущем упражнении. Каждый из членов пары мысленно должен выбрать

какое-то из блюд, которое он хотел бы поставить на общий праздничный стол от имени их семьи. Члены группы не должны говорить друг другу о сделанном выборе.

Затем взрослый берет в руки фломастер и закрывает глаза, а ребенок начинает рисовать рукой взрослого выбранное им блюдо. После того как рисунок выполнен наполовину, члены пары должны поменяться местами – ребенок закрывает глаза, а рисует его рукой взрослый.

После того как рисунок выполнен, ведущий предлагает парам обсудить между собой следующие вопросы:

- выбрали ли участники пары одинаковое блюдо для общего стола, или их выбор не совпал?
- какие чувства возникли в тот момент, когда участник, чьей рукой «рисовали», понял, что он «рисует» другое (не выбранное им) блюдо?
- какие чувства возникли в тот момент, когда рукой «рисовал» другой человек? Что было приятнее – самому рисовать или подчиняться другому?
- совпал ли результат совместного рисования с ожидаемыми результатами?

После обсуждения в парах ведущий предлагает участникам (по желанию) представить нарисованное блюдо для «общего стола» и рассказать о впечатлениях при выполнении задания.

#### **Упражнение «Кулинарные знатоки»**

*Задача* – развитие навыков сотрудничества, поиска и принятия решения

Ведущий предлагает каждой из пар лист с несколькими вопросами, связанными с продуктами и блюдами традиционной русской кухни (примеры вопросов – в Приложении). Рядом с каждым из вопросов – несколько вариантов ответа. В течение 5 минут каждая из пар должна найти правильное решение.

После обсуждения в парах проверяются результаты их работы.

Ведущий предлагает участникам проанализировать: какие чувства возникали у них в тот момент, когда они понимали, что не знают ответа на предложенный вопрос, получалось ли у них совместное обсуждение, кто принимал решение в спорной ситуации – взрослый или ребенок.

#### **Упражнение «Сложная ситуация»**

Ведущий предлагает парам прочесть отрывок из хорошо знакомого им литературного произведения, где описана та или иная конфликтная ситуация, возникающая между взрослым и ребенком и связанная с питанием.

Например, А.Линдгрэн «Мальш и Карлсон, который живет на крыше» (фрекен Бок приготовила мясной соус, который не нравится ни Мальшу, ни Карлсону), В.Драгунский «Все тайное становится явным» (мальчик выбрасывает за окно кашу, которую заставлял есть его мама) и т.п.

Целесообразно, чтобы все пары, участвующие в занятии, обсуждали один и тот же отрывок.

Ведущий просит участников вспомнить – сталкивались ли они с похожими ситуациями? Какие чувства возникали при этом?

## «РОДИТЕЛЯМ О ЗДОРОВЬЕ РЕБЕНКА: ФОРМИРУЕМ ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ»

*Е.М. Парцалис  
ИВФ РАО*

Пары анализируют поведение каждого из персонажей. При этом взрослый участник анализирует поведение взрослого персонажа, а ребенок анализирует поведение героя-ребенка.

Затем каждая из пар должна обдумать и предложить свой вариант поведения героев, позволяющей избежать ссоры, конфликта.

### **Заключение.**

Ведущий предлагает участникам поделиться своими впечатлениями от тренинга:

- было ли что-то во время выполнения задания, что удивило?
- какое из заданий было самым сложным, а какое наиболее простым, почему?
- сумели ли участники узнать что-то новое друг о друге?

Само обсуждение может проводиться во время чаепития.

### **Приложение**

1. Это одно из самых древних русских блюд. Вот как описывал его один из норвежских историков: «...– это чудесное русское кушанье с наваром из различных сортов мяса, с яйцом, сметаной и зеленью. Собственно говоря, мне кажется, немислимо есть что-либо после ...» (щи).
2. Про этот традиционный на русском столе продукт граф Шереметов писал своему другу А.С.Пушкину: “Худо, брат, жить в Париже: есть нечего, \_\_\_\_\_ .... не допросишься” (ржаной хлеб).
3. Долгое время это блюдо было обрядовым. Ни один праздничный стол не обходился без него. Его обязательно готовили на свадьбу, рождение, крестины, в честь завершения сбора урожая и при начале какого-то большого дела. У русских князей существовал обычай – обязательно съесть это блюдо вместе в честь заключения мира (каша).
4. Это традиционное русское блюдо упоминается даже в «Повести Временных лет». Благодаря ему жители Белгорода смогли не умереть от голода во время осады печенегов. По совету старца они собрали остатки овса, пшеницы, отрубей и залили их водой. Получился вкусный и питательный .... (кисель).

Начало обучения в массовой школе выявляет большое количество объективных проблем, справиться с которыми учителю не всегда удается. Среди этих проблем – отсутствие навыков поведения в коллективе, затруднение усвоения школьного материала, двигательная расторможенность и нарушение внимания, понимания, запоминания. То есть с когнитивными нарушениями. Педагоги зачастую расценивают эти особенности детей как погрешности воспитания или избалованность. Дети получают замечания. Затем их начинают ругать. Если при этом ребенок еще с трудом усваивает школьную программу, то быстро попадает в категорию учеников, которым грозит перевод в классы коррекции.

В то же время большинство будущих школьных проблем можно распознать и предупредить еще в дошкольном возрасте.

Среди причин, лежащих в основе школьных трудностей, одно из ведущих мест принадлежит нарушениям высших психических функций, и в частности, нарушениям развития речи.

Согласно данным результатов диспансеризации детей в возрасте от 3 до 6 лет, проведенной в 2007 году в детских дошкольных учреждениях Москвы, до 79 % из них имеют различные нарушения речи физиологического или патологического характера.

По заключениям логопедов, участвовавших в этой диспансеризации, у 39% из них диагностирована темповая задержка речевого развития, до 7% детей имели нарушения плавности и слитности речи (заикание), у трети детей обнаруживались признаки нарушения звукопроизношения, в том числе и вследствие расстройства иннервации артикуляционных мышц и языка и еще у трети – системные нарушения развития речи.

По мнению специалистов, более 65% речевых нарушений развивались на фоне органического поражения Центральной нервной системы.

Признаки нарушения речевого развития выявляются в раннем возрасте. Позднее начало гуления и лепета в первый год жизни ребенка, отсутствие первых слов к году жизни, отсутствие фразовой речи у ребенка к 2-2,5 годам и тем более отсутствие речи к моменту начала посещения детского дошкольного учреждения – обязательный повод для детального обследования малыша у логопеда и обязательной консультации невролога.

Самый большой вред наносят этим детям педиатры, которые вместо направления ребенка на консультацию и углубленного обследования успокаивают матерей заключением, что ребенок сам заговорит, когда придет срок, и что волноваться по этому поводу не нужно.

Успокоенные мамы не спешат за помощью к специалистам, тем самым, отодвигая сроки начала помощи своим детям.

Системное нарушение речевого развития лежит в основе и таких расстройств, как сочетание нарушения школьных навыков – дисграфия и дислексия (нарушения письма, чтения и понимания прочитанного текста). Таким образом, своевременное логопедическое обследование и обязательная консультация, а при необходимости и дополнительное обследование у невролога или психоневролога – реальный путь к профилактике школьных трудностей.

Не меньше проблем ожидают и детей, страдающих дефицитом внимания. Большинство из них отличаются необычным поведением. Эти дети или чрезмерно возбудимы и двигательно расторможены или напротив – крайне медлительны и маловозбудимы. Психологи говорят в таких случаях о синдромах гиперактивности и гипоактивности. В основе развития этих синдромов лежит дисфункция регуляторных стволовых структур головного мозга, нарушение созревания корковых и подкорковых структур и разбалансировка взаимодействия правого и левого полушарий головного мозга. Своевременная диагностика этих синдромов и грамотное комплексное лечение детей позволяет значительно уменьшить остроту проявлений и достичь такой степени компенсации, когда обучение ребенка уже не будет неразрешимой проблемой.

Заподозрить у ребенка наличие синдрома гиперактивности с нарушением внимания и поведения можно уже с возраста 3-4 лет. У таких детей специфическое поведение – они не способны сосредоточиться на одном занятии, будь то рисование, чтение, лепка или даже просмотр мультфильмов. Ни одно дело, ни одна игра не продолжается у них дольше нескольких минут или даже секунд. Далее они теряют интерес к ней и тут же начинают интересоваться другими вещами, которые попали в поле их зрения.

Естественно, такие дети вносят дезорганизацию в работу воспитателей детского сада, особенно в старшей группе или в группе подготовки к школе. Таких малышей воспитатели или ругают и наказывают или просто отстраняют от участия в групповых занятиях. В худшем случае, от них просто стараются избавиться, отказывая в посещении детского сада. Таким образом, вместо помощи и адекватного развития, ребенок попадает в ситуацию, когда рядом с ним оказывается мама или няня, выполняющая функции обеспечения питанием и навыками опрятности без соответствующего развития и медицинской коррекции.

Ребятушки с гипокинетическим синдромом нарушения активности внимания и поведения отличаются очень спокойным нравом, не вступают в конфликты, по свидетельству воспитателей детских садов – очень удобные дети. Они не озорничают, не дерутся, не разбрасывают игрушки. Но в подготовительной группе освоение материала у них идет очень медленно, к моменту окончания посещения детского сада они оказываются неподготовленными к обучению в школе. Неуспешность детей с гипокинетическими нарушениями активности внимания и поведения еще более усугубляется в школе. Замалчивать описанные нарушения в поведении таких детей нельзя. Ребенку с дефицитом внимания нужна планомерная, длительная и интенсивная помощь.

Все дети с нарушением активности внимания и поведения как никто нуждаются в обязательном наблюдении врача невролога и психолога и в обследовании и коррекционной работе с логопедом.

Среди малышей, посещающих дошкольные учреждения, около 10% периодически жалуются на усталость, утомляемость. В групповой работе с воспитателем через 10-15

минут после начала работы они ложатся на столы, становятся грустными, бледнеют. Утомляемость, истощаемость, вегетативные реакции – покраснение или резкая бледность кожи лица требуют незамедлительного обследования у врача. Причиной такого поведения ребенка может быть повышение внутричерепного давления, вегетативно – сосудистая дистония или даже просто глистная инвазия, протекающая у дошкольников достаточно тяжело.

Особое место хочется уделить детям, перенесшим черепно-мозговую травму. Под наблюдение нейрохирургов попадают только пациенты, которым был выставлен официальный диагноз, которые были госпитализированы. Наблюдения за этими больными осуществляет невролог в течение 1 года, а далее ребенок снимается с диспансерного учета и практически никем не наблюдается. Неврологи знают, что основные последствия перенесенной черепно-мозговой травмы проявляют себя зачастую в более позднем периоде. Ребенка беспокоят головные боли, при обследовании выявляется снижение порога судорожной готовности, это дети группы риска развития посттравматической эпилепсии. Это в случае, когда ребенок попал в поле зрения невролога вовремя. А в случае если мозговую травму официально не зарегистрировали, не проводили ни обследования, ни лечения, появление пароксизмальной активности мозга у таких детей зачастую является случайной находкой при развитии судорожного синдрома или повторяющихся приступов сильнейших головных болей.

Медицинские работники дошкольных учреждений хорошо знают, что, как правило, с одними и теми же жалобами на нарушение самочувствия при смене погоды обращаются в медицинский кабинет одни и те же дети. Реакция может быть различной: головокружения, головная боль, тошнота, рвота, боли в эпигастральной области, нарушение аппетита, сонливость или напротив – повышенная возбудимость. В случаях повторных аналогичных жалоб целесообразно обратиться на эти симптомы внимание родителей и настойчиво посоветовать им обратиться за помощью к врачу- неврологу.

Особая статья – появление запинок в речи или заикания. Первыми запинки чаще всего замечают воспитатели. При первых признаках нарушения слитности и плавности речи необходимо в кратчайшие сроки обратиться к врачу и логопеду. Порочная практика замалчивания появившихся запинок и надежда на то, что ребенок сам справится со своим заиканием, приводит к тому, что запинки принимают уже постоянный характер, или приобретают волнообразное течение, требующее длительной комплексной работы и специальных занятий с логопедом. По опыту детского отделения Центра патологии речи и нейрореабилитации, быстро и правильно назначенная терапия и правильно организованный режим дня, отсутствие раздражающих ребенка факторов, спокойный темп жизни и медленная, спокойная речь родителей и домочадцев в 40% случаев может полностью купировать инициацию заикания, в остальных случаях – значительно его уменьшить.

Подробное изучение анамнеза детей, обратившихся в Центр патологии речи и нейрореабилитации, выявило, что большинство из них не только обращались с различными жалобами в поликлинику к педиатру, но и проходили обследования у различных специалистов: невролога, психиатра, ортопеда, гематолога, аллерголога. Проходили инструментальное и нейрофизиологическое обследование по месту жительства. Тем не менее, результаты обследования после занесения в амбулаторную карту развития, а в 27,5% случаев и взятия на диспансерный учет по поводу нарушений речевого, психического и мо-

торного развития, обнаружения функциональных нарушений на электроэнцефалограмме (ЭЭГ), эхоэнцефалограмме (ЭХО-ЭГ), рэоэнцефалограмме (РЭГ), не сопровождались соответствующей медикаментозной терапией, не назначались курсы физиотерапевтической коррекции, лечебная физкультура и массаж. В общем числе обследованных и взятых на учет в поликлинике детей курсы коррекционной терапии были назначены только 12% нуждающихся.

Согласно выпискам из амбулаторных карт и представленным при поступлении заключениям ЭЭГ у 64% обследованных детей обнаруживались признаки незрелости биоэлектрической активности коры головного мозга, реже – в 34% случаев – функциональной незрелости биоэлектрической активности регуляторных стволовых структур. Естественно, что в первом случае назначение препаратов ноотропного ряда сопровождалось неплохим клиническим эффектом, а у вторых – минимальным.

Данные на этих детей запрашивались медиками дошкольных учреждений и добросовестно заносились в карточки, отмечалось, что дети состоят на диспансерном учете, но реальная помощь отсутствовала. Не проводился и контроль диспансерного учета.

В последние годы ставки логопедов имеются в штате каждой поликлиники, однако работу с детьми логопеды готовы начать не раньше, чем ребенок достигнет 5-летнего возраста, то есть когда время уже упущено и речевой дефект стал значительным препятствием в психическом и психологическом развитии ребенка. Более того, работа логопеда в основном заключается в постановке звуков и не включает в себя работу над общим развитием речи и тем более заиканием. Специальные коррекционные детские сады работают по той же системе логопедических занятий, а специальных детских садов для детей с заиканием катастрофически не хватает.

На вопрос о том, почему родители не приняли никаких мер для лечения и реабилитации своих детей, когда диагноз уже был выставлен, молодые родители обычно отвечали, что им никто ничего не посоветовал и не разъяснил, что необходимо лечить ребенка, повторно обследовать и контролировать динамику заболевания, эффективность лечения и выздоровления.

Более возрастные родители (от 30- до 40-летнего возраста) объясняли свою пассивность сильной загруженностью по месту работы и нехваткой времени на посещение врачей и занятий с логопедами. Превалирующим ответом родителей в возрасте старше 40 лет был: « Мы его (ее) и так любим!».

Небольшая часть родителей (13,5%) вообще не обращала внимания на проблемы с развитием ребенка и не собиралась ими заниматься, надеясь, что со временем все уладится само собой.

Длительная подробная беседа с родителями о том, что беспокоит ребенка, во что это может вылиться и насколько это может осложнить жизнь ребенка в дальнейшем, в 86% случаев имела положительные последствия, и ребенка начинали лечить, следили за посещением занятий с логопедом и психологом, контролировали повторные закрепляющие и даже консультативные курсы.

Суммируя изложенное, можно отметить, что недостаточное внимание со стороны родителей и отсутствие адекватного наблюдения и своевременного лечения детей с па-

тологией высших психических функций, и в частности, речи, недостаточный контроль обследования и лечения детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения, обусловлены в первую очередь недостаточной информацией, получаемой родителями.

И эта функция санитарного просвещения родителей также ложится на медицинских работников образовательных учреждений, как и на поликлинических врачей.

Значительной проблемой для медицинских работников дошкольных учреждений может стать проведение в амбулаторных условиях курса медикаментозной терапии, рекомендованной лечащим врачом. В случае необходимости получения медикаментов в часы нахождения ребенка в детском саду врач должен подробно описать не только названия, дозировку и продолжительность приема препаратов, но и указать возможные реакции, при появлении которых прием препарата должен быть немедленно прекращен, либо указать контактный телефон, по которому медицинский работник детского сада может в случае необходимости связаться с лечащим врачом. Также в случае необходимости приема препаратов в детском саду должны быть оставлены контактные телефоны родителей ребенка. Появление признаков аллергической реакции на назначенные медикаменты, после оказания помощи ребенку, информация о реакции на медикамент выносится на титульный лист медицинской карты ребенка и выделяется маркером.

Совместная согласованная работа медицинских работников дошкольных учреждений, врачей поликлиник и специализированных стационаров и коррекционных центров, психологов и логопедов с непременным участием и осознанной работой родителей – реальная альтернатива сохранения здоровья и интеллектуального развития детей с когнитивными нарушениями и профилактика их инвалидности.

**ПРОВЕДЕНИЕ ВЫЕЗДНЫХ ЗАСЕДАНИЙ  
КЛУБОВ РАЗВЕДЕННЫХ ОТЦОВ  
И КЛУБОВ ОДИНОКИХ ОТЦОВ**



## «ВЗАИМОДЕЙСТВИЕ РЕБЕНКА И РОДИТЕЛЕЙ. РЕСУРСЫ РОДИТЕЛЕЙ В ОБЩЕНИИ С РЕБЕНКОМ»

*П.С. Гальцова*

*Дом ребенка № 7,*

*Методическая служба по ранней профилактике  
социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

**Форма проведения заседания Клуба:** тренинг.

**Цель:** Повышение родительской компетентности и психологической грамотности у одиноких отцов, обеспечивающей профилактику нарушения детско-родительских отношений.

**Задачи:**

1. Создание условий для осознания отцами проблемных зон в отношениях с детьми.
2. Информирование о конструктивных способах общения и решения конфликтных ситуаций в детско-родительских отношениях.
3. Активизация внутренних ресурсов и ассимиляция участниками тренинга полученной информации.

**Условия, необходимые для создания психологической безопасности участников тренинга и способствующие повышению эффективности профилактической работы:**

1. Уважение к личности и жизненному опыту участников тренинга.
2. Создание условий для актуализации позитивного опыта решения проблем в прошлом.
3. Опора на ресурсы участников тренинга.

**Ход тренинга:**

- Приветствие. Создание доверительной эмоциональной обстановки.
- Вводное слово. Объявление темы и задач. Мотивация на активное участие в тренинге.
- Знакомство с группой. Сбор информации о составе семей, формулирование запроса на тренинг (определение личного интереса каждого участника участия в данном тренинге).
- Мини – лекция.

### Семья как система

Семейная система – это группа людей, связанная общим местом проживания, совместным хозяйством, а главное – взаимоотношениями. Семья – это не просто определенное количество людей, а живой организм, жизнь которого подчиняется определенным законам. То, что происходит в семье, часто не зависит от намерений и желаний людей, входящих в эту семейную систему, потому что жизнь в семье регулируется свойствами системы как таковой. (Для иллюстрации этой мысли можно использовать метафоры и упражнения).

*Закон гомеостаза* определяет, что каждая система стремится сохранить свое положение, каким бы оно ни было. Следовательно, семейная система стремится остаться в данной точке своего развития, не хочет никуда двигаться. Иногда закон гомеостаза становится достаточно проблематичным, потому что часто в семье существует много трудного и мучительного, а закон гомеостаза пытается это тяжелое положение сделать стабильным.

На уровне индивидуального сознания закон гомеостаза присутствует в виде примерно таких мыслей и ощущений: перемены хуже, чем то, что есть; перемены пугают больше, чем то, что есть.

Согласно *закону развития* каждая семейная система должна пройти свой жизненный цикл. Жизненный цикл семьи – это некая последовательность смены событий и стадий, которые проходит любая семья. Семейная система должна создаться и завершиться так же, как человек должен родиться и умереть. Непосредственной физиологической причиной, дающей семье возможность пройти этот жизненный цикл, являются некоторые обязательные для возникновения этой системы события, такие, как брак, а также изменения физического возраста людей и соответственные изменения стадий психического развития.

### Стадии жизненного цикла семьи:

Условно жизненный цикл семьи может быть разделен следующим образом:

1. Период ухаживания.
2. Фаза проживания супругов без детей.
3. Семья с маленьким ребенком (или стадия триады).
4. Фаза социализации детей.
5. Фаза, в которой дети постепенно покидают дом.
6. Фаза «пустого гнезда».
7. Фаза, в которой кто-то из партнеров остается один после смерти другого.

Каждая фаза жизненного цикла семьи ставит перед ее участниками определенные задачи. Трудности возникают, если семья не справляется с этими задачами.

Детско-родительские отношения отличаются от всех других видов отношений. Во-первых, это наиболее эмоционально значимые отношения, а во-вторых, ставят перед родителями сложную задачу. Родитель должен одновременно уберечь ребенка от опасности и дать ему возможность научиться самостоятельности.

### Сепарация – зачем мы воспитываем наших детей

«Жизнь младенца начинается благодаря процессам слияния, но продолжается благодаря процессам разделения, которые начинаются на клеточном уровне, а с определенного момента переходят на психологический уровень. Появление ребенка на свет – это первый значительный акт разделения, сепарации с матерью. Далее можно отметить еще несколько этапов сепарации: самостоятельные передвижения ребенка, посещения детских учреждений, т.е. первые выходы из семьи в социум, подростковый кризис, самостоятельная взрослая жизнь. Сепарационные процессы протекают непросто, этапы сепарации могут сопровождаться семейными кризисами, незавершенность сепарационных процессов значительно снижает уровень жизненного функционирования человека» (А.Я. Варга).

Ни один ребенок не рождается на свет с задачей реализовать ожидания своих родителей. Что же могут сделать мама и папа, чтобы ребенок вырос самостоятельным, способным нести ответственность за собственные поступки и его не страшно было «отпускать» во взрослую жизнь со всеми ее сложностями? Родителям трудно найти «золотую середину» в вопросах опеки и контроля ребенка.

#### **Типичные ошибки родителей, нарушающие процесс сепарации:**

- **Гиперопека.** Чрезмерная забота о детях, которая выражается в стремлении родителей окружать ребенка повышенным вниманием, защищать даже при отсутствии реальной опасности, постоянно удерживать около себя, "привязывать" детей к своему настроению и чувствам, обязывать их поступать определенным, наиболее безопасным для родителей способом.
- **Эмоциональное отвержение** (у матерей, лишенных родительской любви в детстве, если ребенок нежеланный, при алкоголизме родителей);
- **Гипоопека** (может быть связана с эмоциональным отвержением). Враждебность матери открытая или завуалированная (мать преждевременно отлучает ребенка от груди, слишком рано выходит на работу и др.). Вариант гипоопеки – перфекционизм, когда ребенку постоянно повторяют, что он не тот (например, девочке говорят – вот была бы ты мальчиком, и наоборот). Ребенок начинает испытывать комплекс вины.
- **Гипопротекция** – это недостаток воспитания, в том числе скрытый. Ребенок забывает вовремя покормить, вымыть, перепеленать. У ребенка нет своего угла, книг, игрушек и т.д.
- **Противоречивое воспитание в семье.** Это приводит к развитию хитрости, изворотливости у ребенка. Есть термин “смена образцов воспитания”.
- **Жестокое обращение с детьми.** Главным средством воспитания является физическое или моральное (унижение, ограничение свободы и т. п.), наказание.
- **Авторитарность и доминирование.** Родители подавляют инициативу и самостоятельность, что препятствует развитию активности детей, их индивидуальности, ведет к возникновению конфронтации.
- **Противоречивое воспитание** – неустойчивость и резкая смена стиля, приемов воспитания, формирующих у ребенка упрямство и безразличие к требованиям. В результате неправильного семейного воспитания родители навязывают детям роли, которые Э.Г. Эйдемиллер назвал патологизирующими детскими ролями. Это система ролей, возникающая в связи с влиянием членов семьи, имеющих психологические проблемы, и обусловленная неосознанным стремлением к их компенсации за счет психического здоровья ребенка. Задачу родителей в воспитании ребенка можно обозначить как баланс между поддержкой стремлений ребенка к познанию, риску (т.е. отделению от родителей и стремлению во внешний мир) и одновременно созданию безопасной обстановки и возможности почувствовать защиту внутри семьи.

В результате такого сбалансированного воспитания ребенок научится:

- чувствовать и понимать самого себя и свои желания,
- соотносить свои желания с реальностью,
- совершать необходимые действия,
- переносить опыт из одной ситуации на другие.

## **Конструктивные способы взаимодействия с ребенком**

### **Методы конструктивного взаимодействия**

1. Описание неодобряемого поведения (проблемы).
2. Предоставление информации.
3. Обозначение одним словом повторяющегося требования.
4. Описание своих чувств.
5. Использование записок и других «узелков на память».

### **Альтернатива наказанию**

1. Формулирование желательного результата (своих ожиданий).
2. Способы исправления ситуации (заглаживания вины).
3. Неодобрение поведения.
4. Предоставление выбора.
5. Естественные последствия.

### **Поощрение самостоятельности**

1. Позвольте делать выбор.
2. Проявляйте уважение к усилиям ребенка.
3. Старайтесь задавать меньше вопросов.
4. Дайте возможность ребенку самому найти ответ на свой вопрос.
5. Позвольте ребенку попробовать себя в разных сферах, получить разнообразный опыт.

### **Чувства ребенка**

- Выслушайте внимательно.
- Разделите его чувства.
- Назовите чувства ребенка.
- Сделайте шаг в сторону решения проблемы.

### **Похвала**

- Опишите, что вы видите.
- Опишите, что вы чувствуете.
- Обозначьте качество, которое необходимо для реализации этого дела, поступка.

### **Интерактивная работа группы.**

Обсуждение услышанной информации. Обмен опытом конструктивного решения различных детско-родительских конфликтов. Рассмотрение конкретных ситуаций из жизни одиноких отцов. (На этом этапе возможно использование методов, активизирующих и структурирующих групповое обсуждение: дискуссия, мозговой штурм, ролевые игры).

### **Рефлексия.**

- Обмен мнениями о завершающемся семинаре, обозначение тем, интересных для данной группы, на следующие встречи.
- Заполнение анкеты.

## «ШКОЛЬНЫЕ ТРУДНОСТИ. ПРИЧИНЫ КОНФЛИКТОВ В ШКОЛЕ И ДОМА»

*Т.А. Филиппова*

*ИВФ РАО (Центр диагностики развития детей и подростков),  
Методическая служба по ранней профилактике  
социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

Большинство детей и родителей сталкиваются со школьными трудностями, и часто именно школьные трудности являются причиной конфликтов, возникающих в семье. Систематические неудачи и постоянный неуспех – причина не только школьной, но и социальной дезадаптации. К сожалению, многие учителя не владеют методикой диагностики причин школьных трудностей. Следует отметить, что школьные трудности и школьная неуспешность (плохие оценки) не являются синонимами. К сожалению, часто и родители, и педагоги не обращают внимание на школьные трудности, а критерием успешности в учебе являются оценки.

Под школьными трудностями следует понимать весь комплекс учебных и внеучебных проблем, которые возникают при систематическом обучении ребенка в школе и приводят: к отклонениям в физическом и психическом здоровье, а также к нарушениям социально-психологической адаптации. Именно вышеперечисленные факторы являются причиной снижения успеваемости, появления плохих оценок.

За плохие оценки детей ругают и в школе, и дома. Кроме того, довольно часто учителя предъявляют претензии родителям в недостаточном внимании, которое они уделяют своим детям и их школьным проблемам. Таким образом, дети испытывают пресс и со стороны учителей, и со стороны родителей.

Неадекватность (завышенность) требований к ребенку со стороны родителей очень велика, причем требования к успешности в учебе возникают еще в старшем дошкольном возрасте. Современные дети изменились по сравнению со своими сверстниками двадцатилетней давности – они быстрее и ловчее могут разобраться в любом сотовом телефоне или компьютерной игре. Однако это совсем не значит, что дети могут быстрее научиться читать или писать. У большинства современных детей к началу обучения в школе плохо сформирована речь, причем это касается не только нечеткого звукопроизношения, но бедности словарного запаса, неумения составить рассказ по картинке и по серии последовательных картинок.

К сожалению, и школьные психологи не всегда могут помочь ученикам, родителям и учителям в установлении причин школьных трудностей, а, следовательно, и их устранении.

Причин школьных трудностей много, причем это и внешние факторы, такие, как социальная депривация, неадекватность требований со стороны взрослых, отсутствие индивидуального подхода со стороны педагогов, стресс ограничения времени, несоответствие методик обучения

возрастным особенностям учащихся, интенсификация и нерациональная организация учебного процесса, стрессовая тактика педагогических воздействий. Среди внутренних (эндогенных) факторов следует отметить: отклонения в физическом и психическом здоровье, перенесенные тяжелые заболевания, травмы и операции, возрастная несформированность школьно-значимых познавательных функций. Особо следует отметить такие группы риска, как часто болеющие, медлительные и гиперактивные дети. К сожалению не только педагоги, но и родители часто не отдают себе отчет в том, что необходимо учитывать и состояние здоровья ребенка, и его индивидуальный темп деятельности. Никакие даже ласково произнесенные фразы: «Машенька, побыстрее, я тебя уже давно жду» не могут ускорить действия медлительного ребенка. В школе медлительный ребенок испытывает пресс стресса ограничения времени ни день, ни неделю, ни месяц, а почти все школьные годы. Особенно негативно это сказывается в начальной школе.

Прямо противоположные проблемы возникают у гиперактивных детей, темп деятельности которых существенно выше по сравнению с большинством учеников в классе. Гиперактивные дети не могут длительно выполнять однообразную работу. Обычно они налету «схватывают» задание, быстро приступают к его выполнению, быстро выполняют задание. Порой и учителям, и родителям кажется, что работа выполнена кое-как. Вот если бы ребенок выполнял задание чуть медленнее, чуть старательнее, у него получился бы лучший результат. Но в том то и дело, что как дошкольник, так и ученик начальной школы практически не может регулировать темп деятельности. Темп деятельности- генетически заданная характеристика, то есть передается по наследству и плохо регулируется до 10-11 лет.

Кроме того, школьные трудности могут быть связаны с повышенной утомляемостью и низкой работоспособностью ребенка. В таком случае в первую очередь необходимо, проанализировав режим дня, учебную и внеучебную нагрузку, соблюдать рациональный режим дня с ежедневной прогулкой на свежем воздухе не менее 2-х часов и достаточным ночным сном и исключить перегрузку. Порой дети жалуются на головные боли или боли в животе, а взрослым кажется, что это выдумки и у ребенка ничего не болит. Особенно часто такое впечатление у взрослых складывается, если жалобы возникают накануне контрольных работ. Попробуем проанализировать причину периодически возникающих жалоб. Действительно накануне контрольной ребенок начинает переживать, нервничать, и возникают так называемые «психосоматические боли». Не стоит отмахиваться от таких жалоб, уличать ребенка во лжи и упрекать его в нежелании учиться. Во-первых, как и любой человек, ребенок волнуется накануне контрольной или экзамена. Во-вторых, возможно ребенок боится получить плохую отметку и заранее переживает, опасается Вашей негативной реакции. К сожалению, очень часто приходится сталкиваться не только с неадекватными требованиями к ребенку со стороны родных, но и с крайне негативной реакцией на школьную неуспешность. Только уверенность родных в том, что все трудности преодолимы, поможет ребенку преодолеть возникающие трудности и не опасаться негативной реакции при их появлении.

В противном случае школьные трудности, нарастающие как снежный ком, приводят к тому, что у ребенка пропадает не только интерес, но и желание учиться. Учителя и родители начинают ругать ребенка уже не только за плохие оценки, но и за отсутствие желания учиться. Возникает замкнутый круг, выход из которого возможен только при согласованной совместной помощи родителей и учителей ребенку.

В настоящее время на основании углубленного обследования, проведенного за год до начала обучения, можно спрогнозировать школьные трудности, а значит, сделать все для того, чтобы они не возникли или были минимальны.

Прогноз школьных трудностей возможен на основе выделения «факторов риска», среди которых:

- задержка или нарушения речевого развития;
- задержка или нарушения в развитии мелкой моторики и тонко-координированных движений;
- нарушения или недостатки зрительного восприятия и зрительно-моторных координаций;
- недостаточное развитие воображения и наглядно-образного мышления;
- недостаточное развитие логического мышления;
- недостаточное развитие организации деятельности;
- недостаточное развитие внимания и памяти.

Остановимся подробно на одной из них – речевом развитии. Если у ребенка выявлены проблемы речевого развития, то вероятны трудности формирования навыков письма и чтения. Дислексия (трудность освоения чтения) – одна из причин школьных трудностей. К сожалению, почти две трети дошкольников имеют проблемы речевого развития, которые выражаются и в неправильном звукопроизношении, и в бедном словарном запасе, и в неумении грамматически правильно построить предложение, и в неумении составить рассказ по картинке, а тем более составить связный развернутый рассказ по серии последовательных картинок. Большинство дошкольников занимается с логопедами, но порой логопеды видят основной целью занятий с дошкольниками постановку правильного звукопроизношения, что, несомненно, важно. Но не менее важным является и развитие фонетико-фонематического восприятия, без которого обучение чтению и письму превращается в очень сложную задачу. Развивающие занятия, проводимые в дошкольных образовательных учреждениях, способствуют расширению словарного запаса, но и участие семьи сделать речь ребенка богатой разнообразными терминами незаменимо. К большому сожалению, только десятая часть современных родителей читает детям регулярно. Некоторые родители читают от случая к случаю, а большинство практически не читают. Без регулярного чтения невозможно обогатить речь ребенка, так как повседневное общение не способствует этому. В качестве альтернативы чтению можно посоветовать родителям использовать аудирование – ставить детям для прослушивания аудиокассеты или CD диски с разнообразными литературными произведениями. При этом нужно учесть несколько моментов. При прослушивании сказки ребенок может играть или рисовать, сказка может звучать как фон (может быть фоном). В комнате может находиться и несколько детей, главное – источник звука должен быть один. Начинать прослушивание нужно с небольших произведений, лучше всего, если это произведение будет знакомо ребенку по визуальному ряду. Например, ребенок любит и хорошо знает мультфильм «Дюймовочка». Смело ставьте аудиозапись с этой сказкой. Прослушивание литературных произведений – очень непростое занятие (действие). Необходимо постепенно переходить к новым и длинным произведениям. Родители порой удивляются, почему дети просят поставить одно и тоже произведение, которое слушали много раз и практически знают наизусть. Ничего необычного в этом нет – слушать знакомое намного

легче, чем новое. Многие ребята с удовольствием слушают знакомые сказки, хорошо представляя развитие сюжета, сочувствуя, сочувствуя героям.

Ставя аудиокассету, Вы можете ребенку не только научиться слушать и слышать, но и познакомиться с новыми героями, их приключениями и переживаниями, что важно для эмоционального развития. Кроме того, аудирование способствует и развитию воображения.

Для успешного овладения чтением важно и развитие зрительного восприятия и зрительная память. Разнообразные игры, увлекательные задания помогут развить зрительное восприятие и память. В этом случае овладение одним из базовых учебных навыков – чтением – может стать более достижимым.

Развитию зрительной памяти помогут игры с любыми предметами, лучше игрушками. Начинать можно с 4-5 предметов, расставляя их в произвольном порядке на столе. Предложите ребенку посмотреть внимательно на игрушки и запомнить, как они стоят. Затем ребенок должен закрыть глаза, а взрослый должен поменять игрушки местами, возможно, убрать какую-нибудь или добавить. Ребенку необходимо вернуть игрушки на первоначальные места. Для того чтобы у ребенка не возникло ощущение некой проверки, нужно поочередно водить, то есть и ребенок становится ведущим, который изменяет положение и количество игрушек. Постепенно количество игрушек можно довести до 8-10. Конечно, важно не торопить события, варьируя задания. Можно воспользоваться и аналогичными заданиями, которые можно найти практически в любом пособии, посвященном развитию памяти.

Для развития зрительного восприятия и зрительно-пространственного восприятия можно использовать такие задания, как поиск предмета, геометрической фигуры или буквы в сложном рисунке – «шуме». На таких рисунках предметы нарисованы один на другом и необходимо найти и показать все предметы. Например, надо найти и раскрасить «спрятанный» кленовый лист (рис. 1) или найти и раскрасить 8 «спрятанных» букв Л (рис. 2).



Рис. 1



Рис. 2

Необходимо заметить, что легкое, на первый взгляд, задание может оказаться сложным для ребенка. Если ребенок не может найти предмет в течение минуты, следует отложить задание и вернуться к нему на следующий день или во время следующего занятия. Конечно же, ни в коем случае не следует показывать тот предмет, который необходимо найти. Положительный эффект от такого типа заданий может быть только в том случае, если ребенок самостоятельно его выполнит. На поиски всех 8 букв может уйти 2, а то и 3-4 попытки. Но длительность таких попыток не должна превышать 3-4 минут.

В заключение хочется пожелать терпения и веры в успех преодоления любых школьных трудностей. Важно, чтобы в любой ситуации ребенок чувствовал поддержку родных, готовность прийти на помощь и порадоваться успеху вместе. Не забывайте похвалить ребенка даже за «незначительные» с Вашей точки зрения успехи.

Вместе с тем следует помнить, что от того момента, когда ученик начнет читать самостоятельно и пересказывать прочитанное до того момента, когда у него появится желание взять с полки книгу и прочитать ее, пройдет не один год, а два-три года. Всё это время родители должны читать детям вслух те произведения, которые они еще не в силах прочитать самостоятельно, но которые им интересны. Только тогда чтение станет потребностью, и человек станет не только читателем, но и успешным учеником.

Выявление причин школьных трудностей и их устранение может не только способствовать решению многих проблем, среди которых главными являются социальная адаптация и устранение конфликтов, как между членами семьи, так и между семьей и школой, но и сделать учебу не тяжелой повинностью, а интересной дорогой открытий.

## «ГРАНИЦЫ ДЛЯ ДЕТЕЙ. ПОЧЕМУ ОНИ НЕОБХОДИМЫ?»

*Т.И. Пика,*

*Методическая служба по ранней профилактике социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

Редко кто из родителей не задумывается о воспитании в своих детях таких качеств характера, как ответственность, уважение к законам, инициатива и самостоятельность. В чем же секреты воспитания, какие знания и навыки нужны при этом самим родителям?

Одна из родительских иллюзий, что воспитать ребенка можно наставлениями, угрозами и убеждениями. Дело в том, что маленькие дети не обладают таким понятийным багажом, как взрослые, и наши слова часто понимают совсем иначе, а то и вообще ставят слуховую блокаду, особенно длинным речам и негативным интонациям. Ребенок не приходит в мир способным контролировать себя, он пытается подчинить себе окружающих. Только с помощью взрослых он может научиться самоорганизации и ответственности.

Американские психологи Генри Клауд и Джон Таунсенд предлагают родителям воспитывать характер ребенка при помощи понимания и овладения им границами своего поведения.

- Границы для детей – это нормы и правила поведения. Порядок делает их жизнь понятной и предсказуемой, создает *чувство безопасности*.
- Знание и использование своих границ помогает уважать границы другого человека.
- Границы очерчивают круг, в рамках которого ребенок ответственен за свое поведение.
- Границы учат пониманию причинно-следственных связей и умению прогнозировать последствия своего поведения.
- Границы дают уверенность и возможность проявлять больше инициативы, способность к выбору.
- Границы учат говорить «нет», тому, что может привести к негативным последствиям.

При наличии четких границ у детей развиваются следующие качества:

- Четкое ощущение того, кто они такие
- Представление о том, за что они отвечают
- Способность самим делать выбор
- Понимание того, что если сделан правильный выбор, то все сложится хорошо, а если неправильный, то им придется страдать.

Воспитание границ потребует от родителей большого терпения, настойчивости, системы и согласованности в действиях всех членов семьи и, конечно, много любви к своим детям.

Формированию границ способствует принцип ощутимых последствий. (На примерах мы вместе выводим основные правила этого принципа). Разница между психологическими, т.е. отрицательными эмоциональными последствиями поступка, выражающимися в ухудшении отношений с детьми, и ощутимыми последствиями, которые отражают

причинно-следственные связи. Закон «Что посеешь, то и пожнешь». Следуя этому закону, ребенок получает в жизни много хорошего, он берет на себя ответственность за выбор.

Для этого родители должны обеспечить ребенку:

- необходимое количество свободы,
- право выбора,
- соблюдения причинно-следственных связей.

О воспитании и соблюдении правил (границ) в жизни ребенка и его родителей хорошо написано в книгах Ю.Б. Гиппенрейтер.

Ограничения, запреты. Требования обязательны в жизни каждого ребенка.

- Их не должно быть слишком много и они должны быть гибкими (помощь четырех цветных зон)
- Родительские требования не должны вступать в противоречие с важнейшими потребностями ребенка (шум и много движений)
- Ограничения, запреты и требования должны быть согласованы между взрослыми
- Тон требования скорее дружелюбно – разъяснительный, чем повелительный (предложения в безличной форме)
- Наказывать ребенка лучше, когда лишаешь его чего-то хорошего, чем делаешь ему плохое.

Многие родители задают вопросы: как приучить ребенка к требованиям и ограничениям и при этом сохранить добрые отношения?

Здесь нашими союзниками могут быть:

- Уважительный и доверительный тон разговора взрослого и ребенка,
- Настойчивость и согласование в действиях всех членов семьи,
- Принятие и терпимость,
- Любовь и нежность.

По этому вопросу известный американский психолог Карл Роджерс разработал метод «эмпатического слушания», т.е. «активного слушания». Этот метод пока не нашел широкого применения в нашей стране, но те родители, кто приняли его, говорят о значительных переменах во взаимоотношениях с детьми и о своих личностных изменениях. Об этом можно прочитать в книгах Ю.Б. Гиппенрейтер.

**Правила «активного слушания»:**

- Желательно, чтобы ответы ребенку звучали в утвердительной форме, а не вопросом.
- При разговоре – глаза в глаза с ребенком и не заниматься при этом никаким делом
- При беседе «держат паузу», не сразу реагировать, дать ребенку самому подумать.
- Сначала повторить, что как вы поняли, случилось с ребенком, потом обозначить его чувство «назвать по имени».

**Результаты активного слушания:**

- Ослабевает и даже исчезает отрицательное переживание ребенка (разделенная радость удваивается, разделенное горе уменьшается).
- Ребенок начинает много говорить о себе.

- Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.
- Дети сами начинают активно слушать вас
- Взрослые становятся более чувствительными к нуждам детей.

**Примеры активного слушания:**

- Ты очень расстроилась, и было обидно
- Тебе больно, ты рассердилась на доктора.
- Тебе хочется, чтобы я тебя тоже защищала.
- Было очень неловко и обидно.
- Ты испугалась, и чашечку очень жалко.
- Здорово! Я вижу ты очень рад.
- Очень досадно.
- Тебе она (шапочка) очень не нравится.
- Ты расстроился из-за того, что я не купил тебе шоколадку.
- Ты скучаешь без меня.

По окончании беседы с группой – работа по поиску разумных решений в конкретных жизненных ситуациях.

## «КОММУНИКАТИВНАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ. ШАГ НАВСТРЕЧУ»

*А.В. Ульянова*

*Образовательный центр «ВВЕРХ»,  
Методическая служба по ранней профилактике  
социального сиротства и семейного неблагополучия в г. Москве*

**Цель:** Развитие навыков коммуникативной компетенции

### **Задачи:**

- формирование понятия «конструктивное общение»;
- формирование и тренировка навыков конструктивного общения;
- рефлексия индивидуальных способов коммуникации.

**Форма проведения:** тренинг.

### **Структура тренинга**

- Представление. Сбор ожиданий.
- Разминка. «Услышь меня».

Цель: формирования понятия «послание».

Участники делятся на пары. Каждый участник в течение 1 минуты рассказывает своему партнеру то, что ему сейчас хочется рассказать или просто пришло в голову. Партнер слушает и пытается понять, что человек пытается донести до него таким образом. Затем партнеры меняются ролями. Рефлексия упражнения в общем круге: получалось ли просто слушать, получилось ли услышать партнера, как партнер себя чувствует, в чем было его послание.

### **1. Ведущий рассказывает о том, что такое послание.**

В межличностных отношениях мы довольно часто сталкиваемся с тем, что психологи называют посланием. Послание – это главная идея, суть, смысл, то, ради чего должен состояться акт общения. Мы сами далеко не всегда понимаем, что на самом деле хотим сказать человеку. Наше послание содержится в невербальной информации, которую мы даем нашему партнеру по общению. Любой человек улавливает эти послания, но в силу разных причин либо не замечает, либо не придает им большого значения или наоборот бессознательно реагирует только на них. Часто это бывает причиной для ссор и недопонимания.

Абсолютно точно можно утверждать, что общение даже с самым маленьким человеком должно быть честным и искренним, потому что сложность взрослого мира: подтексты, недоговоренности, замалчивания чувствуются порой даже острее ребенком и лишь вводят его в состояние тревоги, а не облегчают ему жизнь, как нам часто кажется.

Каждый член Вашей семьи (муж, родители, братья, сестры, ребенок) – отдельная, особенная личность, требующая специального подхода и особых отношений. Каждые из этих отношений должны строиться на честности и открытости. Лишь это гарант построения прочной конструктивной семейной системы.

Для каждой личности, в том числе и для Вашей, в этой системе должно быть место. Для Ваших желаний, потребностей. Поиск того самого баланса, в котором Вам и Вашему партнеру по общению будет комфортно – это довольно увлекательный, местами даже веселый процесс. Сейчас мы сделаем упражнение, которое Вам это докажет.

### **Упражнение «Кот-дом» (автор Рязанова Д.В.)**

Цель: Осознание своих стратегий взаимодействия в общении при конфликте интересов; формирование навыков партнерских отношений, умения понимать и чувствовать друг друга.

Участники делятся на пары (выбирая другого партнера), договариваются, кто будет первым, кто вторым. Задание участникам № 1 в парах (слышат только они) – нарисовать дом, участникам № 2 – кота. Упражнение должно проходить в полной тишине, разговаривать нельзя. Каждая пара получает лист бумаги и один фломастер на двоих. Необходимо взять фломастер одновременно (!) обоим партнерам и выполнить полученное задание.

Рефлексия упражнения: пары показывают свои рисунки, рассказывают, что чувствовали во время выполнения задания, что мешало, а что помогло справиться.

### **2. Завершение**

Цель: обобщение опыта.

Участник снова делятся на пары. В течение 5 минут ведут диалог о том, что понравилось, что не понравилось во время тренинга. Задача участников соблюдать только одно правило: говорить только о себе (начинать свою мысль, словами: «Я чувствовал...», «Мне было...», «Я благодарен за...»)! Партнер может задавать уточняющие вопросы. Затем участники меняются. В общий круг участники выносят резюме своего разговора в парах.

## Список литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как?
2. Гордон Т. Тренинг эффективного родителя (Parent Effective Training – PЕТ)
3. Млодик И. Книга для неидеальных родителей.
4. Тимошенко Г., Леоненко Е. Как общаться с ребенком, чтобы он рос счастливым, и оставаться счастливым, общаясь с ним.
5. Фабер А., Мазлиш Э. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили.
6. Варга А.Я. Введение в системную семейную психотерапию. Краткий лекционный курс.
7. Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В. Психология и психотерапия семьи.
8. <http://ru.wikipedia.org>
9. Сушко Н.Г. Скрытое социальное сиротство как социально-психологический феномен // Вестник ТОГУ, 2009. - № 2(13). С. 269-276
10. Прихожан А. М. Психология сиротства. СПб., 2005.
11. О положении семей в городе Москве. Аналитический доклад. М.: 2011.
12. Синельников А.Б. Типы семей и демографическая политика России // Демографические исследования № 4
13. Василькова Ю.В. Методика и опыт работы социального педагога. М., 2000.
14. Василькова Ю.В. Социальная педагогика. М., 2000
15. Брутман В.И. Девиантное материнское поведение // Консультативная психология и психотерапия 1996. №4.
16. Брутман В.И., Варга А.Я., Хамитова И.Ю. Влияние семейных факторов на формирование девиантного поведения матери // Журнал практической психологии и психоанализа 2002. № 3
17. Антокольская, М.В. Семейное право. - М.: ВЛАДОС, 2000.
18. Варывдин, В.А. Управление системой социальной защиты детства: учеб. пособие для вузов. - М.: Пед. общество России, 2005.
19. Кракрасницкая, Г.С. Усыновление: вопросы и ответы // Методика и опыт работы социального педагога. - М.: Академия, 2001. - С. 78-90.
20. Министерство образования и науки РФ. Защита семейных прав несовершеннолетних детей органами опеки и попечительства // Официальные документы в образовании. - 2008. - №28. - С. 69-78.
21. Особенности развития личности ребенка, лишенного родительского попечительства / под ред. В.С. Мухиной. - М.: Прометей. 2001. - 72 с.
22. Осипова, И.О. Государственная стратегия предотвращения социального сиротства // Семья в России. - 2008. - №3. - С. 46-50.
23. Права детей // Международные акты о правах человека: сб. док. / сост., авт. вступ. ст. В.А. Карташкин, Е.А. Лукашева. - М., 1998. - Разд. 9. - С. 268-323.
24. Практическая психология для учителей и родителей / под ред. В.М. Глазунова. - М.: Полиграфсервис, 1999. - 68 с.
25. Семейное законодательство Российской Федерации: сб. нормат. док. - М.: Вершина, 2003. - 160 с.
26. Смоленский, М.Б. Право социального обеспечения для студентов вузов [Текст] / М.Б. Смоленский. - Ростов н/Д.: Феникс, 2005. - 123 с.



