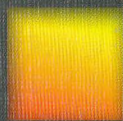
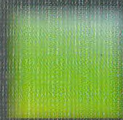


О.В. Хухлаева

ШКОЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ



О.В. ХУХЛАЕВА

ШКОЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

Работа с родителями



МОСКВА
2008

УДК 373.2.015.3

ББК 74.3я73

X 987

Серия «Психология в образовании»

Хухлаева О.В.

X 987 Школьная психологическая служба. Работа с родителями. —
М.: Генезис, 2008. — 160 с.

ISBN 978-5-98563-135-7

Книга входит в серию изданий, посвященных основам работы школьной психологической службы. Работа с родителями является одним из важнейших направлений деятельности школьных психологов. В книге изложены цели, задачи и общие принципы организации такой работы, описаны ее групповая и индивидуальная формы, проанализированы основные проблемы и барьеры. Кроме того, представлены сценарии тематических семинаров и другие материалы, необходимые психологу для практической работы с родителями.

Книга предназначена для школьных психологов.

ISBN 978-5-98563-135-7

УДК 373.2.015.3

ББК 74.3я73



© Хухлаева О.В., 2008

© Издательство «Генезис», 2008

Большое спасибо коллегам-психологам Ломоносовской школы г. Москвы *Н.Г. Вираховской*, *А.С. Кривцовой*, *Л.А. Кобзевой*, *Т.В. Макаровой*, принимавшим участие в разработке материалов, вошедших в данную книгу, а также директору основной и старшей школы *Н.В. Локаловой* за поддержку и энтузиазм в работе с педагогами.

ВВЕДЕНИЕ

Зачем необходима работа с родителями?

Сегодня нередко в средствах массовой информации, на педагогических конференциях, педсоветах и родительских собраниях обсуждается вопрос: кто в ответе за воспитание ребенка — семья или школа? Педагоги обычно единодушны — все идет из семьи (чаще плохое). Родители не соглашаются: «В школе дети проводят больше времени. Мы их видим только вечером». А иногда даже заявляют: «Дома у нас не ругаются матом. Не курят... Этому они у вас в школе научились».

Так кто же ответственен за то, чтобы социализация ребенка осуществлялась успешно, чтобы он мог нормально учиться, общаться, развиваться? Наверное, сегодня однозначного ответа нет. Но всегда ли было так?

Отнюдь нет. Еще несколько сот лет назад этот вопрос вообще не вставал. Гармоничное развитие ребенка и его успешная социализация обеспечивались системой обрядов, обычаев, передаваемых от поколения к поколению. Можно сказать, что существовал внешне не видимый контроль общества за приобретаемыми ребенком качествами. В некоторых культурах имелись даже своеобразные «экзамены» на степень развития, например, подростковые инициации — обряды-испытания, сопутствующие переходу ребенка из детства во взрослый период.

Однако по мере отступления от традиционной культуры и развития цивилизации подобная психологическая

поддержка исчезла. Семья оказалась один на один с проблемой выбора целей и средств воспитания ребенка и была не всегда в силах справиться с этой задачей. Единственный общественный институт, который может сегодня помочь семье, — это школа: ее педагогический коллектив и, конечно, психолог.

Поэтому работа с родителями является одним из важнейших аспектов работы школьного психолога. Понятно, что она должна быть интегрирована с другими аспектами его деятельности и направлена на осуществление общей цели психологической службы школы.

Глава 1

ГРУППОВАЯ РАБОТА С РОДИТЕЛЯМИ

1.1. Цель и общая логика групповой работы с родителями

Работа с родителями — одно из важнейших направлений деятельности школьной психологической службы, целью которой является сохранение психологического здоровья детей. Существует две формы взаимодействия с родителями: *групповая* и *индивидуальная*.

Мы полагаем, что целью *групповой работы* с родителями является формирование общего воспитательного «поля» вокруг ребенка, обеспечивающего согласованность (непротиворечивость) действий взрослых (психологов и родителей). Именно согласованность является важнейшим условием эффективности работы. Иначе может возникнуть ситуация, как в известной басне Крылова «Лебедь, рак и щука».

В чем причина возможной несогласованности? Почему действия родителей нередко противоположны поступкам педагогов и психологов? Почему мамы и папы, желая ребенку добра, на самом деле действуют ему во вред, что приводит к существенным нарушениям в развитии маленького человечка? Причины могут быть разными.

Прежде всего нужно отметить недостаток или полное отсутствие знаний у родителей о закономерностях разви-

тия детей, о трудностях, которые могут появиться по мере их роста и взросления, поскольку в популярной литературе, выпускаемой в России, такие вопросы практически не рассматриваются.

Следующее, что стоит упомянуть, не всегда осознанные, а порой и стихийные действия родителей, воспитывающих своих детей так же, как воспитывали их самих, либо полностью противоположным образом. Однако быстрая смена социально-экономических условий в стране приводит к тому, что такой подход становится абсолютно неэффективным. В особенности это касается людей с высоким статусом и уровнем дохода, у которых отсутствует опыт воспитания детей в новых обстоятельствах.

Необходимо также иметь в виду, что во взаимодействии с ребенком у родителей могут актуализироваться собственные проблемные зоны, например, одна из них: восприятие школьных результатов ребенка в качестве зеркала собственной успешности.

И наконец, следует отметить, что для родителей часто характерен односторонний взгляд на ребенка. Они наблюдают своего малыша только в семье, а ведь в школе он может проявлять себя совершенно иначе, чем дома. Поэтому родителям столь важно принимать участие в работе по созданию общего педагогического «поля». Но это не менее необходимо и для сотрудников школы. У психологов, к примеру, может быть излишне теоретизированное представление о путях развития детей. Кроме того, им недостает сведений о том, как проявляет себя ребенок вне школы. А знакомство с семьей позволяет глубже понять ребенка, организовать ему более эффективную поддержку.

Исходя из этого, можно выделить следующие задачи работы с родителями:

- согласование ценностных основ воспитания, то есть определение того, какие приоритетные ценности хотят привить ребенку взрослые;
- согласование проблемных и ресурсных областей в развитии детей, то есть определение того, какие проявления считать проблемными и к каким следует стремиться, «прорисовывание» желаемого образа ребенка;
- согласование поведенческих воздействий в отношении детей, то есть определение зон ответственности родителей и педагогов, выяснение, кому и как воздействовать на ребенка дома или в школе, чтобы добиться желаемых перемен.

Такая обоюдная работа по формированию единых ценностей, идеального образа ребенка и воспитательных воздействий особенно необходима в современной России, где широко представлены культуры различных этносов и социальных групп, что может стать причиной возможных рассогласований в вопросах воспитания ребенка. К примеру, в каждой культуре имеется свой тип идеальной личности, который служит образцом для взрослых в воспитании детей. Понятно, что таких эталонов может быть несколько в соответствии с полом и ролевым статусом. Также культура влияет на темперамент и опосредованно на личностные характеристики ребенка. Имеется в виду, что для той или иной культуры предпочтительнее определенный темперамент, который, в свою очередь, воздействует на формирование преимущественных качеств личности. Накладывает отпечаток на воспитание и типичное отношение родителей к детям, принятое в данном обществе.

Таким образом, принадлежность взрослых (в школе и дома) к различным этносам и социальным группам может привести к рассогласованию воспитательных воздействий.

Однако, говоря о взаимодействии родителей и психолога, следует признать, что активной стороной здесь является именно психолог. Он организует работу с родителями и предлагает им для освоения свое информационное «поле», в котором выделены различные аспекты возрастной, педагогической, практической психологии, представляющие интерес и ценность для семьи. Работа с родителями будет эффективной, если она строится с опорой на следующие принципы.

Первый — обеспечение эмоциональной безопасности родителей. Деятельность психолога как область, родителям неизвестная, может вызывать у них страх неопределенности, новизны. А как известно, перемены у современных россиян и так не всегда вызывают позитивные чувства. Поэтому вначале работа должна быть организована через знакомые, понятные формы. *«Если родитель отказывается от взаимодействия с психологом, значит, у него есть на это причины».*

Второй — это открытость, или конгруэнтность, психолога и умение избегать негативного переноса на родителей. Это означает, что психолог осознает и принимает свои истинные чувства, поэтому может быть открытым в отношениях с родителями. А возникающие обиду, раздражение, злость, страх умеет исключать из процесса взаимодействия. Поэтому он дает родителям право скептически относиться к своим советам, возможность иметь и проявлять самые разные эмоции. *«Если родитель испытывает в отношении психолога негативные чувства, это не означает, что работа с ним бесперспективна».*

Третий — необходимость мотивирования родителей к взаимодействию с психологом различными способами. Как уже говорилось, большинство людей ничего не знают о роли психолога и его возможностях. Поэтому может возникнуть либо страх взаимодействия (вдруг специалист увидит то, что не хотелось бы показывать), либо недооценка его значимости. И в том, и в другом случаях появляется стремление избежать общения. Мотивирование необходимо еще и потому, что взаимодействие с психологом может актуализировать у родителей собственные внутриличностные конфликты. Поэтому мотивация к взаимодействию должна быть сильнее их собственного сопротивления совместной работе. *«Если родитель не приходит на встречу к психологу, это означает, что его неправильно позвали».*

Опираясь на рассмотренные принципы, мы считаем, что нужно начинать работу с таких форм взаимодействия, в которых от родителей требуется минимальная активность. Сначала следует использовать знакомые и привычные способы общения, а по мере возникновения доверия включать менее определенные и знакомые методы, постепенно повышая активность родителей. «Лесенку» методов можно представить следующим образом:

1. *Информационные методы:* информационные тексты, устные информационные сообщения, информационные лекции.

2. *Проблемные методы:* проблемные лекции, «круглые столы», детско-родительские мероприятия, тренинги.

Остановимся на каждой из перечисленных форм работы подробнее и приведем конкретные примеры.

1.2. Информационные методы

Информационные тексты

Информационные тексты дают родителям возможность не только получить полезные знания, но и осознать собственную родительскую позицию. Они должны быть написаны понятным языком и достаточно кратко. Тексты можно разместить на специальных стендах для родителей или оформить в виде бумажных вклеек в дневники учащихся, также их можно раздавать родителям на собраниях.

В информационных текстах полезно представлять сведения о возрастных особенностях детей или давать общие рекомендации родителям по помощи ребятам в разрешении возрастных задач развития. В названиях желательно включить такие знакомые всем слова, как «особенности», «рекомендации» — они обеспечат родителям чувство безопасности при чтении. Приведем практические примеры.

Пример

Возрастные особенности учащихся

Первый класс

Главная особенность детей этого возраста — первичное осознание позиции школьника, прежде всего через новые обязанности, которые ребенок учится выполнять. Появляется острое желание быть успешным в учебе. Для первоклассника это означает то же, что быть хорошим и любимым. Ребенок убежден в том, что у него должно все получаться, поэтому сильно переживает свои неудачи, не всегда понимает их причины.

Учебная деятельность эффективнее осуществляется в условиях игры, наличия элементов соревновательности. Ребе-

нок хорошо запоминает, когда не только слышит информацию, но и видит ее наглядное отображение, имеет возможность потрогать учебные материалы.

Внимание и память в основном произвольны, поэтому для концентрации ребенку требуется внешняя помощь (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). Внимание во многом определяется темпераментом. Отвлекаемость на занятиях довольно высока, а контролировать свои действия (например, проверить наличие ошибок в написанном тексте) малыш еще умеет плохо.

Учитель становится самой значимой фигурой. Его похвала или порицание часто более важны, чем оценка родителей.

Следует иметь в виду, что в случае эмоциональной усталости у ребенка может проявляться «детское» поведение: плач, капризы, желание телесных контактов.

Второй класс

В это время происходит активное освоение учебной деятельности. Ребенок, побуждаемый взрослыми, уже начинает оценивать причины своих достижений и неудач, то есть развивает познавательную рефлексию. Присутствует острое желание быть успешным в учебе, что для ребенка равнозначно тому, чтобы быть хорошим и любимым. Поэтому у некоторых детей появляется тенденция к снижению самооценки. Например, ребенок думает о себе так: «Я нехороший, потому что плохо пишу или читаю». Эта тенденция может закрепиться, если ребенок считает, будто родителей очень огорчают его неудачи.

Следует иметь в виду, что у некоторых детей возможно снижение творческих способностей, стремления фантазировать за счет приобретения навыков действовать по образцу.

В это время активно развивается воля ребенка. Он учится сдерживать свои непосредственные импульсы, учитывать желания других людей. Начинают формироваться произвольные внимание и память. Но для длительной концентрации

ребенку требуется внешняя помощь (интересные картинки, звуковые сигналы, игровые ситуации). Внимание зависит не только от воли ребенка, но и от его темперамента. Устойчивость внимания снижается к концу дня, недели, учебной четверти, после длительных заболеваний.

Учитель продолжает оставаться значимой фигурой. Но возникает более личностное отношение к нему, стремление к общению на переменах, прогулках.

Появляется способность дифференцировать личностные качества сверстников.

У некоторых детей может наблюдаться сильное стремление к лидерству, начинается соперничество между ребятами.

Постепенно развивается способность к сотрудничеству в играх и учебе. Дети учатся договариваться, уступать друг другу, распределять задания без помощи взрослых. Но это дается им пока еще трудно.

Ребенок начинает осознавать свою роль в семье, оценивать отношения между родителями. Глубоко страдает, если они его не удовлетворяют.

Третий класс

В этом возрастном периоде продолжается освоение учебной деятельности. Ребенок пытается оценивать причины своих достижений и неудач, выбирать способы предотвращения последних, то есть развивает познавательную рефлексию.

Возможно существенное снижение творческих способностей, стремления фантазировать за счет появления навыков действовать по образцу, следовать инструкции.

В этом возрасте у ребенка по-прежнему присутствует острое желание быть успешным в учебе, что для него синонимично тому, чтобы быть хорошим и любимым. Поэтому у некоторых детей происходит снижение самооценки, например, ребенок думает о себе так: «Я плохой, потому что не так

пишу или читаю». Эта тенденция может закрепиться, если ребенок считает, будто родителей очень огорчают его неудачи. Он перестает верить в свои возможности. В наиболее сложном варианте он уже не стремится быть успешным, начинает лениться, думая о себе так: «Я не могу быть хорошим, поэтому и незачем стараться».

У некоторых детей закрепляются социальные страхи: сделать что-то не так, допустить ошибку. Это приводит к снижению качества контрольных работ, трудностям в выполнении творческих заданий.

Включение в учебную деятельность игр, соревнований может существенно повысить ее эффективность.

Ребенок лучше запомнит, когда не только услышит информацию, но и увидит ее наглядное отображение.

Продолжает активно развиваться воля ребенка. Он пытается сдерживать свои непосредственные импульсы, учитывать желания других людей. Учится преодолевать трудности, не пасовать перед ними.

Развиваются произвольное внимание и память. Но концентрация может снижаться к концу дня, недели, учебной четверти, после длительных заболеваний.

Ребенок становится более критичным по отношению к педагогу, может сформулировать, что ему в учителе нравится, а что не по душе.

Появляется способность хорошо дифференцировать личностные качества сверстников. Ребенок может обосновать причины выбора друга или свое нежелание дружить.

У некоторых детей наблюдается сильное стремление к лидерству, острое переживание при невозможности его реализовать.

Интенсивно развивается способность к сотрудничеству в играх и учебе. Дети учатся договариваться, уступать друг другу, распределять задания без помощи взрослых. В этот период сотрудничества может наблюдаться тенденция к образованию группировок, некоторой враждебности между их лидерами.

Ребенок хорошо осознает свою роль в семье, оценивает отношения между родителями. Глубоко страдает, если они его не удовлетворяют. Появляется желание иметь больше свободы. Излишне сильная опека угнетает.

Начинают осознаваться ценностные представления о жизни.

Четвертый класс

В это время у детей заканчивается формирование основных новообразований младшего школьного возраста, что сравнимо с закладкой фундамента дома. Поэтому можно сказать, что заканчивается строительство фундаментальных характеристик ребенка, на основе которых будет продолжено развитие в подростковом возрасте.

Однако надо иметь в виду, что дети развиваются неравномерно вследствие особенностей темперамента, типа нервной системы, здоровья, семейной ситуации и специфики семейного воспитания. Следовательно, у ребенка одно новообразование может быть уже сформировано, а другое находиться в зачаточной стадии, поэтому он нуждается в помощи.

Прежде всего отметим формирование произвольности познавательных процессов: внимания, памяти.

Следующее важнейшее новообразование — познавательная рефлексия: способность к осознанию причин учебных неудач и успехов.

Дальнейшее развитие получает и личностная рефлексия. Ребенок постепенно начинает узнавать и дифференцировать свои личностные качества. В этом возрасте происходит первичное осознание потребности в саморазвитии. Младший школьник уже способен осмыслить противоречие между своим реальным и идеальным Я, между способностями и возможностями, между «могу» и «хочу» — и соответственно понять некоторые аспекты внутреннего источника своей активности.

Осознанными для ребенка становятся права и обязанности. В это время очень важно обратить внимание на то, чтобы

он перестал делать акцент только на своих правах («Я так хочу»), что свидетельствует о некоторой социальной незрелости, а принял необходимость выполнения обязанностей.

Становится устойчивой самооценка ребенка. Он может адекватно судить о своих достоинствах и недостатках.

Важно помнить, что в этот период в образ Я включается чувство «умелости, компетентности», то есть осознание собственной способности хорошо выполнить порученное дело. В противном случае может сформироваться чувство глубокой неполноценности.

Большую зрелость приобретает общение. Если говорить об отношениях со взрослыми, нужно иметь в виду, что в это время должно произойти изменение отношения к значимым фигурам. Дети начинают относиться к значимым взрослым как к обычным людям, обладающим своими достоинствами и недостатками, и если раньше учитель воспринимался ребенком как существо, не подлежащее критике, то теперь дети начинают более реалистично оценивать происходящее. Началом такого процесса является стремление ребенка заметить и обсудить достоинства и недостатки педагога, окончанием — умение сравнивать своего учителя с другими взрослыми.

Сверстники становятся более значимыми. Их мнение часто превалирует над оценками взрослых. Развивается сотрудничество, формируется способность интересоваться другими людьми и принимать участие в их делах. Активизируется межполовое общение. Например, мальчики могут соперничать друг с другом и привлекать внимание девочек различными способами: подарками, ссорами и т.п. (и наоборот).

Происходит первичное осознание ценностных ориентаций. Дети усваивают разницу в социальных статусах, вырабатывают к этому собственное отношение.

Мы перечислили позитивные новообразования, однако нужно помнить, что в этом возрасте есть риск появления и негативных. Начинают активно развиваться нормативные социальные страхи: боязнь не соответствовать общепринятым

нормам, образцам поведения (страх сделать что-то не так, опоздать и т.п.). Появляется опасность перерождения нормальных страхов в невротические.

Пребывание в периоде «завершение детства — переход к взрослости» может выражаться в повышении эмоциональности реагирования на трудности, появлении чувства одиночества, ощущении собственной ненужности.

Помимо коротких письменных сообщений, можно подготовить для родителей и более развернутые информационные тексты — статьи по разным актуальным темам. Их имеет смысл размещать на школьном сайте или в школьных альманахах, газетах и т.п. Примеры статей приведены в *Приложении*.

Устные информационные сообщения

Устные информационные сообщения представляют собой достаточно короткие выступления психолога на родительском собрании — в процессе знакомого и безопасного для родителей школьного мероприятия. Устные сообщения так же, как информационные тексты, дают взрослым возможность не только получить полезные знания, но и понять собственную родительскую позицию. Такие встречи помогают мамам и папам привыкнуть к наличию в их жизни психолога как значимого лица. Мы полагаем, что психологу нужно присутствовать на каждом собрании, проводимом в классе, в параллели или в школе в целом. Причем следует договариваться с организаторами о том, чтобы выступить в начале либо в середине мероприятия.

Сообщение должно быть тщательно подготовлено. Для начала задайте себе самому вопрос: с чем (какими мысля-

ми или чувствами) должны уйти родители с собрания? После этого подумайте о содержании, которое позволит точнее реализовать вашу цель. Свое выступление подкрепите эмоциональными примерами, они привлекут внимание родителей и сыграют роль красивой обертки, без которой вряд ли кто согласится купить даже самую вкусную конфету.

Если у психолога опыт публичных выступлений невелик, стоит прорепетировать перед зеркалом, обратив внимание на собственную позу и жесты, которые должны быть открытыми. Приведем примеры.

Примеры

Текст сообщения для родителей пятиклассников (август, сентябрь)

Тема: «Взаимодействие семьи и школы».

Цель: мотивировать родителей к более тесному взаимодействию с педагогами и психологами.

Как вы полагаете, может ли один и тот же ребенок быть одновременно самостоятельным и несамостоятельным; тихим, послушным и резко нарушающим правила поведения?

Может, если речь идет о школе и доме. Как ни парадоксально, но бывают ситуации, когда ребенок дома умеет разогреть себе еду, следит за порядком в своей комнате, а в школе требует постоянной опеки педагогов: не может подготовиться к уроку, не слышит вопроса учителя, не выполняет требований, забывает что-либо сделать.

Именно потому, что ребенок может быть разным, так важно нам, взрослым, видеть целостную картину его поведения и на ее основании вырабатывать общую схему взаимодействия с ним.

Особую остроту проблема объединения усилий педагогов, родителей и психологов приобретает сейчас, с началом под-

росткового периода, когда дети начинают отделяться от взрослых и отстаивать свою самостоятельность любыми доступными средствами: грубостью, стремлением нарушить требования, отказом от каких-либо действий.

Поэтому перед нами встает задача не потерять доверия ребенка, понять его. Для этого надо увидеть его разным.

В связи с этим хотелось бы сделать наше взаимодействие более активным, чтобы инициатива чаще исходила от заинтересованных родителей, даже если в семье нет острых тревожащих проявлений.

* * *

**Текст сообщения для родителей пятиклассников
(вторая половина года)**

Тема: «Первые проявления подросткового периода».

Цель: показать естественность первых проявлений подросткового возраста, содействовать эффективному взаимодействию родителей с подростками.

Многие из нас заметили, что дети вдруг изменились, они теперь не такие, как раньше. С ними стало труднее общаться, о них приходится больше беспокоиться. И кажется, что это происходит только у меня, только с Сашей или Варей. Дети наши просто начали взрослеть. Кто-то потихонечку делает только первые шаги, а кто-то уже активно «пробует» взрослость. Давайте порассуждаем, что же происходит с нашими детьми (или произойдет совсем скоро).

Прежде всего стоит обратить внимание на эмоциональное взросление детей. Оно включает открытие своего внутреннего мира и поиски схожего с ним. Теперь целью общения становится не игра, а познание окружающих. А через них — себя. Как следствие этого, обычно наблюдается распад эмоциональных связей в группе, возникают непостоянные дружеские связи: «сегодня с одними, завтра с другими». По-

скольку свой внутренний мир кажется еще таким хрупким и беззащитным, происходит снижение самооценки. Во взаимоотношениях со сверстниками это может проявляться как желание сказать другому то, что сам боюсь услышать. К примеру, один ребенок отвечает, а другой комментирует: «Глупость какая!» Или если один ошибается, то другой добавляет: «Ой, да он всегда так делает», — а остальные смеются.

В отношениях с родителями это может проявляться как обостренное желание поддержки, возникает ревность к младшим детям, придумываются ситуации, чтобы мама пожалела.

Помимо эмоционального взросления, нужно выделить и поведенческое. Оно выражается прежде всего в борьбе за самостоятельность, требованиях позволить делать все, что хочется, в повышенной обидчивости, раздражительности. Дети отчаянно отстаивают то, что запрещают взрослые, даже если в этом нет необходимости.

Можно выделить также желание ребят попробовать себя в новых ролях, например: «Сотру оценку, что получится? Откажусь делать домашнее задание — что будет?»

Как вы полагаете, взросление — это хорошо или плохо? Конечно, хорошо, но случаются некоторые осложнения, которые стоит учитывать.

Прежде всего это возможное переутомление учащихся. После четвертого урока многим сложно спокойно сидеть, выдерживать темп, у детей наблюдается снижение концентрации внимания.

У некоторых учащихся появляются психосоматические симптомы.

Могут возникать конфликтные ситуации в семье.

Мы полагаем, что в этот важный период родителям необходимо:

- осознавать начало взросления детей, принимать это как должное;
- расширять сферу проявления самостоятельности детей, обучать их самостоятельным действиям, не стремиться вернуть контроль над ними;

- реалистично оценивать возможности ребят, давать им право на ошибку;
- оказывать поддержку, подчеркивая ценность, уникальность чувств и мыслей каждого.

* * *

**Текст сообщения для родителей учеников 7—8 классов
(любое время учебного года)**

Тема: «Возрастные особенности учащихся».

Цель: показать естественность проявлений негативизма и стремления подростков познавать себя, содействовать эффективному взаимодействию родителей с детьми.

Специфика данного возраста хорошо описывается с применением частицы «НЕ»:

- не хотят учиться так, как могут;
- не хотят слушать никаких советов;
- не убирают за собой;
- не помогают дома по хозяйству;
- не приходят вовремя.

Встает вопрос: почему? Мы работаем, стараемся все им отдавать, покупаем разные вещи. А они НЕ...

Что делать, чтобы «НЕ» употреблялось реже?

Попробуем разобраться.

Основное содержание возрастного периода можно сравнить с вакцинацией — это время, когда подросток сам ставит себя в определенные ситуации, выполняющие функции прививки. Что происходит во время прививки? В организм попадают некие вредные вещества, которые заставляют его вырабатывать иммунитет. Поэтому когда возникнет угроза реального заболевания, организм уже знает, как реагировать на него. Так же и в жизни. Подростки бросаются в активное узнавание различных сторон бытия, иногда даже представляющих опасность, активно пробуют себя в новых ипоста-

сях. Они не нуждаются в советах, ведь им нужны собственные ошибки — жизненные прививки.

Как это выглядит? Подростки пробуют курить, целоваться, обниматься, использовать ненормативную лексику, употреблять спиртные напитки. Подчеркнем еще раз, что целью является сам факт опробования, а не получение удовольствия. Так они познают себя, свои возможности. А что будет, если пресечь это на корню: ведь это же вредно для здоровья, вдруг привыкнут? Возможны различные варианты. Самым распространенным является «ядерный взрыв» в более позднем возрасте, когда, к примеру, молодой человек «ударяется» в секс, алкоголь, рискованные виды спорта, не имея иммунитета, не зная, как это делается, не обладая самоконтролем. Последствия легко представить. Другой вариант — страх таких действий вплоть до внутренней паники. Отказ от вечеринок, межполового общения вплоть до ухода к виртуальным партнерам. Так, значит, давать им попробовать? Да. Но одновременно и нет.

Одного опробования для дальнейшей успешной жизни недостаточно. Необходимо, чтобы подросток осваивал взрослую позицию «Я признаю, что хотеть могу не только я, но и другие люди. Я отдаю» и постепенно оставлял детскую «Я хочу, я беру». Что для этого нужно? Прежде всего, чтобы подросток имел возможность вносить реальный вклад в жизнь своей семьи.

Поэтому полезно составить договор о правах и обязанностях ребенка. А на каникулах предоставить ему возможность где-нибудь поработать.

И тогда многие из тех «НЕ», с которых мы начали свой разговор, постепенно будут уходить из жизни подростка. Он будет учиться не потому, что его заставляют, а понимая, что это нужно ему. Будет сообщать, когда задерживается, потому что из взрослой позиции пожалеет маму.

Информационные лекции

Информационные лекции представляют собой выступления, в которых дается более подробная, чем в устных сообщениях на родительских собраниях, информация о возрастных особенностях ребенка, возможных трудностях на пути развития, оптимальных и недопустимых действиях мам и пап. Они не только расширяют информационное поле родителей, но активно побуждают их к рефлексии собственной родительской позиции.

На лекции необходимо приглашать родителей специально. В этом их принципиальное отличие от сообщений на родительских собраниях. Поэтому повышается ответственность психолога за подготовку данного мероприятия. Лекция должна быть проведена так, чтобы родители поняли, что она им необходима, и пришли в следующий раз.

Пример

Конспект лекции для родителей первоклассников

Тема: «Позиция школьника и ее влияние на учебную деятельность».

Цель: способствовать осознанию родителями позиции школьника и ее влияния на учебную деятельность. Мотивировать их к оказанию помощи в формировании позиции школьника у детей.

Что есть школа для ребенка? Место, где дети общаются друг с другом? Или место, где они приобретают знания и умения? Или, может быть, что-то еще? Для общения детей не стоило создавать столь сложный социальный институт, как школа. Знания можно получать и дома с учителем. Иногда это даже удобнее и дешевле, чем водить ребенка в школу.

Давайте осознаем, что школа является первым институтом социализации ребенка, то есть местом, где маленький человек осваивает необходимый ему в последующем социальный опыт. И здесь стоит выделить три основных момента. В древности считалось, что земля стоит на трех китах. В нашем случае *первый «кит»* — это знания и умения. *Второй* — взаимодействие со сверстниками, людьми близкого психологического статуса. *Третий* — взаимодействие с педагогами, то есть с людьми более высокого социального статуса в данной ситуации. Понятно, что выделить главного «кита» невозможно. Они тесно взаимосвязаны. К примеру, без освоения учебного взаимодействия с педагогом вряд ли будет возможно успешное получение знаний и умений, да и взаимодействие со сверстниками будет нарушено. Без умения ладить со сверстниками пребывание в школе станет эмоционально дискомфортным, общение с педагогом конфликтным, а приобретение знаний занятием неприятным и поэтому также неуспешным. Трудности в приобретении знаний тоже нарушат взаимодействие с педагогом, снизят статус ребенка в среде сверстников.

Итак, мы выделили три важнейших взаимосвязанных области, освоение которых предполагает накопление необходимого по возрасту социального опыта. Однако на практике взрослые обращают внимание лишь на одну из них, которую обычно называют учебной деятельностью, другие две остаются в тени, потому что их трудно оценить и не всегда легко увидеть. А важность их неоспорима, и влияние на так называемую учебную деятельность также теперь очевидно. Поэтому сегодня уделим внимание именно этим трем «китам» и назовем их позицией школьника. Еще раз напомним, что сюда входит, кроме получения знаний, умение организовать учебное и внеучебное взаимодействие со сверстниками и взрослыми.

Важно отметить, что фундаментом этого умения является опыт взаимодействия в семье. Он основывается на ролевых позициях, определяющих общение родителей с ребенком.

Можно условно выделить шесть основных родительских ролевых позиций по отношению к ребенку младшего школьного возраста:

1. «Забота — опека».
2. «Контроль — требования».
3. «Сверхзабота, беспокойство, сверхопека».
4. «Суперконтроль — супертребования».
5. «Наблюдение — отстранение».
6. «Слияние, ребенок — смысл жизни».

Интересно, что и педагог чаще всего реализует одну из этих ролей. Понятно, что ребенок, привыкший к определенному родительскому поведению (родительской роли), будет ожидать того же от педагога и испытывать трудности при встрече с другой позицией взрослого.

Давайте подумаем, какие ролевые позиции чаще встречаются дома, а реже в школе, и поэтому являются источником трудностей? Совершенно верно, это «суперконтроль», «сверхзабота», а также «слияние — смысл жизни».

А как же отношения со сверстниками? Если ребенок не посещал детский сад, то и на взаимодействие с ровесниками будут влиять ролевые позиции родителей. Давайте подумаем, как будет общаться с одноклассниками ребенок, родители которого реализуют различные ролевые позиции. Естественно, что родительские позиции «суперконтроль», «сверхзабота», «слияние» осложнят отношения ребенка со сверстниками.

Получается, что от того, как мы общаемся с детьми дома, во многом зависит их успешность в школе. Поэтому давайте совместно «нарисуем картинку» оптимального домашнего взаимодействия родителей и других воспитателей (бабушек, нянь) с ребенком... *(Далее идет групповое обсуждение этого вопроса.)*

Итак, мы рассмотрели «первые шаги» психолога в работе с родителями. Но именно от них во многом зависит, будет ли расти у родителей доверие к специалисту либо

возникнут опасение и страх, появится ли желание взаимодействовать, или общение вызовет беспокойство и агрессию. Поэтому давайте помнить, что это не только наши «первые шаги» к родителям, но и их «первые шаги» в психологию: их хочется сделать, но страшно упасть — вдруг будет больно?

1.3. Проблемные методы

Проблемные методы как путь активизации творческого потенциала родителей

Сейчас мы рассмотрим группу методов, которые называли проблемными. Главная их задача — не столько информирование родителей, сколько побуждение к размышлению о закономерностях развития ребенка, к поиску других, новых, непривычных способов воздействия. Мы считаем, что для решения этой задачи удобно опираться на работы в области психологии обучения, которые предлагают использование проблемных ситуаций для повышения эффективности учебного процесса.

Проблемной мы называем такую ситуацию, которая порождает у человека внутреннюю потребность к получению новых знаний, открытию новых способов действия, что является начальным моментом, источником творческого мышления. Обычно она создается, когда человек ощущает рассогласование между различными аспектами своего опыта, что создает у него потребность в его устранении через получение новых знаний и опыта. Можно предположить, что приобщение родителей к проблемным методам поможет им отойти от привычных, известных с

детства и не всегда эффективных стереотипов воздействия и подойти к воспитанию ребенка как к творческому процессу. Тогда взрослые смогут самостоятельно найти пути выхода из любой трудной ситуации. Поэтому не столь важно, чтобы родители участвовали именно в тех встречах, темы которых для них актуальны. Главное, чтобы они получали опыт творческого разрешения проблемных ситуаций.

Проблемные лекции

Это лекции, посвященные достаточно распространенным и поэтому значимым для родителей вопросам детства. В отличие от рассмотренных ранее письменных и устных информационных сообщений они полезны и психологам, которые могут получить некоторую обратную связь, узнать мнение родителей по тем или иным важным темам. Они проводятся в форме лекции-диалога, сообщения определенного предметного содержания, которое по ходу изложения сопровождается вопросами с целью организации дискуссии среди родителей.

Как говорилось ранее, лекция должна создать у родителей потребность в обсуждении данной темы и поиске новых способов взаимодействия с ребенком. Для этого в начале встречи используется «заброска в будущее» или «выход в настоящее», то есть рассматриваются проблемы, которые может вызвать неверное решение обсуждаемого вопроса в будущем или в настоящее время. При этом надо обязательно освещать проблемы с точки зрения родителей, а не педагогов или психологов. Обычно для мам и пап значимыми являются здоровье детей, их учебная или

профессиональная успешность, поэтому при мотивировании родителей нужно опираться на трудности именно в этих или аналогичных сферах.

Перед лекцией заранее следует повесить объявление с краткой аннотацией, поскольку родители могут не задумываться над тем, что данная проблема актуальна для их семьи, посчитают ее неважной и не придут на лекцию. Приведем примеры таких объявлений и соответствующих лекций.

Примеры

Конспект проблемной лекции для родителей

Тема: «Позитивная переориентация поведения детей».

Объявление

Представим себе семью, в которой царит взаимопонимание, где каждый прислушивается друг к другу. А если случаются конфликты, то разрешаются они без обид и каждый получает то, что хочет.

Уважаемые родители!

Если вам близок образ такой семьи и вы остро переживаете ситуации, когда ребенок непослушен и капризничает, вам жалко наказывать его, и в то же время вы сомневаетесь в выборе правильных форм реагирования на те или иные его поступки, мы приглашаем вас на семинар

«Позитивная переориентация поведения детей»,

который будет проводиться в рамках клуба

«Счастливый родитель»

в пятницу, 15 февраля, в 18.00, в кабинете № 6.

Представим себе, что ребенок вас не слушается. Например, не хочет вставать, хотя давно пора собираться в школу. Или совершает какой-то поступок, который кажется вам недопустимым, например, начинает громко кричать при гостях. Словом, демонстрирует то, что называется плохим поведением. Как мы обычно поступаем? Наверное, начинаем с замечаний. Расскажите, в какой форме?.. А потом, видимо, наказываем? Как мы это делаем?

Эффективно ли наше воздействие? Да, если под этим понимать лишь изменение поведения в данный момент. Но абсолютно неэффективно, если вспомнить, что регулярные наказания порождают страх. Иногда за этим следует формирование агрессивности, потому что родитель становится для ребенка прекрасным образцом соответствующего поведения.

Ребенок, привыкший вести себя прилично, опасаясь внешних воздействий, не развивает внутренний контроль над своим поведением. И безусловно, в отсутствие авторитетов он найдет способы действовать так, как он хочет, только с еще большей интенсивностью. Например, ребенок, который соблюдает все нормы приличия дома, потому что боится строгого отца, может стать школьным драчуном или злостным нарушителем дисциплины на уроках.

Но если наказание неэффективно, тогда как следует реагировать на так называемое плохое поведение ребенка?

Основная идея — необходимо воспринимать плохое поведение как информацию, как послание ребенка. «Что он говорит своим поведением?» — вот первая реакция эффективного родителя на любой негативный поступок малыша.

Обычно послания детей можно отнести к одной из четырех групп.

1. Привлечение внимания

В этом случае ребенок считает, что если взрослые заняты им, значит, они его любят. Но позитивное внимание ему

получать слишком трудно. Поэтому привычным становится привлечение внимания через негативные поступки. Получается, что суть послания: «Заметьте меня! Покажите, что любите!»

Как обычно реагируют родители, да нередко и педагоги, на такое привлечение внимания? Замечаниями, собственными сильными эмоциональными реакциями, лишь закрепляющими плохое поведение ребенка.

Давайте послушаем сказку, которая рисует перспективы развития ребенка, привлекающего внимание таким образом.

Сказка о мячике, который забыл, что он волшебный

Жил однажды на земле волшебный мячик. Одна половинка его была темно-коричневой, а вторая — нежной. Как это — нежной? Дело в том, что мячик наш был не простой, а волшебный. И нежная его половина становилась нежно-золотистой, если в душе поселялся солнечный свет. Нежно-голубой, если он думал о любимых клумбах с цветами. Нежно-розовой, если он мечтал о любви.

Но вот мячик пошел в школу. И стал потихоньку прятать от окружающих свою нежную сторону, потому что очень болезненными казались ему даже самые безобидные насмешки друзей, очень болезненными были самые легкие уколы взрослых. Все чаще он поворачивался к людям своей коричневой половинкой, которая со временем становилась все более темной. А люди, которые познакомились с мячиком совсем недавно, даже и не знали, что он не сплошь коричневый, потому что видели только эту сторону. Наблюдали странные поступки и резкие выпады. Не понимали, что он на самом деле хочет не обидеть их, а всего лишь заявить о себе. «Я существую, заметьте меня, обратите на меня внимание!» — даже не говорили, а громко кричали эти странные поступки. А взрослые называли это грубым нарушением поведения, стыдили, вызывали родителей.

И тогда мячик принял решение: «Раз они меня не любят, я вообще никогда не буду показывать им свою нежную сторону, буду все время коричневым. Пусть считают меня плохим, если им так этого хочется».

Шло время. Сверстники и учителя привыкли, что среди них находится темно-коричневый мячик. Даже родители только иногда вспоминали, что когда-то в прошлом он мог быть нежно-золотистым, нежно-голубым, нежно-розовым. А потом... потом и сам мячик забыл, каким он был прежде.

Наступило следующее потом, еще одно потом. И наконец пришла весна. Она заявляла о себе набухшими почками и прорывавшимся временами солнечным светом. И это было уже не зимнее солнце, потому что оно заставляло восхищаться всем вокруг, любить все окружающее, дарило веру в сказку, в волшебство.

«Волшебство, волшебство, — задумчиво перебирал эти слова в памяти наш мячик. — Но разве меня это касается? Вспомнил! — вдруг воскликнул он. — Я же волшебный».

И мячик начал искать себя. Свои нежные стороны. Удивляясь, он открывал в себе на той нежной стороне щедрость и добродушие, кротость и безмятежную улыбку.

«Надо же, я совсем не знал, какой я, — думал он, — оказывается, я только начинаю узнавать себя. И наверное, это здорово, когда ты можешь узнать себя. Только ты сам должен быть готов к этому».

И тогда ты почувствуешь свою силу, богатство и с удивительной легкостью поскачешь в гору, которая называется Жизнь».

Не стоит акцентировать внимание на плохих поступках, о чем предупреждает нас сказка, но и длительное их игнорирование дает ненамного лучший результат, поскольку ребенок может начать вести себя еще хуже.

Главная задача для родителей — дать почувствовать малышу, что его любят (погладить, обнять его, улыбнуться).

**2. Борьба за власть,
или «Кто у нас главный?»**

Как правило, эти послания используют дети со слабым Я. Для них заставить кого-то поступить по-своему — возможность почувствовать собственную силу. «Пусть мне будет плохо. Меня накажут, но на какой-то миг я почувствую себя сильным», — так формулировали бы дети причины своих поступков, если бы умели это делать.

Понимая это, родитель найдет способ предъявлять свои требования в мягкой форме, а главное — предоставлять право выбора: «Какой пастой ты будешь чистить зубы?», «После какого мультфильма ты сразу пойдешь спать?» Иногда полезно согласиться с желанием ребенка, отложив его «на потом»: «Я куплю тебе машинку обязательно, но потом, когда... (будут деньги, время, настроение и т.п.).»

Понятно, что детям со слабым Я нужно постоянно получать подтверждение их значимости для окружающих. И мы можем помогать им чувствовать себя уверенно, показывать, что видим их сильные стороны и относимся с уважением к их мнению.

3. Месть, или «Я хочу тебя наказать»

Если ощущение собственной никчемности становится слишком мучительным и невыносимым, ребенок начинает вымещать свою обиду всеми доступными способами. Он может совершать дикие поступки, которые сильно ранят и заставляют мучиться от обиды уже вас. Но вам придется сдерживаться, потому что иначе начнутся военные действия. На какое-то время остановитесь, просто подумайте, расслабьтесь, «остудите сердце», а потом переходите к конструктивным действиям.

Стоит поговорить с ребенком о собственных ощущениях и его чувствах, о настоящих причинах его несколько неадекватного поведения и о возможных последствиях. Полезно признать и свои ошибки, которые всегда найдутся. А себе

повторять слова: «Это просто жизнь проверяет, как сильно я люблю своего ребенка, насколько я умею принять его таким, какой он есть».

4. Слабость, или «Я буду контролировать тебя собственной слабостью»

Такие дети склонны подчеркивать свои слабость и неумелость. Они просят помощи и бывают за нее очень благодарны. Конечно, какое-то время это даже приятно, потому что дает возможность взрослым почувствовать свою силу, необходимость, компетентность. Но через некоторое время начинает раздражать, а затем и беспокоить: «Почему ребенок не справляется сам? Почему он делает уроки только со мной?» Крайний вариант проявления слабости — уход в болезнь. Вспомним, как крутится вся семья вокруг болеющего ребенка.

Как поступать в этом случае родителям? Прежде всего не начинать его жалеть. Конечно, нужно сопереживать ребенку, проявлять участие. Но жалость — это не только сочувствие. Жалея, мы, как правило, исходим из того, что все неприятности и неудачи приходят извне, сами по себе, а ребенок здесь вовсе ни при чем. Жалость лишает и детей, и взрослых стремления к мобилизации в трудной ситуации, к поиску ресурсов для ее разрешения.

Необходимо доступными способами подбадривать ребенка, демонстрировать свою веру в его силы, побуждать к действиям, хотя бы к первому шагу.

Итак, мы «прочитали» послание ребенка, которое содржалось в его плохом поведении, и теперь можно начинать действовать. Как? Некоторые варианты поведения мы с вами уже обсудили, и выбирать их следует в зависимости от особенностей поведения вашего ребенка.

Конспект проблемной лекции для родителей

Тема: «Неуверенность в себе».

Объявление

Все родители хотят, чтобы их дети росли уверенными в себе, в своих силах и возможностях. Ведь уверенность — это основа успешного общения, профессионального развития, радостного отношения к жизни.

Однако нередко даже у внимательных и заботливых отцов и матерей дети растут с глубоким чувством неуверенности, которая проявляется по-разному.

Она может «надевать маску» стеснительности. Тогда ребенку трудно подружиться со сверстниками, найти свое место в классе. Он может бояться и некоторых взрослых, сильно волноваться перед контрольными работами, переживать из-за ошибок.

Бывает, дети прячут свою неуверенность от окружающих и от самих себя и внешне могут выглядеть вполне благополучными. Но если посмотреть внимательно, то можно заметить, как они стремятся обратить на себя внимание любыми способами, пусть даже не всегда разумными. Глубоко страдают, если постоянно не получают положительные оценки, внешнюю поддержку.

Как же помочь ребенку вырасти уверенным в себе?

Уважаемые родители!

Если вы считаете воспитание уверенности в себе важной линией развития вашего ребенка, мы приглашаем вас на семинар в рамках клуба «Счастливым родителем», который состоится в пятницу, 15 октября, в 18.00, в кабинете №10.

Каждому человеку знакомо чувство неуверенности, когда ты ощущаешь себя неумелым, некомпетентным, а будущее представляешь весьма туманно. И кажется, что окружающие замечают твое внутреннее смятение, тревогу. Неуверенность как чувство является абсолютно нормальным, но у некоторых детей, подростков, взрослых оно перерастает в привычное, почти постоянное будничное состояние.

Вы скажете, ну и что такого? Чем же это нам мешает?

Чувство неуверенности в себе, как отмечают многие специалисты, является показателем психологической неустойчивости личности. Психотерапевты отмечают связь психических нарушений личности с проявлениями неуверенности. Имеется в виду, что всякая трудная ситуация, требующая мобилизации психических ресурсов, для неуверенного человека может стать травмирующей настолько, что приведет к появлению тех или иных психосоматических заболеваний. А поскольку жизнь — это череда нелегких ситуаций, то можно сказать, что неуверенные в себе люди, а дети тем более, чаще болеют.

Неуверенность напрямую связана с самоонением или, другими словами, с образом самого себя. Понятно, что неуверенные люди оценивают свои способности и возможности ниже, чем они есть на самом деле. Например, человек может быть недоволен своей внешностью, хотя в реальности вполне хорош собой. Неуверенным в себе людям трудно вступать в близкие отношения, потому что мешает низкая самооценка. Какие чувства сопровождают их по жизни? Тревога, сомнение, стыд, вина, печаль...

Вы можете спросить: как будут учиться неуверенные в себе школьники, если общая картина неуверенности настолько мрачна? Наверное, плохо? Однозначно ответить на этот вопрос нельзя. Есть дети, которые стесняются отвечать на уроках, пасуют перед любыми трудностями и действительно учатся ниже своих возможностей. Но есть и другие, которые блестяще успевают, но панически боятся любой помарки в тетради, ошибки, невыученного урока, «четверки» и т.п. Да,

они учатся хорошо. Но ценой сильнейшего внутреннего напряжения, а часто и заболеваний.

Часто ли мы встречаемся с неуверенными в себе людьми? Чаще, чем думаем, поскольку это чувство принимает разное обличье.

Каковы причины неуверенности? Давайте попробуем «услышать» и «увидеть» причины неуверенности, прочитав сказку о Маленькой Волне (К. Ступницкая).

Сказка о Маленькой Волне

Давным-давно в синем море родилась Маленькая Волна, слегка зеленоватая, с аккуратным белым гребешком, который так шел ей. Были у нее родители — Большие Голубые Волны. Иногда они уплывали далеко, к самому горизонту, порой приближались к какому-нибудь берегу. У них были друзья-волны — взрослые и дети.

Дети-волны были большие шалуны. Они любили играть в догонялки, сбивая взрослых с ног. У берега они шумели так громко, что их зазорный плеск слышался далеко-далеко. Иногда они подхватывали какую-нибудь щепку или ракушку и бросались ею друг в друга.

Не такой была наша Маленькая Волна. Всем она казалась серьезной и сдержанной. Она никогда не капризничала, как другие, не шумела, исполняла все просьбы старших даже тогда, когда ей этого не очень хотелось. Некоторым такое поведение казалось странным, но большинство были довольны ею, ведь с ней не было никаких хлопот. Сама Маленькая Волна тоже замечала, что отличается от остальных детей. Она часто плавала в стороне, когда другие затевали свои шалости. Маленькая Волна почему-то была убеждена, что нужно быть послушной. Обычно ей это давалось легко. Но бывали и такие случаи, когда это было непросто. Например, однажды она увидела, как двое мальчишек-волн подхватили маленькую рыбешку и стали ею перебрасываться, а бедняжка не могла от них убежать. Маленькая Волна тог-

да сильно разозлилась, ей даже захотелось ударить одного из них, но она тут же себя одернула. Ведь волнам нельзя сердиться. Все знают: когда такое происходит, случаются страшные неприятности, даже кораблекрушения. Были и другие моменты, когда Маленькая Волна злилась, но всякий раз ей удавалось сдержаться. Но вот беда, Маленькая Волна не знала, что даже если злость сдерживаешь, она никуда не девается, все равно остается внутри тебя. Сама того не замечая, Маленькая Волна стала потихоньку расти и темнеть.

Однажды тетя послала ее отнести к берегу большую доску. Ноша оказалась слишком тяжелой для Маленькой Волны. К тому же приближался закат — ее любимое время. Она хотела полежать и посмотреть, как тает солнце в море и появляются первые звезды. Но Маленькая Волна была послушной и взрослым не перечила, она понесла доску к берегу, да еще подумала, что если поспешит, то, пожалуй, успеет до заката.

У берега в это время плескались другие дети-волны. Заметив Маленькую Волну с ее ношей, они решили ее подразнить. Выхватили доску и стали ею перебрасываться. Маленькая Волна очень разозлилась: они забавляются, а ей надо выполнить задание, к тому же и солнце начинает садиться. Наконец ей удалось забрать у шалунов доску и выбросить на берег. Усталая, она возвращалась обратно, но солнце уже почти село. И тут ей стало так обидно! Она плыла и чувствовала, что никак не может унять свою злость, которая становилась все сильнее и сильнее, и сама Маленькая Волна тоже увеличивалась. В какой-то момент малышка с ужасом поняла, что ее гребень поднялся высоко-высоко. И саму ее было не узнать — она сделалась совсем черной. Все внутри напрыглось и зашипело. Глянув вниз, она увидела рыбака в лодке и поняла, что обрушится прямо на него. Шум внутри нее все нарастал, и вдруг она с грохотом упала, разлетевшись на тысячу брызг. Лодка разбилась, а человека увлекло море. Но Маленькая Волна этого уже не замечала. Она чув-

ствовала удивительную силу. Рассыпавшись на брызги и пошумев, она вновь собралась. Теперь она была гораздо сильнее, чем раньше, она повернула обратно, подхватила рыбака и вынесла его на берег.

Когда Маленькая Волна вернулась, взрослые волны стали хвалить ее за то, что она спасла человека. Она и сама была этому рада. Но еще больше ей нравилось то чувство, которое она теперь испытывала: вся переполнявшая ее злость выплеснулась, и внутри освободилось место для доброго и светлого, а силы, которые раньше она тратила на то, чтобы злобу сдерживать, вернулись к ней.

На следующий день, когда Маленькая Волна проснулась, ей так захотелось побегать, что она, забыв про все запреты, отправилась играть в догонялки вместе с другими детьми-волнами. После случившегося она поняла, что иногда стоит сделать то, что хочется.

Итак, какое знание о причинах неуверенности дала нам эта сказка?

Вы совершенно правы, когда говорите, что нередко родители от огромной любви, желания оградить от опасностей внешнего мира, дать ему как можно больше, лишают ребенка самостоятельных действий, решений, ошибок, то есть опыта преодоления трудностей. В особо острой ситуации находятся дети, родители которых достигли значительных социальных успехов. Горячо любя маму и папу, гордясь ими, ребенок невольно сравнивает себя с ними, чувствует при этом свою непригодность и неумелость еще сильнее. Постепенно он привыкает жить с постоянным чувством неуверенности, которая, как мы уже говорили, в поведении может проявляться по-разному. Чтобы узнать, как это может происходить, давайте посмотрим на это глазами школьника, пойдем на урок по теме «Основные маски неуверенности». Вы на время станете учениками.

Основные «маски» неуверенности в себе

1. Занятие начинается с обсуждения ключевой фразы, которая записывается на доске и в тетради: «Неуверенность в себе имеет свои маски».
2. Затем ведущий предлагает родителям-«учащимся» догадаться, как можно назвать подростка, который:
 - постоянно боится сделать ошибку;
 - опасается своих действий;
 - с трудом знакомится;
 - с трудом начинает новое дело.

Такого человека можно назвать *застенчивым*.

- смотрит на окружающих свысока;
- любит поучать других;
- подчеркивает собственную значимость;
- стремится любой ценой обратить на себя внимание, даже нарушая правила поведения.

Такого человека можно назвать *самоуверенным*.

3. В тетради делается запись: «Маски неуверенности — застенчивость и самоуверенность». Затем «учащиеся» рисуют эти маски.
4. Ведущий зачитывает соответствующие ситуации и варианты реагирования на них. «Учащиеся» в тетрадях отмечают, к какому поведению относятся данные варианты: застенчивому, уверенному или самоуверенному.

Дима второй раз подряд просит Петю подежурить за него в классе. Петя отвечает: «Ты что, не можешь заставить еще кого-то?» Или вообще: «Забей на дежурство, вот еще, проблему нашел — дежурство» (*Самоуверенный*).

Лена стала последнее время грустной и молчаливой, держится от всех в стороне, даже от лучшей подруги Маши. Маша подходит к ней: «Мне кажется, ты чем-то подавлена. Может быть, попробуем обсудить ситуацию?» (*Уверенный*).

Марину не устраивает отметка за контрольную, ей кажется, что учитель занизил оценку. Она говорит ему: «Не считаете ли вы... Если бы вы могли... Не согласитесь ли вы, что я заслуживаю более высокий балл?» (*Застенчивый*).

Мама обещала поговорить с папой о возможности интересной поездки для Миши, но до сих пор этого не сделала. «Я думал, мы с тобой договорились, что ты обсудишь с папой мое путешествие. Но этого не произошло. Мне кажется, это можно сделать сегодня» (*Уверенный*).

Сосед Леши ведет себя во время самоподготовки очень шумно, вертится и мешает ему. Леша говорит: «Да заткнешься ты наконец?! С такими легкими заданиями справиться не можешь» (*Самоуверенный*).

Надеюсь, вам понравилось быть школьниками, и вы соглашаетесь с тем, что неуверенность внешне проявляется двумя основными способами, хотя на самом деле вариаций на эту тему намного больше. И действительно, если посмотреть на окружающих, зная, какими бывают «маски», то сколько неуверенных мы увидим вокруг себя!

Как помочь ребенку стать уверенным? Для этого необходимо:

1. Проявлять уважение к его душевному настрою. Не всегда то, что говорит ребенок, так глупо, как может показаться родителям. Он имеет право чувствовать и говорить то, что хочет, если это не приносит вреда окружающим.

Нужно позволять ребенку мечтать, какими бы несбыточными ни казались его фантазии взрослым. Когда-то мечты о полетах в небе многим тоже казались сказкой.

2. Проявлять уважение к намерениям детей. Ребенок имеет право на свои желания. Однако ему нужно объяснить, что не все исполняется немедленно, а на реализацию некоторых желаний вообще не стоит затрачивать силы.

3. Дарить безусловную любовь. Дети должны почувствовать, что им не требуется специально делать что-то, чтобы заслужить ее. Очень полезно задавать себе вопрос: «Все ли я делаю для того, чтобы поступками моего ребенка двигала любовь, а не страх?»
4. Помочь ребенку почувствовать собственную значимость через приобретение самостоятельности. Можно составить контрольный список обязанностей и требовать их выполнения.

Ни в коем случае не делать за ребенка то, что он уже может сделать сам, пусть иногда медленно или не совсем хорошо. Особое внимание нужно уделить возлагаемой на ребенка ответственности за самостоятельные действия. Хорошо, если эта ответственность даст ребенку дополнительную уверенность в себе.

Поддерживать принятие детьми самостоятельных решений. Многие ребята (и некоторые взрослые) не видят отличий своих решений от родительских.

5. Помогать понять обучающую роль ошибок. Не стоит слишком сильно оберегать детей от ошибок. Важно найти путь к осмыслению полученного позитивного опыта. Фраза, которая здесь может стать ключевой: «Поражение — прекрасная возможность научиться чему-то новому».
6. Содействовать формированию положительного образа Я. Ребенок должен знать прежде всего о своих достоинствах, а потом уже о недостатках. Следует подчеркивать личные заслуги детей.

Говорите о своих недостатках и трудностях. Дети склонны переоценивать истинные способности родителей, часто считают их совершенством, до которого невозможно дотянуться. Такая позиция может льстить взрослым. В особо опасном положении находятся мальчики, имеющие социально успешных отцов.

7. Помогать ребенку учиться доверять интуиции.
8. Давать возможность и учить открыто выражать свои чувства.

9. Напоминать ребенку, что он вам нужен, необходим, играет важную роль в вашей жизни.
10. Позволять ребенку расти в соответствии со своими физиологическими и личностными возможностями и способностями. Он не обязан абсолютно соответствовать образу, создаваемому родителями. Часто ребенок, горячо любя своих близких, сильно переживает, что не может быть таким, каким они хотели бы его видеть. От этого результаты его деятельности только ухудшаются.

Круглый стол с «рамкой»

Этот метод позволяет не только создать проблемную ситуацию для родителей, но и дает возможность проявить активность тем, кто захочет это сделать. В то же время остальные могут занять позицию слушателей. Поэтому мы считаем этот метод более действенным, чем проблемные лекции.

Круглый стол — это встреча родителей одного класса, которым для обсуждения предлагается определенная значимая тема. Для стимулирования активности и направления обсуждения в нужное русло предлагается «рамка», то есть ряд заданий и вопросов. Круглый стол в отличие от ранее рассмотренных форм дает возможность участникам не только получить полезную информацию и осознать собственную родительскую позицию, но и сравнить ее со взглядами других родителей. Многим родителям важно высказаться, поделиться трудностями взаимодействия с ребенком. Некоторым интересно сравнить особенности поведения собственного ребенка с поведенческими проявлениями одноклассников, что дает возможность по-новому оценить своего ребенка, увидеть новые аспекты его поведения.

Не менее важен круглый стол и для психолога, который получает возможность лучше узнать, понять родителей, приобрести их доверие.

Принципиально важным условием проведения круглого стола является обязательное присутствие классного руководителя, который также становится участником обсуждения, выходит из привычной учительской роли, проявляет простые человеческие качества, знакомится с родителями в новых, более открытых обстоятельствах. По сути, что такое равнозначное взаимодействие приведет к лучшему взаимопониманию и соответственно более эффективному общению.

Итогом круглого стола является совместное формулирование выводов по обсуждаемой проблеме. Поэтому, на наш взгляд, круглый стол является оптимальной формой взаимодействия для создания общего воспитательного поля вокруг ребенка.

Примеры

Сценарий Круглого стола, в рамках «Родительского клуба» для родителей учеников 5 класса

Тема: «Трудности во взаимодействиях с подрастающими детьми».

Цель: Содействовать установлению эмоционально близких отношений между родителями и детьми.

В 5-м классе у детей начинают проявляться первые признаки подросткового кризиса: негативизм, непослушание, грубость, что может вызывать конфликты с родителями и впоследствии привести к взаимному эмоциональному отчуждению. Ребята перестают делиться значимыми для себя вопросами. Следовательно, взрослые не могут оказать им помощь и поддержку в трудных ситуациях, которые неизбежно появляются в этот период.

Поэтому необходимо обратить внимание родителей на значимость эмоционально близкого общения с детьми, помочь им наладить именно такие отношения.

В качестве эмоционального разогрева родителей ведущий предлагает всем по очереди закончить предложения:

Хорошие качества моего ребенка — это...

Мне в моем ребенке нравится то, что...

Я рада, что мой ребенок...

Затем ведущий просит родителей рассказать о новых трудностях во взаимоотношениях с детьми, которых не было в 4-м классе.

После рассказов родителей ведущий сообщает, что эти проблемы могут привести к важному последствию, отраженному в притче, которую и предлагает послушать.

Учитель Банкей

Когда учитель Банкей умер, один слепец, живший рядом с его храмом, рассказывал своему другу: «Из-за того, что я ослеп, я не могу наблюдать за лицом человека, поэтому могу судить о его характере только по звуку голоса. Обычно если я слышу поздравления с успехами или удачей, то узнаю и тайный голос зависти.

Когда соболезнают несчастьем, я слышу удовольствие и удовлетворение, словно сочувствующий рад, что это случилось не с ним.

Однако, несмотря на весь мой опыт, в голосе учителя Банкея я слышал только искренность, чистый звук, без фальши. Когда он выражал счастье, я не слышал ничего, кроме радости. Когда он выражал скорбь, единственное, что звучало, — печаль».

Родители совместно с ведущим делают вывод, что различные трудности в общении приводят к снижению искренности, открытости во взаимоотношениях.

Далее ведущий предлагает подумать, отчего это происходит, и решить такой психологический пример:

Трудности в общении + ... = снижение искренности

Родителей нужно подвести к выводу, что вторым слагаемым является любовь детей к родителям. Суть в том, что ребенок меняется, но видит, как окружающих тревожат эти перемены. Он замечает, что взрослым с ним становится трудно. При этом он не хочет огорчать горячо любимых родителей, боится потерять их расположение.

В качестве примера можно привести такие высказывания пятиклассников: «У меня трудный характер, со мной нелегко», «Девиз — смотреть и молчать», «Часто что-то внутри заставляет меня делать то, о чем я потом жалею».

Далее ведущий говорит о том, что если родители боятся взросления ребенка, не принимают в нем новых, неудобных для себя качеств, то возможны два варианта развития событий:

1. Ребенок проявляет прежнее детское непосредственное поведение, которое постепенно перерастает в инфантильное.
2. Ребенок ищет пути проявления самостоятельности (которые могут быть очень разными), например, использует ненормативную лексику, рисует бутылки, сигареты и т.п. Нередко он начинает испытывать чувство одиночества в кругу близких людей.

Ведущий предлагает родителям собрать «копилку» чувств, действий, мыслей, сопутствующих одиночеству, а затем подумать о перспективах развития взаимоотношений с ребенком.

В конце встречи ведущий подводит участников к определенным выводам.

Родителям необходимо:

- не мешать ребенку взрослеть
- учиться откровенности и учить этому ребенка:
 - а) сократить до минимума число советов и поучений;
 - б) рассказывать о себе, не прятать от себя и ребенка страхи, тревоги;

- в) побуждать ребенка рассказывать о том, что ему интересно: футболе, мобильных телефонах, музыке и т.д.;
- г) не давать оценок тому, что расскажет ребенок (это хорошо, умно — это плохо, глупо), не корить его;
- д) обсуждать другие возможные варианты поведения в той или иной ситуации, отличающиеся от тех, которые выбрал ребенок (но не настаивать на них).

* * *

**Сценарий Круглого стола, проводимого
в рамках «Родительского клуба» для родителей учеников
6 класса (разработано совместно с А.С. Кривцовой)**

Тема: «Самооценка подростка».

Цель: Содействовать пониманию родителями проблем, вытекающих из снижения самооценки; способствовать повышению эффективности родительской помощи детям.

В подростковом возрасте у ребят обычно происходит снижение самооценки, которое приводит к появлению различных защитных форм реагирования, чего взрослые часто не понимают. Поэтому они не готовы решать проблему, а обращают внимание лишь на внешние формы ее проявления, тем самым содействуя еще более сильному снижению самооценки.

Ведущий сообщает родителям, что в подростковом возрасте происходит снижение самооценки подростка. Это связано, в частности, с тем, что значимым для него становится тело, которое обычно кажется ему некрасивым, не таким, как надо. Кроме того, все более важным становится внутренний мир ребенка, возрастает потребность в том, чтобы его принимали окружающие. Появляется чувство взрослости, но оно еще слабое и хрупкое, требует подтверждения со стороны окружающих. Понятно, что снижение самооценки тем или иным образом проявляется в поведении, напри-

мер, в демонстративном использовании ненормативной лексики.

Далее ведущий просит родителей назвать другие проблемы, связанные с обсуждаемой темой, записывает их на доске.

Затем родителям предлагают вспомнить, как реагируют взрослые, услышав от ребенка грубость, увидев, что дети затеяли драку. Чаще всего первая реакция — отругать, осудить, наказать. Делается вывод, что взрослые обычно обращают внимание на внешние проявления проблемы, не углубляясь в ее суть. А это все равно что лечить ангину жаропонижающими средствами.

Для того чтобы поучиться эффективно решать проблему, ведущий предлагает родителям на время почувствовать себя подростком, войти в его роль, представить, о чем он думает, что чувствует. С этой целью родителям предлагается найти разрешения ситуаций, в которых могут оказаться их дети (ситуации может задавать как ведущий, так и сами родители). Примеры:

Подросток уходит в свою комнату и демонстративно закрывает дверь перед носом родителей.

Мама спрашивает сына, выучил ли он уроки. Он отвечает: «Надоело, когда меня учат!»

Дочь целый день лежит на диване с наушниками, слушает музыку. На все просьбы мамы начать делать уроки не реагирует.

Затем участники по очереди предлагают свои варианты ответов. Некоторые ответы могут стать поводом для обсуждения. После этого делается вывод, что средства, которые используют взрослые, неэффективны, а иногда и вредны.

Для того чтобы помочь ребенку, необходимо понять, из чего складывается его самооценка и как ее повысить.

На доске делается запись:

— самооценка складывается из знания своих качеств и отношения к ним;

- знания подростки получают в основном от значимых взрослых;
- отношение формируется через сравнение собственных качеств с эталоном, через оценку значимости собственного вклада в жизнь окружающих значимых людей.

В конце встречи ведущий предлагает подумать и собрать «копилку» вариантов помощи ребенку в повышении его самооценки, например:

- выделять позитивные качества, а не только негативные;
- снижать планку достижений, а точнее давать право на ошибку, признавать ее обучающее воздействие, показывать, что «эталоны» (значимые взрослые) тоже ошибаются;
- расширять сферу проявления самостоятельности, чтобы ребенок мог познавать самого себя и видеть результативность собственных действий;
- оказывать эмоциональную поддержку.

* * *

**Сценарий Круглого стола, проводимого в рамках
«Родительского клуба» для родителей учеников 7 класса**

Тема: «Как помочь детям успешно преодолеть возрастной кризис».

Цель: помочь родителям сформировать у детей ответственность за свою жизнь, что является важнейшим условием прохождения кризиса подросткового возраста.

У многих подростков наблюдается обостренное протекание нормативного кризиса, мешающее успешному обучению в школе, повышающее конфликтность взаимодействия со сверстниками и взрослыми. Основная форма проявления кризиса — регрессия поведения вплоть до возникновения поведенческих проявлений, свойственных детям трех лет, и

прежде всего стремления идти наперекор нормам поведения, даже если это происходит во вред собственным желаниям. При этом подростки обижаются на любое действие взрослого, направленное на коррекцию их поведения, нередко реагируя агрессивными выпадами. Основным жизненным лозунгом становится «Я так хочу!».

В отношениях со сверстниками повышается конфликтность, выражающаяся, в частности, в поиске изгоев и коллективном объединении против них. Отвергаемых детей изводят насмешками, кличками или открытой агрессией.

Как правило, такие проявления кризиса свойственны подросткам из благополучных семей с наличием гиперопеки и сверхконтроля. Борьба за самостоятельность, невозможная дома, переносится у таких детей в школу и осуществляется в социально неприемлемых формах. В таких случаях имеет смысл помочь родителям повысить эффективность взаимодействия с ребенком.

Ведущий рассказывает родителям о том, что их дети находятся сейчас на «пике» прохождения возрастного кризиса. В этот период очень многое зависит от позиции родителей: дети могут пережить кризис достаточно быстро и относительно безболезненно, а могут надолго (а в некоторых случаях и на всю жизнь) «застрять» в этом состоянии.

Одним из важнейших новообразований подросткового периода должна стать ответственность учащихся за свою жизнь, и прежде всего в том, что касается учебы и общения со сверстниками и взрослыми. Приобретение самостоятельности является лишь второй ступенью к ответственности. А первая — это протестные реакции на любой контроль: за уроками, одеждой, чистотой, передвижением, свободным временем, питанием.

Ведущий интересуется у родителей, какие протестные реакции они наблюдают у своих детей? Затем задает вопрос: протестные реакции — хорошо это или плохо? Какой метафорой их можно описать?

Делается вывод, что протестные реакции — это сигналы, свидетельствующие о взрослении ребенка и необходимости изменения стиля взаимодействия с ним. Протестные реакции могут быть прямыми и косвенными — например, уход в болезнь.

Далее ведущий рассказывает о том, что если ребенок слишком долго не получает желаемой свободы, он формирует защитные сценарии поведения. Вероятнее всего, они будут мешать его успешному обучению в школе, нарушать взаимодействие с окружающими. Затем родители получают типичные для этого класса роли учеников. Они должны наполнить их содержанием, то есть предположить, как такие дети могли бы проявлять себя в школе и дома. Классный руководитель дополняет варианты, представленные родителями, конкретными примерами.

Роли могут быть такими:

- *«Нехочуха»*. Подросток, находящийся в этой роли, часто произносит слова: «Не хочу, не буду, а почему Я?»
- *«Развлекатель»*. В этом случае присутствует стремление привлечь внимание любыми способами: кривлянием, громким смехом, словами, не принятыми в обществе, но вызывающими смех у товарищей.
- *«Вулкан-вулканчик»*. Это соединение качеств «Нехочухи» и «Развлекателя» с добавлением непредсказуемости и увеличением силы реакции.
- *«Копаящийся-сомневающийся»*. Это подросток с выраженной неуверенностью в себе.

При этом во все роли добавляется акцентирование интереса к сексуальности и стремление отвоевать территорию при помощи кулаков (у мальчиков).

После обсуждения защитных ролей ведущий предлагает родителям подумать над тем, как помочь подросткам перемениться и сделать шаги к самостоятельности и ответственной позиции.

Делается вывод, что недопустимо любого рода морализаторство, необходимо делать следующее:

- работать с собственной тревогой из-за возможной потери контроля над ребенком;
- ограничивать рамки и степень контроля (не проверять уроки, обсуждать рациональность их выполнения);
- предоставлять подростку право на аргументацию собственной позиции, право выбора;
- переходить от запрещения к убеждению, обосновывать необходимость каких-либо действий, а не декларировать их;
- обсуждать, проговаривать идеальный образ, к которому стремятся подросток и родители, как уже реальный, то есть осуществлять позитивное программирование подростка, демонстрировать собственную веру в успешность его развития;
- предоставлять ребенку право на одиночество.

Итак, мы рассмотрели проблемные методы работы с родителями. Мы полагаем, что чем больше у родителей возникает вопросов после наших встреч, тем качественнее наш труд. Хуже, если папы и мамы считают, что они все знают, и не желают задумываться, куда и как они ведут своих детей. Поэтому хотелось бы, чтобы родители в проблемных встречах открыли для себя истину: «Мне известно, что мне ничего не известно — вот последняя правда, открытая мной» (О. Хайям).

1.4. Активные методы

Активные методы, их специфика

Активными будем называть такие методы, которые не только обеспечивают внутреннее проживание участниками темы встречи, но и побуждают их к внешним действи-

ям. Это определение опирается на понимание активности как способа самовыражения личности (К.А. Абульханова-Славская), то есть внешнего проявления внутренних потребностей, отношений, способностей. Важно отметить, что это тот способ, при котором обеспечивается или сохраняется субъектность личности. Поэтому активные методы должны побуждать участников к самовыражению. При этом важно создавать условия для того, чтобы они могли выразить себя в той степени и в той форме, которые комфортны для них.

В современной школе, по нашему мнению, можно реализовывать такие активные методы, как детско-родительские мероприятия и тренинги для родителей.

Детско-родительские мероприятия

Подобные мероприятия необходимы при переходе ребенка в очередную возрастную группу, когда он получает возможность и желание общаться с окружающими иначе, из более взрослой позиции, а родители по разным причинам сохраняют с ним прежний детский стиль взаимодействия. Следует отметить, что не существует жестких возрастных рамок осуществления таких переходов. У одних детей изменения происходят раньше, у других — позже. Но нас интересует именно тот момент, когда значительно меняются содержание и формы общения: основные темы, вопросы для обсуждения, самостоятельность мышления ребенка. Как уже отмечалось, если стремление ребенка общаться по-новому не находит своей реализации, то возможны формализация отношений, снижение уровня доверия или же «застывание» ребенка на инфантильной по-

зиции. Здесь и могут помочь детско-родительские мероприятия.

Детско-родительские мероприятия проводятся в форме игры с элементами тренинга. В ней принимают участие команды смешанного состава: родители и дети. Можно включать в команды и педагогов, тогда игра станет еще эффективнее.

Задача детско-родительских мероприятий — показать взрослым возможности ребят в общении, акцентировать внимание на наиболее значимых в том или ином возрасте проблемах. Не менее важно и то, что появляется возможность увидеть одноклассников своего ребенка и понять его место среди них. А также через сравнение с другими детьми осознать проблемы и ресурсы сына или дочери.

Хотя мы обсуждаем детско-родительские мероприятия в аспекте работы с родителями, они не менее важны для детей. Они позволяют ребенку увидеть маму и папу не в привычной родительской роли, а как обычных людей, более того — со странной, непривычной для многих детской, творческой, жизнеутверждающей стороны. И чем больше активности проявляют родители, тем сильнее чувство гордости за них у детей. Об этом надо обязательно сказать родителям. И здесь мы подходим к тому, как объяснить родителям необходимость подобных мероприятий. Слова «лекция» или «семинар» в нашей культуре существуют давно и не предполагают игру. Более того, многие взрослые считают это занятие делом несерьезным, не заслуживающим траты времени. А другие просто боятся, поскольку игра требует спонтанности, сноровки, которую они уже давно утратили.

Поэтому не стоит упоминать слово «игра», приглашая родителей, например, по телефону. Лучше позвать их на

встречу, посвященную обсуждению какой-то значимой проблемы. Тогда внимание взрослых будет акцентировано не на форме встречи, а на ее содержании, и соответственно страх перед ней будет снижен.

Однако непосредственно перед встречей родителей необходимо специально подготовить. С одной стороны, рассказать о возможностях игры, «для солидности» упомянуть о некоторых научных теориях игры. С другой — стимулировать активность взрослых. Но в то же время необходимо дать право тем, кому сложно проявлять активность, оставаться «молчаливым» участником.

Если игра проводится с младшими школьниками, после ее окончания можно организовать небольшую рефлексию только с родителями. У многих возникнут вопросы, и важно их обсудить. После игры с подростками рефлексию проводить не стоит, поскольку у ребят может возникнуть ощущение, что от них скрывают некоторые тайны, и эффект встречи будет смазан.

Как конструировать игру? Прежде всего нужно определить тему, которая должна быть значимой для детей данного возраста и класса. После этого стоит подумать о формах работы. Здесь опорой станут знакомые детям приемы, которые использовались на занятиях психологией, или такие формы работы, которые дают возможность предварительно потренировать детей. Важно задействовать различные каналы восприятия и переработки информации, включать в игру не только действия, но и зрительное наблюдение, обсуждение.

После того как определены формы, нужно продумать начало и окончание игры. На первом этапе необходимы задания, позволяющие «повысить энергетику» группы и поднять настроение участников. Важно, чтобы звучала

только позитивная лексика. В заключение нужны яркая эмоциональная «точка» и действия, побуждающие родителей и детей к тому, чтобы сказать друг другу слова благодарности.

Первые задания имеет смысл делать не чисто игровыми, а скорее разговорными, например, предложить для обсуждения значимые вопросы и записать варианты ответов. Это позволит снизить напряжение у взрослых и быстрее включить их в игру.

Как проводить игру? Сначала нужно определить, сколько групп будет принимать в ней участие. Для этого сложить количество детей и родителей, которые придут на мероприятие, и поделить на 7 (это оптимальная численность группы) или на 8, если ожидается большое количество участников. Потом необходимо подготовить помещение. По периметру составить из парт несколько «круглых столов» (понятно, что круглыми в полном смысле слова они не будут) по числу групп, оставив в центре свободное пространство — сцену. Стулья нужно поставить вдоль стен, чтобы в начале встречи была возможность провести общую разминку. Позже, когда участники отправятся на свои места, они сами поставят стулья вокруг своего места работы.

Составы детско-родительских групп следует определить заранее. При этом дети и их родители распределяются по разным подгруппам, чтобы обеспечить каждому свободу самовыражения, — некоторые дети стесняются играть в присутствии своих близких. Списки прикрепляются к определенному «круглому столу». В соответствии с ними участники и рассаживаются.

Ведущий во время игры стоит у стены, имея возможность видеть всех участников. Когда идет работа в груп-

пах, он внимательно наблюдает, чтобы в процесс включились все члены команды. В противном случае он подходит к группе и организует включение участников.

Важно, чтобы ведущий был достаточно спонтанным, готовым к импровизации, мог отойти от заранее спланированного хода игры и последовать за участниками, удлинить или укоротить какой-то из этапов. Для этого нужно хорошо чувствовать участников и понимать, что одно и то же мероприятие в разных классах не проходит одинаково: кому-то интереснее игровые моменты, кому-то более глубокое обсуждение.

Примеры

Игра «Ступени» для учащихся 5 класса и их родителей (разработана совместно с Т.В. Макаровой)

Цель: содействовать углублению взаимопонимания между детьми и родителями.

Ведущий заранее просит ребят принести детские фотографии своих родителей и размещает их на стенде.

Для эмоционального разогрева ведущий предлагает участникам по очереди быстро заканчивать предложения: «Я пятиклассник, и я люблю...» «Я пятиклассник, и я не люблю...», «Я пятиклассник, и я мечтаю...». При этом уточняется, что, отвечая, родители должны представить себя пятиклассниками.

После этого команды обсуждают следующие вопросы:

- трудности пятиклассников сейчас и тогда (когда родители учились в школе);
- радости пятиклассников сейчас и тогда.

Результаты обсуждения каждая команда записывает на двух больших листах бумаги.

Затем представители команд зачитывают свои записи. Возможно, родители захотят подробнее поделиться своим дет-

ским опытом. Иногда у ребят возникают вопросы к мамам и папам, например, они могут не знать, что такое сбор макулатуры или игра «Зарница». Необходимо дать возможность высказаться всем желающим.

Следующее задание — вспомнить и рассказать какой-то запомнившийся яркий эпизод, который относится ко времени обучения в пятом классе. Его выполняют и родители, и дети.

Далее ведущий сообщает, что во все времена пятиклассники испытывают те или иные трудности, требующие определенных навыков для их разрешения. Командам раздаются заранее придуманные ситуации, значимые для учащихся данного класса. Они находят вариант их разрешения и поочередно проигрывают перед собравшимися.

В завершение игры дети и родители поют песню, известную всем, например: «Как здорово, что все мы здесь сегодня собрались».

После этого ведущий предлагает «сюрприз» — стенд с детскими фотографиями взрослых. И просит родителей узнать друг друга.

Заканчивается мероприятие обменом чувств и мыслей.

* * *

Игра «Отцы и дети» для учащихся 6 класса и их родителей (разработана совместно с А.С. Кривцовой)

Цель: содействовать углублению взаимопонимания между детьми и родителями.

Для эмоционального разогрева ведущий предлагает участникам по очереди быстро придумать картинки-ассоциации к различным словам позитивного содержания, например: *счастье, дружба, нежность, победа*. Потом показать эти же слова в движениях.

Затем он просит команды в течение двух минут придумать себе название и девиз.

После этого команды обсуждают следующие вопросы:

- что родители не понимают в детях?
- что дети не понимают в родителях?

Результаты обсуждения каждая команда записывает на больших листах бумаги.

Затем представители команд зачитывают свои записи. Ведущий очень аккуратно подытоживает результаты и просит участников подобрать варианты, помогающие сузить зону непонимания. Делается вывод, что главное — не таить свои чувства, а приступить к переговорам.

Однако чтобы переговоры привели к желаемому результату, необходимы определенные навыки. Ведущий предлагает поупражняться. Каждая команда получает по две проблемные ситуации, продумывает их окончание, распределяет роли и после небольшой подготовки разыгрывает перед собравшимися два способа ее разрешения — неконструктивный и конструктивный. Ситуации готовятся ведущими заранее, темы должны быть актуальными для класса. Например:

Все воскресенье я напоминал(а), чтобы сын (дочь) сделал(а) уроки, он(а) отвечал(а), что все готово, а в понедельник принес(ла) 2 двойки, и тогда я...

Сын (дочь) все свободное время проводит за компьютером, я пытаюсь ему (ей) спокойно объяснить: это очень вредно, портится зрение, но сын (дочь) так увлечен(а), что не слышит меня, и тогда я...

Сын (дочь) не желает слышать мои напоминания: сделал(а) ли уроки, все ли подготовил(а) к школе, взял(а) ли форму для физкультуры и т.д. Но я понимаю: если не сделаю этого, то он(а) все будет забывать. Поэтому я...

Мама хочет, чтобы я все время был(а) при деле, чтобы чем-то занимался(ась) помимо школы. А я иногда так устаю, что хочется все бросить, и тогда я...

Мне не позволяют покупать в магазине ту одежду, которую хочется. Мама считает, что у меня нет вкуса, говорит, что я еще плохо разбираюсь в моде. Она сама решает, что мне надевать, а мои друзья в школе выбирают вещи самостоятельно, и поэтому я...

Меня заставляют рано ложиться спать, говорят, что я устаю, что я еще мал(а) засиживаться допоздна, что бессмысленно болтаться просто так и ничего не делать, а мне всего-то хочется о чем-нибудь подумать, помечтать, и поэтому я...

Следующее задание — создать живую скульптуру на тему «Взаимопонимание». Задействованы должны быть все участники. Каждая команда представляет свою скульптуру и рассказывает про нее.

Завершающее задание — изготовление коллажа на тему «Дружная семья». Участникам предлагается представить, что за каждым столом сидят не команды, а дружные семьи, где дети стараются понять родителей, а родители стремятся понять своих детей. Символический образ создается с помощью средств, которые ведущий приготовил заранее (журналы, ножницы, цветная бумага, упаковочные материалы для цветов, клей, скотч и т.п.).

После представления командами своих коллажей ведущий предлагает участникам поделиться чувствами и мыслями о прошедшей игре.

Тренинги для родителей

Вспомним цели детско-родительских мероприятий — раскрыть возможности ребенка в общении, ответить на актуальные для него вопросы. Цель тренинга можно определить как обучение родителей способам оптимизации взаимодействия с детьми. Опираясь на структуру, предло-

женную И. Вачковым, перечислим задачи тренинга: во-первых, это мотивирование родителей и формирование позитивного отношения к тренингу, во-вторых, формирование системы представлений участников в сфере общения с детьми и, в-третьих, формирование конкретных умений.

Понятно, что первая задача является наиболее сложной. Поэтому проведение тренинга не всегда возможно. Для большинства родителей это совершенно незнакомая по жизненному опыту деятельность, даже само слово «тренинг», как правило, им неизвестно. Они не знают, зачем он нужен, чего от него можно ожидать. Они не знакомы с его правилами: усаживание в круг, свободный обмен чувствами — и не имеют опыта такого общения. Более того, часто такая форма противоречит сложившимся у родителей стереотипам взаимодействия. Случается, что простое усаживание в круг вызывает у них чувство незащищенности, страх и даже агрессию по отношению к ведущему. Агрессия может и не проявиться на самом тренинге, родители покорно выполняют все необходимые действия, но сильные негативные чувства к психологу могут остаться надолго. Понятно, что больше на подобные встречи такие родители не придут. Поэтому прежде чем принимать решение о проведении тренинга, необходимо подумать о том, действительно ли для данной группы родителей необходим именно тренинг, какие преимущества он дает, сможем ли мы создать ситуацию, когда стремление к участию будет сильнее сопротивления.

Мы считаем, что задача мотивирования родителей к участию в тренинге выполняема только при наличии у них доверия к ведущему, а также сильного желания принять правила школы. Исходя из сказанного, рекомендуется про-

водить тренинг либо с родителями, у которых есть определенный опыт общения с психологом, либо с папами и мамами первоклассников, которые готовы на все, даже на тренинг, чтобы помочь своим детям успешно адаптироваться к школе.

Для решения второй задачи — формирования системы представлений участников в сфере общения с детьми — в тренинг необходимо включать информационные блоки, которые будут представлены на протяжении всего тренинга. Часть материала лучше давать родителям в виде таблиц для работы на занятии. Количество информации, на наш взгляд, должно быть пропорциональным возрасту ребенка.

Приведем примерные сценарии.

Примеры

Сценарий тренинга для родителей будущих первоклассников

Цель: снижение уровня тревоги перед трудностями адаптации к школе.

Разогрев. Из анкет, которые родители заполняли во время приема детей в школу, ведущий заранее выписывает данные о любимых занятиях будущих учеников. Тренинг начинается с проведения соответствующей «переключки» — ведущий зачитывает характеристики детей и спрашивает: «Есть ли здесь родители мальчика, который...».

Варианты характеристик могут быть такими:

- Мальчик, у которого живут собака, кот и кролик. Он помогает по хозяйству, любит решать примеры по математике и играть в ролевые игры.
- Девочка, которая любит рисовать, играть с братом, строить.

- Девочка, у которой есть попугай, хомяк и две черепахи. Ей нравится помогать маме по хозяйству. Она любит сказки: «Синяя птица», «Пеппи Длинныйчулок», «Красавица и чудовище».
- Мальчик, который любит кататься на горных лыжах, плавать, рисовать, лепить. А играет он чаще всего в развивающие или подвижные игры.
- Девочка, которая с удовольствием ходит в театры, на концерты. Играть тоже любит в театр. У нее есть кот.

Информационный блок 1

Родители могут существенно повлиять на процесс адаптации детей к школе, поскольку они находятся в очень близкой эмоциональной связи со своими детьми. Если начнут тревожиться и волноваться, то могут помешать ребенку. Если же будут знать «сигналы» неблагополучия и способы помощи ребенку, то, оставаясь спокойными, помогут ему.

Что важно для ребенка в первые дни в школе? Суметь познакомиться с другими детьми.

Задание 1.1. Знакомство из роли взрослых. Предлагается с родительской позиции назвать свое имя и как можно больше качеств, которые начинаются на первую букву имени.

Задание 1.2. Знакомство из роли детей. Предлагается представить себя ребенком и познакомиться с соседом справа. Затем обсуждаются способы, которые дети используют для знакомства друг с другом, их эффективность, возможность обучения им ребят.

Информационный блок 2

Детям в классе важно не только познакомиться, но и установить дружеские отношения. Они делают это по-разному: предлагают игры, включаются в уже предложенные, привле-

кают внимание «шутовством», драками или какими-то другими способами.

Задание 2.1. Родителям предлагают из роли ребенка «нарисовать» портреты сверстника, с которым хочется дружить, и ребенка, с которым не возникает желания общаться. Затем их просят подумать, к какому портрету ближе их собственный ребенок и как приблизить его к желаемому образу.

Задание 2.2. Вспомнить игру, интересную шестилетним детям, и провести ее с группой. Подумать, как к началу учебного года научить детей нескольким играм. Ведущему нужно иметь запасные варианты на случай, если родители не смогут предложить свои.

Информационный блок 3

В школе ребенку важно найти общий язык не только со сверстниками, но и со взрослыми. Однако здесь дело обстоит сложнее, поскольку окружающие его учителя являются носителями конкретной ценностной основы, которая определяет направления их воспитательной деятельности. Ребенку будет комфортно, если ценностная основа педагога будет близка к принятой в семье. Но учитель один, а семей, отдающих ребенка в этот класс, много. Поэтому стоит согласовать ценностные основы воспитания, чтобы принять некие общие положения для всего класса, добиваться их реализации и в школе и дома.

Задание 3.1. Нужно подумать и сказать, какие качества родители хотят воспитать у своего ребенка в первую очередь. Каждое качество записывается на отдельном листе бумаги. Затем родители обсуждают их и ранжируют по степени значимости. Качества могут быть такими:

- уважение к себе;
- уважение к окружающим;

- доброта;
- честность;
- дружелюбие;
- ответственность;
- отзывчивость;
- любознательность;
- порядочность;
- мужественность;
- воля;
- самодостаточность;
- самостоятельность;
- трудолюбие;
- старательность;
- уверенность в себе;
- понимание окружающих.

Информационный блок 4

Когда ребенок ведет себя так, как нравится взрослым, когда он радуется им, его, как правило, хвалят и закрепляют положительные проявления. *Важно, чтобы педагоги и родители придерживались одной воспитательной линии, иначе в ситуации неопределенности у ребенка возникнет ощущение небезопасности: непонятно, почему одни значимые взрослые меня за это хвалят, а другие не замечают или даже ругают?*

Задание 4.1. Родители в парах обсуждают, за что они будут хвалить и ругать ребенка. Выбирают по 3 самых значимых, на их взгляд, качества или варианта поведения. Записывают на листах бумаги и предъявляют группе.

Информационный блок 5

Для успешной адаптации к школе важно, чтобы родители сумели «отпустить» ребенка, а это возможно, только если они будут полностью доверять школе и учителю.

Задание 5.1. Родители обсуждают и коллективно составляют «портрет» учителя (называют его качества), которому бы они спокойно доверили своего ребенка.

Информационный блок 6

Важная задача — научить ребенка правильно вести себя в конфликтных ситуациях, потому что в детской среде они обязательно случаются. Некоторые родители считают, что конфликты недопустимы и они свидетельствуют о плохо организованном воспитании. Мы полагаем, что полное их отсутствие приведет к изнеженности детей и, как следствие, к формированию у них неуверенности в себе.

Задание 6.1. Родители делятся на пары и из детской позиции пытаются конструктивно разрешить конфликтные ситуации, предложенные ведущим, затем они разыгрывают свои варианты перед собравшимися.

Информационный блок 7

Родителям необходимо не только научить ребенка правильно действовать при возникновении конфликта, но и самим грамотно реагировать на его сообщение о случившемся конфликте. Главное здесь — не обещание наказать обидчика или обвинение самого ребенка в произошедшем, а оказание поддержки, что помогло бы ему разрешить конфликт самостоятельно.

Задание 7.1. Каждый участник получает жалобу ребенка на случившийся конфликт и демонстрирует группе свою реакцию.

Задание 7.2. Участники становятся в два круга — внешний и внутренний — лицом друг к другу, образуя пары. Им необходимо различными способами в течение нескольких минут оказывать поддержку друг другу. По сигналу ведущего чле-

ны внутреннего круга сдвигаются по часовой стрелке и таким образом образуют новую пару. Движение идет до тех пор, пока все участники не взаимодействуют.

Заключительное задание. Участникам предлагается поделиться своими чувствами и мыслями по поводу тренинга.

* * *

Сценарий тренинга для родителей старшекласников (разработан совместно с Л.А. Кобзевой)

Тема: «Эффективная коммуникация в семье»

Цель: обучить родителей использовать средства общения, адекватные целям.

Информационный блок 1. Что необходимо делать, чтобы наладить взаимоотношения с ребенком

Для того чтобы общение в семье стало эффективным, необходимо делать следующее:

- оказывать ребенку поддержку;
- развивать взаимопонимание;
- оказывать целенаправленное воздействие на ребенка.

Для достижения этих целей существуют эффективные приемы.

Информационный блок 2. Поддержка

Основные функции поддержки

- поддержка — основа формирования у детей уверенности в себе;
- поддержка — важный мотивирующий фактор обучения и основа конструктивного взаимодействия с людьми вообще.

Поддержку можно оказывать невербальными и вербальными способами.

Задание 1.1. Расскажите, какие невербальные способы поддержки в различных ситуациях предпочитает ваш ребенок. Какие способы он не принимает. Обсудите, какие способы оптимальны для детей такого возраста.

Можно в качестве опоры предложить родителям список возможных вариантов:

- через рукопожатие;
- взглядом;
- через прикосновение;
- с помощью жестов;
- мимикой;
- через объятия.

Задание 1.2. Представьте себя группой подростков. Окажите словесную поддержку соседу справа, будто он оказался в трудной ситуации.

Потом предложите родителям раздаточные материалы, затем устно поясните содержащуюся в них информацию.

Алгоритмы оказания поддержки

Можно выделить два типа поддержки — *поддержку-воздействие* и *поддержку-реакцию*.

Характеристика 1-го типа поддержки

<i>Название</i>	<i>Поддержка-воздействие</i>
<i>Цель</i>	Помощь в конкретной ситуации
<i>Алгоритм</i>	<p>Опишите ребенку ситуацию и его действия</p> <p>Опишите результат этих действий</p> <p>Опишите собственные чувства и возможные чувства других людей в контексте данной ситуации</p> <p>Сформулируйте ваши предложения по поводу дальнейших действий ребенка</p>

Характеристика 2-го типа поддержки

Название	Поддержка-реакция
Цель	Эмоциональная поддержка, установление отношений
Алгоритм	<p>Скажите ребенку о том, что вы разделяете его чувства</p> <p>Присоединитесь к модели мира ребенка: «На твоём месте я бы тоже...»</p> <p>Опишите ситуацию языком чувств: «Это действительно... (чувство), когда... (ситуация)»</p> <p>Задайте вопрос об уместности помощи: «Скажи, могу я тебе чем-то помочь? С учетом моих возможностей...»</p> <p>Уточните характер необходимой помощи</p>

Задание 2.1. Разбейтесь на пары и с помощью алгоритмов смоделируйте ситуации, в которых ребенку требуется поддержка. Разыграйте эти ситуации. (Ситуации могут придумать сами участники, а может предложить ведущий.)

Информационный блок 3. Взаимопонимание

*Основные функции общения,
направленного на развитие
взаимопонимания*

Общение, направленное на развитие взаимопонимания, — основа установления открытых доверительных отношений.

Главные условия реализации общения, направленного на развитие взаимопонимания:

- ориентация на систему ценностей и картину мира ребенка;

- понимающее, безоценочное принятие личности ребенка;
- наличие собственной открытой позиции без стремления спрятаться за «маской силы и ума».

Эту информацию необходимо представить в виде раздаточного материала.

Основные техники:

- Вербализация, пересказ сообщения ребенка («Правильно ли я понял, что с тобой случилось...»).
- Отражение чувств, то есть высказывание предположения об эмоциональном состоянии ребенка («Мне кажется, тебе сейчас грустно»).
- «Угу»-слушание — выслушивание ребенка с подтверждением своей «включенности» в его рассказ различными знаками.

Задание 3.1. Ведущий с тремя участниками, играющими роли подростков, поочередно демонстрирует все три техники. Затем родителям необходимо разбиться по тройкам и проиграть увиденное.

Информационный блок 4. Целенаправленное воздействие

Основные функции целенаправленного воздействия

Целенаправленное воздействие — основа сознательного мотивирования детей к изменениям. Воздействие может быть неавторитарным или авторитарным.

Неимперативные (неавторитарные) средства воздействия на мотивацию

Просьба («Не мог бы ты сделать...») содействует повышению у человека, которого о чем-то просят, собственной значимости.

Предложение, то есть предоставление возможности обсуждения вариантов разрешения проблем («Мне бы хотелось, что-

бы ты поступил...», «Может быть, имеет смысл поступить так...») — содействует повышению осознанности выбора линии поведения, принятию ответственности за последствия выбора.

Методы убеждения

Убеждение-обращение к имеющимся у человека установкам и ценностям, для доказательства собственной правоты и принятия правильного решения — содействует формированию у детей внутренних мотиваторов желаемого поведения («Действую не потому, что заставляют, а потому, что сам хочу»).

Метод нахождения противоречий основан на выявлении противоречивости в доводах убеждаемого и на проверке собственных аргументов на непротиворечивость для предотвращения контрнатупления.

Пример. «Считаешь ли ты, что необходимо с уважением относиться к окружающим? Можно ли расценивать такое твое поведение (*конкретный поступок*) как проявление уважения к окружающим? Как тогда его можно объяснить?»

Метод «извлечения выводов» — аргументы излагают не сразу, добиваясь согласия на каждом этапе.

Пример. «Считаешь ли ты, что урок должен содействовать повышению уровня знаний у учащихся? Согласен ли ты, что прежде чем переработать информацию, подумать над ней, запомнить, нужно ее получить? Какие каналы восприятия информации существуют? (*У старших подростков — в основном зрение и слух при условии наличия определенной концентрации внимания.*) Можно ли сделать вывод, что для успешного усвоения информации ее нужно сначала выслушать или прочитать? Как будет выглядеть «портрет» ученика, благополучно усваивающего новые знания?»

Метод двусторонней аргументации — излагаются преимущества, а потом недостатки принятого решения. Это создает впечатление непредвзятости убеждающего.

Например: «Давай рассмотрим сначала недостатки соблюдения всех правил поведения на уроке. В этом случае пропадает возможность продемонстрировать друзьям собственную «крутость», которая заключается в неповиновении взрослым.

Теперь давай рассмотрим преимущества. Будет развиваться такое качество, как умение преодолевать себя. Родители и учителя будут довольны тобой».

Метод «Да, но...» — используется в тех случаях, когда собеседник приводит убедительные доказательства преимуществ своего подхода к решению вопроса; сначала с ним соглашались, после некоторой паузы приводят контрдоводы.

Пример. Подросток жалуется психологу, что его «достала» классная руководительница — на самоподготовке не дает поговорить с соседом.

Психолог отвечает: «Да, она не дает тебе вертеться, но это помогает тебе выполнить математику без ошибок. Ты же мне сам рассказывал, что хочешь получить четверку в четверти и тогда тебе купят новый телефон».

Информацию о методах убеждения без примеров нужно представить в виде раздаточного материала.

Задание 4.1. Необходимо по очереди (по кругу) как можно более эффективно, используя любой понравившийся способ, убедить ведущего, играющего роль подростка, начать хорошо учиться (бросить курить, соблюдать правила поведения в школе и т.п.).

Информационный блок 5. Условия эффективности убеждения

Убеждение будет эффективно, если:

- осуществляется на фоне невысокой интенсивности эмоций убеждающего. Возбуждение, гнев интерпретируются как неуверенность;
- не только предлагаются свои доводы, но и рассматривается аргументация собеседника;

- отсутствуют прямые заключения о неправоте убеждаемого (это задевает его самолюбие и повышает уровень самозащиты);
- отсутствуют длинные назидательные (менторские) монологи, в процессе которых внимание собеседника ослабевает или он начинает защищаться;
- между аргументами делаются паузы (поток слов в режиме монолога притупляет внимание собеседника);
- сам убеждаемый принимает участие в обсуждении и принятии решения, так как в диалоге лучше перенимаются взгляды.

Задание 5.1. Участники играют роли подростков. Ведущий по очереди обращается к ним с необоснованными обвинениями, например: «Ты сегодня очень глупо вел себя с гостями», «Ты не можешь нравиться девочкам, поэтому не общайся с ними». Участникам необходимо вступать в диалог с ведущим, сохраняя спокойствие.

Задание 5.2. Участников просят представить свою встречу с ребенком дома сегодня после тренинга и подумать о том, какая информация и какие умения могут им пригодиться в общении с ним.

Заключительное задание. Участники придумывают метафору тренинга.

Итак, мы рассмотрели активные методы работы с родителями. Понятно, что их спектр намного шире, чем в представленном списке. Но главное, как мы полагаем, не форма работы, а наличие у психолога собственной активной позиции, которая предполагает высокий уровень самораскрытия, доверия к родителям и детскую веру в чудеса. Все это позволяет добиться прекрасных результатов и наладить живой контакт родителей с детьми.

Глава 2

ИНДИВИДУАЛЬНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ РОДИТЕЛЕЙ

2.1. Цели и общие принципы индивидуального консультирования родителей

Индивидуальное консультирование как вид терапевтического воздействия является достаточно распространенной формой работы школьного психолога. Многим оно кажется одним из наиболее простых методов, поскольку основывается главным образом на разговорной терапии. Беседа, как вид деятельности, знакома родителям и вызывает наименьшее сопротивление из всех обсужденных ранее форм, поэтому на разговор с психологом мамы и папы обычно легко соглашаются. Однако если рассматривать консультацию с позиций эффективности, откроется вся сложность ее проведения.

В любом терапевтическом процессе основным критерием результативности является наличие изменений. В консультации с родителями, мы полагаем, изменения происходят на трех уровнях:

1. Чувства в отношении того или иного аспекта развития ребенка, ситуации.
2. Мысли в отношении того или иного аспекта развития ребенка, ситуации.
3. Действия или стремление действовать.

Изменения могут возникнуть на нескольких уровнях. Например, если после консультации мама пятиклассника, обеспокоенная присутствием в лексиконе сына «анальной» лексики, поймет, что это проявление подросткового кризиса, и успокоится, то можно говорить об изменениях и на уровне чувств, и на уровне мыслей. А если мама, испытывающая перед дочкой чувство вины за развод, после консультации освободится от него и при этом осознает наличие у дочери и у себя самой проблемы снижения самооценки, а также вознамерится эту проблему разрешить, то это будет означать, что изменения возникли на всех трех уровнях.

Можно ли считать, что вторая консультация успешнее первой, что результат определяется количеством затронутых уровней? Ни в коем случае. Каждый из них может прорабатываться с разной глубиной. И иногда проработка проблемы, например, на уровне чувств может быть намного более глубокой, чем изменения, произошедшие на уровне действий. Кроме того, все родители разные: у кого-то в ходе консультации активизируются механизмы психологической защиты, у кого-то актуализируются серьезные внутренние конфликты и т.п. Поэтому успешной следует считать консультацию, после которой наблюдается пусть даже незначительная позитивная динамика.

Консультирование как форма терапевтического воздействия должно опираться на тот или иной теоретический подход с вытекающими из него базовыми техниками, ролью и функциями консультанта. Обозначенная нами ранее цель школьной службы — сохранение и укрепление психологического здоровья учащихся — не вписывается ни в одну из традиционных теорий консультирова-

ния и заставляет применять эклектический подход, который подразумевает обобщение достижений различных школ. Такой подход нередко используется в психотерапии.

Технологически, на наш взгляд, консультирование должно основываться на ключевых понятиях личностно-терапевтического подхода (К. Роджерс). Это искренность психолога, безусловное позитивное принятие клиента и эмпатическое понимание его внутреннего мира. Другими словами, главной излечивающей силой становится доброе отношение терапевта к клиенту и то, как он умеет его проявить. Обязательным условием является наличие у терапевта личной силы, наполняющей его отношения с клиентом «энергетикой», делающей его более действенным. Иногда для достижения существенных изменений бывает достаточно только технологии, хотя нужно добавить, что применение ее на практике бывает очень сложным.

В большинстве случаев при консультировании родителям требуется понимание причин возникающих у детей трудностей. Поэтому психологу необходимо иметь некий идеальный образ ребенка и типичные варианты отклонений от него. Мы полагаем, что в качестве эталона можно принять образ ребенка, обладающего всеми основными компонентами психологического здоровья.

Отклонения от него можно рассматривать в двух аспектах. *Первый* — нарушения психологического здоровья в целом, предполагающие наличие у ребенка того или иного варианта агрессивности (защитной, деструктивной, демонстративной, компенсаторной, отрицающей) или страхов (внешней агрессии, социальных, самовыражения, взросления, самоопределения). *Второй* — нарушения в развитии отдельных компонентов психологического здоровья:

неумение принимать себя или других людей, осознавать причины и последствия своего поведения, нежелание учиться, развиваться, несформированность необходимых по возрасту новообразований, отсутствие адаптации к условиям школы или семьи.

Если технологически мы опираемся на положения клиент-центрированной терапии, то теоретической основой является психология развития. Таким образом, задачей консультанта становится определение на основе поведенческих проявлений ребенка конкретного варианта нарушений и помощь родителям в понимании и принятии своего ребенка.

Логика консультативной беседы во многом определяется тем, пришел родитель к психологу по собственной инициативе или же по его приглашению.

В первом случае после ознакомления с проблемой, вызвавшей беспокойство, консультант на основании предыдущего опыта общения с ребенком формулирует для себя внутреннюю гипотезу о причинах возникших трудностей, затем с помощью уточняющих вопросов проверяет ее.

Во втором случае специалист может воспользоваться данными психологической диагностики, поэтому гипотеза может быть сформулирована более точно.

На следующем этапе работы — психолог либо дополняет рассказ пришедшего на консультацию родителя о поведенческих проявлениях, которые свидетельствуют о наличии нарушений у ребенка, либо информирует родителя о наличии таких проявлений и просит его дополнить картину. Здесь очень важным является умение консультанта вести разговор на языке родителя, избегать привычных для психолога, но непонятных обывателю терминов, например: фрустрация, депривация и т.п.

После того как «поле» поведенческих проявлений, которые не удовлетворяют родителей, будет совместно создано, необходимо дать ему общее название в терминах нарушения психологического здоровья. Поскольку уже из предыдущей беседы родителям становится понятным содержание нарушения, как правило, они принимают и его название, что само по себе является важным терапевтическим воздействием. Знать «имя» — означает понимать и контролировать происходящее. Например, можно сказать родителям о том, что проявления ребенка свидетельствуют о снижении у него ощущения самооценности (занижении самооценки, неумении принять себя и т.п.) или же о защитной агрессивности (ребенок дерется, потому что чувствует небезопасность этого мира).

Если родитель согласился с тем, что у ребенка действительно имеется то или иное нарушение, то, вероятнее всего, он сам задаст вопрос: «Почему?» Здесь очень важно избежать появления у него чувства вины, поскольку за этим последует сопротивление дальнейшей работе. Или, наоборот, родитель начнет действовать так рьяно, что спровоцирует какое-нибудь другое нарушение. Поэтому иногда имеет смысл сказать, что, вероятнее всего, объективные причины кроются в прошлом. Какие? Родитель с удовольствием сам обозначит их: конфликты между супругами, финансовые трудности, постоянная занятость, частая смена места жительства и т.п. Психологу нужно согласиться, добавив, что современные социально-экономические условия сильно обостряют эти проблемы. После этого можно планомерно, но очень осторожно подводить родителя к реальной причине создавшейся ситуации, постоянно наблюдая его реакцию. В случае непонимания следует остановиться. Лучше пусть будет при-

нята часть правды, чем в дальнейшем усилится сопротивление и появится агрессия по отношению к психологу. Полезно использовать метод «обычной картинки», который дает возможность самому клиенту принять либо отвергнуть причину. К примеру, консультируя мать первоклассника с деструктивной агрессивностью, можно сказать, что такие проявления обычно наблюдаются у детей, мамы которых очень любящие, заботливые, ребенок для них — смысл жизни, они очень беспокоятся о нем. Этот ряд можно продолжать до тех пор, пока клиентка не скажет: «Вы описываете меня».

Следующий вопрос, который обычно задают родители: «Что делать?» Они согласились с тем, что нарушение имеется, причины понятны, но как изменить ситуацию? И здесь мы вступаем в противоречие с аксиомой, которую хорошо изучили: психолог советов не дает. Как нам представляется, это положение не является абсолютной истиной. Психолог вправе и должен предложить родителям некоторые варианты изменения ситуации, делая это очень аккуратно, как бы прислушиваясь к тому, как тот или иной совет оправдывает ожидания родителей, не вызывает ли он сильного сопротивления. Опасно давать хорошие, но нереализуемые в конкретной ситуации советы.

К примеру, пятиклассница жалуется на то, что мать, родившая второго ребенка, груба и несправедлива по отношению к ней. Бесполезно просить отца разобраться во взаимоотношениях дочери и матери. Мать, устающая, не высыпающаяся из-за малыша, вряд ли отреагирует на такое воздействие адекватно. Останавливаемся на том, что отец частично возьмет на себя материнские поддерживающие функции: будет уделять внимание старшей дочери, проводить с ней больше времени. А психолог будет рабо-

тать с тем, чтобы девочка научилась принимать маму такой, какая она есть.

Иногда чувствуется, что, спрашивая «Что делать?», родитель вовсе не собирается ничего менять и, выслушав совет психолога, будет действовать по привычным канонам. Это часто случается, когда психолог оценивает проблему как особенно острую и значимую. А родителю она таковой не кажется, а порой бывает для него даже удобной, например, проблема неуверенности в себе в подростковом возрасте. Тогда имеет смысл мотивировать родителя к изменениям через обращение к значимой для него сфере — здоровью ребенка, его будущей социальной успешности, возможности удачно устроить семейную жизнь и т.п. Например, маму семиклассника удастся уговорить снизить гиперопеку, обрисовав будущую семейную жизнь сына с женой, взявшей на себя роль матери.

Проводя консультацию, всегда стоит задавать себе вопрос: а хватит ли у клиента ресурсов для необходимых изменений? Работа по расширению ресурсной сферы не бывает лишней. Как действовать в этом направлении? Прежде всего не забывать, что наша главная задача — поддерживать родителей, а не «обвинять» их в наличии трудностей у детей. В связи с этим хочется вспомнить рассказ польского психолога А. Кемпински о людях в концлагерях. Своим спасением они были обязаны главным образом теплым отношениям между ними, которые оказались сильнее лагерного кошмара и помогли выжить. Поэтому мы с начала и до конца встречи поддерживаем родителей разными способами: мысленными посланиями «Я принимаю тебя», открытой, направленной к клиенту позой, подбадривающими репликами и, главное, спокойной, ласковой улыбкой.

Можно поискать ресурсы в прошлом и будущем. Бывает, что человек начинает рассказывать о своем детстве, то есть обращается к своему прошлому, и это стоит поддерживать. Вместе с родителем можно вспомнить, чего он достиг в воспитании ребенка, каких усилий это ему стоило. Например, насколько подготовленным малыш пришел в первый класс и какова в этом роль мамы. Или пофантазировать: чем ребенок в будущем может удивить мать и отца, какие способности у него вдруг проявятся?

Нарушение контакта с ребенком как основа родительских проблем

Опишем некоторые наиболее часто встречающиеся у родителей проблемы, которые влекут за собой ошибочные воспитательные воздействия и мешают установить теплый, поддерживающий контакт с ребенком, необходимый ему для благополучного развития. Рассмотрим виды контакта в качестве оснований для классификации родительских проблем.

Контакт-ограничение

Сверхтребовательность, или «синдром отличника». В эту группу входят хорошие, «правильные» матери и отцы, которые с большим вниманием относятся к исполнению своей родительской роли. Однако им присущ так называемый «синдром отличника», они стараются любое дело, и воспитание детей в том числе, делать очень тщательно, не допуская ошибок. Для них характерно обостренное чувство вины, которое могут использовать их матери или свек-

рови, прямо или косвенно говорящие: «Ты плохая мать (плохой отец)». Возможно, поэтому те или иные нарушения в развитии ребенка такие родители воспринимают очень болезненно, приписывая их только своим промахам. Как правило, им трудно быть спонтанными. Поэтому первое время на консультации они держатся натянуто правильно, будто ждут одобрения. И только спустя какое-то время начинают улыбаться. Правда, «отличники» имеют одно неоспоримое достоинство — приходят на все встречи, которые проводит психолог, несмотря на реальную загруженность. Контакт с детьми у них присутствует, но в большей степени он направлен на социализацию ребенка в ущерб его естественным индивидуальным желаниям и потребностям, поэтому будем считать такой контакт ограничивающим.

Сниженное ощущение самооценности. Для таких родителей проявление заботы о ребенке необходимо для подтверждения собственной значимости, ценности. Ребенок как бы доказывает их право на существование. Повышенная опека у них сопровождается строгим контролем в основных жизненных сферах: питании, режиме дня. Понятно, что подобным образом можно относиться только к маленьким детям. Поэтому такие родители всячески подчеркивают инфантильность ребенка. В консультативной беседе они легко соглашаются со всем, что не связано с проявлением самостоятельности их детей, она представляется им преждевременной. Основные трудности во взаимоотношениях у них появляются с наступлением подросткового возраста, когда ребенок начинает отстаивать свою независимость. Родители всячески сопротивляются любым проявлениям эмоционального отделения подростка от семьи.

Контакт с ребенком у таких родителей присутствует, однако в большей степени он направлен на контроль над ребенком, поэтому его также можно назвать ограничивающим.

Контакт-слияние

Нарушения ролевой структуры семьи. Традиционно существуют различные семейные роли — матери, отца, ребенка, бабушки, дяди, и т.п. Однако в некоторых семьях ролевая структура нарушена, то есть члены семьи по разным причинам вынуждены играть роли, которые им несвойственны. Если говорить о детях, то им нередко достаются роли взрослых. Такое явление называется паттернизацией. В ее процессе ребенку приходится отодвинуть в сторону собственные чувства и желания и вынужденно подключиться к роли взрослого вследствие внутренних конфликтов матери или отца. Это обычно происходит в двух ситуациях. Первая — когда кто-то из взрослых занимает по тем или иным причинам детскую позицию. Например, мать в детстве не получала достаточного участия, ласки, тепла и теперь ощущает потребность быть в центре внимания семьи, получать всяческие свидетельства любви окружающих. Соответственно ребенок старается поддерживать мать, чувствует ответственность за ее благополучие, винит себя, когда нарушается ее эмоциональное благополучие. Интересно, что мать в этом случае нередко и внешне соответствует своей детской роли, это особенно проявляется в ее подчеркнуто молодежной манере одеваться. Нередко при первой встрече с ней возникает удивление: как такая молодая женщина может быть матерью большого ребенка? Отец в детской позиции бывает реже, поскольку

ку она противоречит стереотипу маскулинности в нашей культуре. Это наблюдается только при наличии у мужчины глубоких детских конфликтов, связанных с депривацией материнской любви.

В такой ситуации девочке достается роль матери своих родителей. Мальчику — их отца.

Вторая ситуация такова: в ней ребенок играет роль либо отсутствующего члена семьи, либо существующего, но по тем или иным причинам не исполняющего свою роль. Например, отец в семье достаточно холоден и отстранен от жены. Его роль может играть сын. Если в семье несколько мальчиков, возможно и такое: сначала эту роль примет старший, а после его сепарации она перейдет к младшему.

Нарушения ролевой структуры семьи могут вызвать особенно серьезный внутренний конфликт у ребенка и, как следствие, нарушение поведения в подростковом возрасте. В это время начинается процесс отделения от семьи. Родитель всячески будет этому сопротивляться, поскольку в этом случае предстоит отпустить ребенка, играющего сразу две роли: самого себя и кого-то еще — мужа, жены, матери или отца. Подросток же будет испытывать чувство вины за свое возможное отделение и гнев за саботирование этого процесса родителями. В этой ситуации все члены семьи очень отзывчивы к проявлению материнского поведения психолога.

Идентификация родителей с ребенком. Она обнаруживается в страхе потерять ребенка, преувеличении его хрупкости, незащитности, излишнем внимании к его эмоциональному комфорту. Неуспехи или обиды ребенка переживаются очень остро как свои собственные. А неудачи легко оправдываются. В любой ситуации виноватым счи-

тается другой человек, но не ребенок. Поэтому ребенок легко манипулирует такими родителями. Ведь они в любых конфликтах становятся его горячими защитниками, а порой даже воинами-обвинителями в отношении нарушителей его спокойствия. Можно предположить, что к идентификации с ребенком прибегают родители со слабым Я. Это позволяет им чувствовать себя сильнее и увереннее. Следует иметь в виду, что слабое Я может совершенно не проявляться внешне. Такие взрослые иногда, напротив, производят впечатление очень уверенных в себе людей. На консультации они прибегают к некоторой агрессии, которую легко сбить спокойной, уверенной, возможно, слегка вызывающей позицией психолога.

Такие родители склонны к программированию своих детей с ориентацией на собственные достижения. Если они успешны, то предполагают обязательную суперуспешность ребенка, и наоборот.

В этой ситуации ребенок, казалось бы, получает достаточно родительской заботы и ласки. Однако важным является не только количество, но и качество. Спокойной уверенной любви получается на деле не так много. Поэтому и он, и его родители отзывчивы к спокойному доброжелательному отношению психолога.

В подобной ситуации взрослые забывают о своих чувствах и желаниях, живут желаниями детей, поэтому контакт между ними можно также назвать слиянием.

Отсутствие контакта

Нарушение родительской функции. Это случай, когда мать или отец занимают эмоционально отстраненную позицию, не проявляют заботу, нежность. Если такое отношение ис-

ходит от обоих родителей, то ребенок практически не имеет опыта получения любви и живет с ощущением глубокого одиночества. Эмоциональная отстраненность взрослых не означает полного отсутствия у них любви к детям. Как правило, виной всему внутренний конфликт, содержание которого кроется в неумении устанавливать близкие отношения и в страхе перед ними. Вследствие этого у матери или отца также возникает ощущение одиночества даже среди близких людей. «Сигналом», свидетельствующим о наличии у родителей этих особенностей, является чувство удивления консультанта, возникающее оттого, что при взаимодействии с таким собеседником бывает трудно поймать его взгляд (иногда на встречу они приходят в темных очках). Можно предположить, что эти люди избегают близких отношений из-за боязни потерять собственное Я ввиду неумения обозначать границу между собой и другими. Поэтому психологу нужно очень осторожно и постепенно организовывать взаимодействие с такими родителями, которые, вероятнее всего, займут позицию «У нас все в порядке. Мы — идеальная семья». Работать здесь предстоит, опираясь на «голову», на разум, а не на чувства. Иногда потребуются несколько встреч, чтобы подготовить родителей к первичному самораскрытию. И весьма вероятно, что первый открытый разговор начнется с рассказа матери или отца о самих себе (иногда достаточно долго).

Понятно, что эмоционального контакта с ребенком такой родитель установить не может.

Супружеские конфликты. Возможны два варианта. Первый — когда один из родителей выступает против другого в открытой коалиции с ребенком. Понятно, что в этом случае у второго взрослого отношения с ребенком нару-

шаются вплоть до открытого его отвержения. По отношению к психологу у такого родителя может возникнуть страх, агрессия, желание избежать контакта.

Второй вариант — родители скрывают супружеские конфликты и предъявляют вонне образ идеальной семьи. А появившиеся трудности в поведении ребенка становятся фактором, либо скрепляющим взаимоотношения родителей, либо отвлекающим внимание от них. Здесь взрослые будут доброжелательны с психологом, согласятся на консультации. Однако встречи не принесут желаемого результата из-за того, что родители захотят остаться в поле ребенка и вряд ли станут обсуждать собственные проблемы.

Понятно, что у ребенка не будет глубокого эмоционального контакта ни с отцом, ни с матерью.

Скрытое отвержение. Эта ситуация характерна для родителей, которые в детстве получили опыт эмоционального отвержения в собственной семье или с рождением ребенка лишились чего-то важного в своей жизни: социальной успешности, сексуальной привлекательности и т.п. Поэтому им свойственна вытесненная враждебность к ребенку, скрытое его отвержение. Внешне это мало проявляется, поскольку в нашей культуре негативные чувства по отношению к своему ребенку считаются неприемлемыми. «Сигналом» такого родителя является противоречивость поведения: он то демонстрирует готовность к взаимодействию с психологом, то уходит от него и прекращает всякое общение. Если речь идет о маме и внутреннем отвержении материнской роли, то ребенок наверняка испытывает отсутствие спокойного теплого физиологического контакта, поэтому с трудом идет на задания, которые требуют прикосновений.

При консультировании таких родителей психологу важно избежать даже минимального осуждения, что иногда трудно сделать, поскольку перед глазами реально страдающий ребенок. По возможности нужно постараться провести встречу в теплой материнской позиции.

Итак, мы рассмотрели некоторые особенности контакта родителей с детьми, которые можно отнести к нарушениям. Однако необходимо понимать, что, кроме трудностей, эти особенности дают ребенку и некоторые ресурсные возможности, что нельзя недооценивать. Поэтому задача психолога — не только стремиться к изменению формы контакта между родителями и детьми, но и использовать позитивные моменты в имеющемся конфликте.

2.2. Индивидуальное консультирование родителей, чьи дети имеют различные нарушения психологического здоровья

При наличии выраженного нарушения психологического здоровья у ребенка необходимо привлечь к работе родителей с целью изменения стиля взаимодействия с ним. В этом случае встреча происходит по инициативе психолога.

В консультативной беседе условно можно выделить четыре этапа.

На *первом* этапе психолог рассказывает родителям о необходимости сохранения психологического здоровья ребенка. Для многих, даже достаточно образованных, людей это будет довольно неожиданно и ново. Для них привычно беспокоиться либо о физическом состоянии ребенка, либо об успеваемости в школе. Поэтому сначала необходимо объяснить, что мы понимаем под психологическим

здоровьем и в чем его отличие от психического, поскольку у большинства родителей психолог ассоциируется с психиатром и вызывает страх, а следовательно, и отторжение: «Что, мой ребенок псих, что ли, зачем ему психолог?» Можно подчеркнуть, что в нашем нестабильном и стрессогенном обществе те или иные нарушения психологического здоровья имеют почти все дети. Далее хорошо бы рассказать о том, как эти нарушения связаны с успеваемостью в школе, адаптацией в социальной среде и, наконец, со здоровьем физическим. В итоге родителям становится понятна необходимость совместных действий по сохранению психологического здоровья ребенка.

На *втором этапе* психолог говорит о конкретной проблеме ребенка, по возможности используя понятные термины, описывающие поведение ребенка, чтобы мать или отец могли сравнить замечания специалиста со своими собственными и согласиться с наличием нарушения. Например, если у ребенка преобладают социальные страхи, можно сказать, что он боится контрольных, из-за чего качество их выполнения ниже, чем обычных аналогичных по трудности заданий. Или же ребенок одну и ту же работу дома в спокойной обстановке делает лучше, чем в классе. Можно попросить родителя привести свои примеры, свидетельствующие о наличии у сына или дочери отмеченного специалистом нарушения психологического здоровья.

После того как родитель примет факт существования проблемы, у него возникнет вопрос «Почему?» (*третий этап*). О том, как обсуждать возможные причины сложившейся ситуации, написано выше (см. с. 77–78).

Следующий вопрос, который обычно задает родитель: «Что делать? Как изменить ситуацию?» (*четвертый этап*). И тут стоит деликатно сообщить родителю, что его акту-

альное взаимодействие с ребенком неэффективно и даже закрепляет нарушения. На наш взгляд, это можно сделать, используя в качестве метафоры пример с аллергией. Например, ребенок имеет повышенную чувствительность к некоторым продуктам питания. И то, что полезно здоровым детям, скажем, молоко, вызывает у него сильную аллергическую реакцию. Так же и нездоровый в психологическом плане ребенок обладает непереносимостью некоторых психологических воздействий. Более того, они лишь ухудшают его состояние, в то время как здоровым детям они могли бы быть только полезны. Поэтому ребенку, имеющему какие-либо нарушения, нужна особая «психологическая диета», организовать которую могут только горячо любящие мама и папа. В ней можно выделить неспецифический и специфический компоненты. Под первым нужно понимать воздействие родителей, направленное на повышение уровня психологического здоровья в целом. Второй соответствует действиям по преодолению конкретного нарушения, имеющегося у ребенка.

Рассмотрим содержательное наполнение этих компонентов. Начнем с *неспецифического*. Как уже говорилось, психологическое здоровье можно рассматривать как систему из пяти составляющих: аксиологической, инструментальной, потребностно-мотивационной, развивающей и социально-культурной. В соответствии с этим можно определить основные направления воздействия родителей. Они заключаются в содействии формированию:

- а) умения любить себя и другого человека;
- б) личностной рефлексии;
- в) потребности в саморазвитии;
- г) возрастных новообразований;
- д) основных социальных ролей.

Начнем с первого направления. Здесь необходимо определить, что такое любовь к себе, поскольку для многих родителей перспектива обучать этому детей покажется абсолютно ненужной. «Они и так себя слишком любят», — скажут многие. На самом деле это не так. Любовь к себе синонимична таким понятиям, как самопринятие, положительное самоотношение, положительная Я-концепция и т.д. Можно сказать, что любовь к себе — это чувство собственного достоинства, собственной ценности, осознание собственной уникальности и вера в свои возможности.

Однако не является ли любовь к себе проявлением эгоизма? Как писал известный психолог Э. Фромм, в современной культуре часто прослеживается закономерность: «или любовь к другим, что добродетельно, или любовь к себе, что грешно». Э. Фромм подробно рассматривал отражение этой альтернативы в теологии и философии (И. Кальвин, Ф. Ницше, И. Кант, М. Штирнер и др.) и пришел к такому выводу: «Догма, что любовь к себе несовместима с любовью к другим, заполнила теологию, философию и общественную мысль». Однако он считал возможным разрешить это противоречие через введение и последующее определение понятия «себялюбие», которое, по Э. Фромму, не только не тождественно любви к себе, но обусловлено именно отсутствием таковой. Себялюбец любит себя не слишком сильно, а слишком слабо, вернее, он ненавидит себя. И с этим положением Э. Фромма хочется не просто согласиться, но подчеркнуть его особую значимость. Себялюбие действительно исключает какой-либо искренний интерес к другим людям, то есть оно действительно несовместимо с любовью к другим. Реальная же любовь к себе и любовь к другим, как утверждает Э. Фромм,

коренным образом взаимообусловлены. «Установка на любовь к себе обнаруживается у всех, кто способен любить других».

Однако достижение реальной любви к себе может оказаться достаточно сложным. Уже у детей 3—4 лет можно заметить неумение любить себя, непринятие собственной ценности, уникальности. И это понятно, потому что взрослые чаще обращают внимание на нарушения поведения малышей, поэтому используют в общении с ними преимущественно негативную лексику. Как следствие этого, даже дошкольники прекрасно знают свои недостатки. Но далеко не всем известны собственные достоинства. Многие дети считают, что их любят исключительно когда они хорошо себя ведут или отлично учатся. Нередко этому содействуют не только родители, но и опытные педагоги, к примеру, такими обращениями: «Вы должны все съесть, ведь родители любят тех, кто хорошо кушает», «Старайтесь прилежно учиться, чтобы родители вас любили».

Очень важно, чтобы психолог сумел разъяснить родителям: необходимо показывать ребенку свою безусловную любовь, то есть любовь не за что-то или при определенных условиях, а несмотря ни на что и ни на какие условия. Можно использовать с этой целью сказку из программы групповой психопрофилактической работы с детьми. На занятиях дети обычно очень живо на нее откликаются и говорят, что испытывали подобные чувства и попадали в похожие ситуации. Ее можно прочитать и родителям.

Сказка о букашке Сашке

Букашка Сашка очень любил свою маму и хотел, чтобы она тоже всегда его любила. Но, как ему казалось, мама ча-

сто не любила его. Например, когда воспитательница жаловалась ей, что он подрался в детском саду, мама дома ставила Сашку в угол и кричала, что откажется от него, такого нехорошего. А когда букашка Сашка не хотел сам одеваться, ложиться спать или как-нибудь по-другому не слушался, она обещала отдать его дядям милиционерам, которые сажают непослушных мальчиков в специальные домики и там воспитывают их.

Букашка Сашка очень хотел, чтобы мама его любила, и часто спрашивал: «Мама, а ты любишь меня?» И она всегда отвечала одинаково: «Люблю, когда ты хорошо себя ведешь». «Значит, когда я плохо себя веду, она меня совсем не любит», — решил малыш.

И вот случилось с Сашкой в детском саду сразу три «плохо». Синяк он букашке Наташке на лбу поставил, в лужу упал и штаны измазал, а в группе коляску кукольную сломал. «Теперь уж мама меня совсем не будет любить, — решил Сашка, — а может быть, даже в специальный детский домик для непослушных отдаст. Лучше убегу я в Америку». Тихонечко выскочил он на улицу и остановился. Где Америка находится, он и не знал. Стал он по улицам бродить, у взрослых спрашивать, а те только смеются. А тем временем...

А тем временем пришла за Сашкой в детский сад мама. А Сашки-то нет. Бросились все искать его. Воспитательница ищет, заведующая ищет, и даже медсестра ищет. А мама сидит на маленьком детском стульчике и плачет: «Где мой Сашка?» «Он, наверное, испугался, что вы его разлюбите, у меня тоже такое бывает», — прошептала из-за угла ей букашка Наташка. Тогда мама еще громче заплакала: «Как же я могу разлюбить своего сына! Мама любит своего ребенка всякого: беленького и черненького, чистенького и грязненького, послушного и озорника. Где мой Сашка?»

А Сашка тем временем устал искать Америку, ноги промокли, и есть захотелось. Хорошо еще, что не успел он далеко уйти. Вернулся Сашка в детский сад. А там мама. Нашлепала мама Сашку за то, что потерялся. Поцеловала за то, что

нашелся. И повела домой кормить. А Сашка крепко держал ее за руку и думал: «Как хорошо, что мамы всегда любят своих детей!»

Особо акцентируем внимание не только на наличии безусловной любви, но и на необходимости ее демонстрации. Нередко ребенок воспринимает семейную ситуацию неадекватно. К примеру, мама, безусловно, его любит, но в силу занятости или из-за каких-либо других причин не показывает это. Ребенок расценивает подобное поведение как недостаток принятия. Ситуация осложняется, если мама не умеет открыто проявлять свои чувства, так как сама росла в семье, где это было не принято. В этом случае демонстрировать любовь к ребенку может эмоционально теплый отец.

Следующее направление воздействия родителей в отношении своего ребенка — это всемерная помощь развитию у него рефлексии, то есть умения понимать свои чувства и чувства других людей, причины и последствия своего поведения. Это можно начинать делать уже с младшего дошкольного возраста, с 3—4 лет. Для этого при чтении первых сказок стоит обращать внимание на переживания героев, например: «Радует ли герой и почему?», «Злится ли и почему?», «Бойтся ли и почему?». Рассматривая картинки, можно отмечать выражение лиц людей и животных, например: «Как ты думаешь, что чувствует лисичка, изображенная на рисунке?» Более старшим детям можно объяснить, что из-за того, что люди не понимают чувств друг друга, нередко возникают конфликты. На групповых занятиях мы используем для этого определенные сказки, предлагая детям определить ошибки в понимании их героями чувств друг друга. Подобные истории можно прочитать и родителям.

Миша рос высоким и добрым мальчиком, но, к сожалению, был трусоват. И вот пришло время идти в детский сад, так как бабушка, которая с ним раньше сидела, уехала в другой город. Не хотел Миша идти в садик. Боялся, что ребята будут его обижать. И может быть, поэтому, когда он в первый раз вошел в группу, показалось ему, что ребята как-то странно на него смотрят, будто собираются его бить. Сжал он кулаки, приготовился обороняться. А дети видят: вошел высоченный мальчишка со сжатыми кулаками, решили, что драться хочет. Собрались они все вместе и отлупили Мишу. А воспитательница в это время занята была, поэтому драки не заметила.

* * *

Оставшись как-то одна дома, Маша решила помочь маме вымыть посуду и нечаянно разбила ее любимую чашку. Стало девочке очень стыдно, да и маму жалко. Расстроилась Маша. Забилась в уголок между диваном и шкафом. Пришла мама. Увидела разбитую чашку, стала искать дочку, раскричалась: «Ни стыда у тебя, ни совести, Маша! Мало того, что чашку разбила, так еще прячешься, отвечать не хочешь». Расплакалась тут девочка, а мама еще больше рассердилась: «Ах, ты еще плачешь?! Себя жалеешь!»

Помимо внимания к чувствам, необходимо развивать у ребенка умение анализировать свой жизненный опыт, в особенности видеть обучающее воздействие неудач, например: «Чему тебя научила эта двойка за задачу? Возможно, тому, что нужно внимательнее читать условие или представлять его зрительно? Или чему-то еще?»

С подростками полезно регулярно проводить совместный анализ прошедшего дня, когда ребенок и родитель делятся своими трудностями и вместе ищут их причины, обсуждают имеющиеся ресурсы и возможности их использования.

Следующее и, наверно, самое сложное направление воздействия родителей — потребностно-мотивационное, формирующее у ребенка потребность в саморазвитии. Но представлять особую трудность оно будет только для тех отцов и матерей, которые сами никогда не задумывались над этим вопросом. К сожалению, сегодня их довольно много. Поэтому психологу нужно очень умело разъяснить родителям, что главное — стремление ребенка становиться лучше. В чем? В разных жизненных областях: в общении, помощи по дому, заботе о близких, учебе и т.п. Безусловно, на пути реализации этих стремлений будет много трудностей. И очень важно, чтобы ребенок имел твердую веру в то, что его ожидания обязательно сбудутся, если он приложит достаточно усилий. На наших занятиях мы используем для этого сказку «Верить и стараться» (ее можно прочитать и родителям).

Сказка «Верить и стараться»

Жила-была семья: папа, мама и маленький мальчик, который учился во втором классе. Может быть, это была девочка, я точно не помню. Но кажется, мальчик. Ему очень хотелось быть хорошим. Он очень старался прилежно учиться, но буквы часто перепутывались друг с другом, ошибки в слова сами заскакивали, задачки почему-то не решались, а стихотворения никак не запоминались. Зато вертунчики ему то ладошки, то ноги, то горло щекотать частенько начинали. И тогда мальчик то крутить-теребить все начинал, то со стула падал, то громко выкрикивал, когда все ребята тихо сидели. Очень хотел хорошо учиться мальчик, но то и дело замечания да двойки получал. Маму огорчал, учительницу... А как сам расстраивался! «Почему я такой? Почему у меня не получается? Как стыдно! Очень стыдно! — думал мальчик и во время обеда, и в машине, и перед сном. — Я же так хочу

хорошо учиться». Так сильно огорчился мальчик, что учился все хуже и хуже, делал ошибки все чаще и чаще. Учительница строгим голосом к нему обращалась: «Опять не успел... Опять не выучил...» А мама даже заболела.

«Какой я несчастливый», — думал он вечером, лежа на диване, и уснул. И приснился ему сон: он уже вырос, стал высоким, красивым мужчиной. Сидит он во сне за столом, толстые книги быстро-быстро прочитывает, сам толстую книгу пишет, да еще на компьютере какие-то сложные задачи решает. Подходит к нему, к большому, маленький мальчик и спрашивает. «Дядя, а как ты вырос таким умным, так пишешь красиво, задачи сложные решаешь? Ты, наверное, в школе на одни пятерки учился?» И отвечает он: «Что ты, малыш! Были у меня и двойки, и тройки. Писал я не особенно чисто, часто некрасиво. Но я всегда верил, что когда-нибудь и у меня получится хорошо. Главное, верить и стараться». «Верить и стараться», — прошептал наш ученик второго класса, просыпаясь. Верить и стараться! Верить, что все получится, стараться и не очень огорчаться. Подпрыгнул мальчик три раза на правой ноге, один — на левой, и еще раз на двух сразу и побежал рассказывать сон маме. «Надо, чтобы и она перестала огорчаться, — думал он — а я-то теперь знаю, что у меня обязательно все получится. Я ведь очень стараюсь».

Четвертая составляющая неспецифической «диеты» — развивающая — представляет особую значимость для подростков, которые проживают важный и трудный нормативный кризис. И здесь нужно помочь тем детям, которые по каким-либо причинам к нему еще не подошли. Но для начала следует убедить родителей в необходимости этого. Убеждать придется долго, поскольку ребенок с отложенным кризисом — спокойный, послушный — родителям удобен. Полезно придумать «ужасные примеры», когда дети оканчивали школу и начинали проходить

подростковый кризис по варианту ядерной реакции, то есть бурно, быстро, не умея контролировать себя и отвергая любую помощь взрослых.

И последняя составляющая — социально-культурная — приобретает особую значимость в каждый возрастной период, сопровождающийся сменой социальных условий: в 1-м, 5-м, 10-м классах, когда ребенку необходимо освоить первые социальные роли — младшего школьника, затем ученика средней и старшей школы. Каждая роль предполагает новый для ребенка уровень самостоятельности и самоконтроля. Поэтому ключевым здесь станет слово «сам», которое содержательно наполнится по-разному в зависимости от возраста.

Перейдем к обсуждению *специфических* компонентов «психологической диеты», которые, как уже говорилось, соответствуют конкретному нарушению психологического здоровья, имеющемуся у ребенка.

Родителей, чьи дети имеют признаки защитной агрессивности, нужно убедить полностью исключить физические наказания, которые служат ребенку образцом для подражания. Необходимо также сократить просмотр различного рода «ужастиков» или соответствующие компьютерные игры, с героями которых ребенок может себя идентифицировать. Мамам и папам стоит «прописать» ежедневное телесное общение с ребенком через поглаживания, если он это позволяет. Это можно делать, к примеру, перед сном, «проглаживая» все тело ребенка: головку, ручки, ножки и т.п. Если речь идет о подростке, хорошо бы найти свой способ организации телесного контакта, может быть, трепать его по голове или «возиться» на ковре, или же иногда похлопывать его по плечу.

В работе с родителями, у детей которых присутствуют выраженные страхи, должен быть обсужден режим, акцентировано внимание на недопустимости перевозбуждения ребенка перед сном. Кроме того, необходимо убедить мам и пап ограничить просмотр боевиков и страшных мультфильмов, заменив их сказками с благополучным концом. Хорошо, если родители согласятся не обсуждать в присутствии ребенка опасные ситуации (реальные или потенциальные), в которые они сами попадают. Пусть лучше найдут время расспросить малыша о запомнившихся снах, предложат нарисовать их. Если страхи ребенка явно выражены дома, например, он боится оставаться или засыпать один, нужно рассказать родителям, что рациональные объяснения типа «Не бойся» или «Посмотри, под кроватью ничего нет» абсолютно бездейственны. Ребенок не может не чувствовать того, что он чувствует. Совсем недопустимо специально приучать малыша к смелости или осуждать за страхи. Ему необходимо дать право чувствовать то, что есть на самом деле, убедить, что это не стыдно и абсолютно нормально. Страхи — это этап, через который проходит любой человек, пройдет время, а вместе с ним и страхи.

Родителям подростков нужно иметь в виду, что страхи могут актуализироваться и у пяти-, шестиклассников. Поэтому если ребенок вдруг снова начинает тревожиться от того, что остается один, или тайком от взрослых пытается спать со светом (забывает его выключить), стоит подбодрить его и предложить делать это всегда. Через некоторое время он преодолеет свою боязнь.

Если у детей присутствует деструктивная агрессивность, то главная проблема родителей — гиперопека или сверхконтроль, вызванные огромной любовью к ребенку. Такие мамы и папы во многом походят друг на друга. Ребе-

нок для них чаще всего является смыслом жизни, образцом совершенства. Преувеличиваются его хрупкость, слабость, незащитность. Ребенок может быть столь горячо обожаем, потому что он поздний, либо воспитывается в неполной семье, либо родители сами имеют аналогичные проблемы. Поэтому главное направление «психологической диеты» в этом случае — предоставить ребенку самостоятельность и обучить грамотно распоряжаться ею. Имеется в виду, что ребенок получает как право принимать самостоятельные решения в определенных областях жизни (по возрасту), так и обязанности самостоятельно делать что-либо, например: убирать постель и свои вещи, стирать носочки и т.п.

Важно избежать появления у родителей чувства вины, только тогда можно склонить их к расширению сферы самостоятельности ребенка. Кроме того, у некоторых родителей присутствуют собственные социальные страхи и как результат — стремление абсолютно контролировать свои чувства, не допускать свободы их проявления, сохранять привычную маску «Все хорошо». Поэтому следует особо подчеркивать их родительскую компетентность (они все делают так, как надо), замечаемую окружающими любовью к ребенку, но при этом указывать на необходимость предоставления ребенку свободного выбора, права на самостоятельные решения или на ошибку. И конечно же, на возможность не всегда строго следовать режиму дня, аккуратно складывать вещи, иногда съесть обед невымытыми руками и т.п.

Для родителей детей с социальными страхами также характерны гиперопека и сверхконтроль с преувеличением слабости и болезненности своих детей, повышенной ответственностью за их воспитание. Поэтому основное направ-

ление работы, как и в предыдущем случае, — это расширение сферы самостоятельности детей, с предоставлением им права на ошибку и на собственный выбор. И понятно, что этому должно способствовать демонстрация родителями своей безусловной, безоценочной любви — ребенок должен быть абсолютно уверен, что мама любит его всякого, — причем сила ее не определяется степенью успеха.

Следует иметь в виду, что в подростковом возрасте ребенок, проявляющий социальные страхи, нередко меняет их на деструктивную агрессивность. В этом случае для него особый интерес приобретает анальная лексика: разговоры о туалете, какашках и т.п. А самым главным желанием станет разрушение чего-либо или кого-либо. Понятно, что резко снижается успеваемость в школе, поведение вызывает много замечаний у педагогов. Родители могут запаниковать: как это такой милый, хороший, «удобный» ребенок вдруг становится неуправляемым? И здесь очень важно показать, что все происходящее нормально, и научить способам реагирования на деструктивную агрессивность: предоставить возможность плавать, жечь костры, много смеяться и т.п.

Перейдем к следующей группе. Дети с демонстративной агрессивностью и страхом самовыражения прежде всего внутренне одиноки. Постоянно занятые или эмоционально холодные — такими обычно бывают их родители. Поэтому, пожалуй, работа с ними наиболее тяжела. До них труднее всего «достучаться». Вероятнее всего, на консультации они будут вежливы, скажут, что очень любят своих детей и многое для них делают. На самом деле это может быть и так. Они могут любить их, но не умеют показать свои чувства или же не имеют для этого объективных возможностей ввиду профессиональной загружен-

ности, занятости решением супружеских конфликтов и т.п. Поэтому успех консультирования будет определяться тем, насколько психолог сумеет войти с ними в контакт, впустят ли его родители в свое одиночество. И только если это произойдет, можно начинать разговор об одиночестве ребенка. В противном случае лучше вежливо расстаться, осознав, что психолог — не бог и не всегда может позитивно изменить ситуацию.

Одной из наиболее тяжело переживаемых детьми трудностей является чувство неполноценности. Консультирование родителей таких ребят таит в себе дополнительную сложность: многие из них испытывают то же самое внешне скрываемое чувство. При этом такие мамы и папы могут быть социально успешны. Но любое упоминание о чувстве неполноценности ребенка вызывает у них отрицание и агрессию. Поэтому обсуждать эту проблему стоит в следующих терминах: неуверенность в себе, сниженная самооценка, неадекватное оценивание себя и т.п. Основное содержание консультации очевидно — убедить взрослых, что ребенку как воздух нужны ситуации успеха и родительское участие здесь просто необходимо. Однако следует иметь в виду, что, вероятнее всего, чувство неполноценности у ребенка сопровождается выученной беспомощностью, поэтому он не станет предпринимать никаких действий для достижения успеха, а в некоторых случаях даже будет отрицать желание его получить. Поэтому родителей необходимо убедить снова «взять ребенка за руку» и научить делать первые шаги к успеху. В чем будет заключаться содержание «первых шагов», консультант решает вместе с мамой или папой. Это может быть совместное приготовление уроков или же тщательная их проверка,

разработка системы поощрений даже самых малых достижений и т.п.

Если источник трудностей — подростковый возраст, когда ребенок либо проявляет отрицающую агрессивность: «Ничего не хочу, ничего не буду, школа ваша — фигня, дома — отстой и т.п.», либо избегает принятия самостоятельных решений, прячась за родителей: «Мама сказала, что мне нужно поступать так...», основная задача взрослых — помочь ему успешно завершить подростковый кризис. Прежде всего необходимо обеспечить наличие образцов для идентификации и близкий контакт с детьми. Полезны беседы со значимыми взрослыми, которые делились бы с подростками своими ошибками и находками, относящимися к этому возрасту, побуждали к размышлениям о собственном будущем: что я хочу, что могу, как добьюсь желаемого?

Итак, мы рассмотрели специфику консультирования родителей с опорой на выделенные специалистом нарушения психологического здоровья ребенка. Как нам представляется, важным условием успеха является и размышление консультанта о собственном психологическом здоровье. Каков я? Насколько я собой доволен? Есть ли гармония у меня с окружением? Думаю ли я о своих чувствах? Стараюсь ли становиться лучше?

2.3. Индивидуальное консультирование родителей с учетом особенностей возраста детей

Достаточно часто психологу приходится консультировать родителей, чьи дети переживают определенные сложности с проживанием возрастных кризисов. И хотя пово-

ды для обращения за помощью могут быть разными, необходимо суметь выделить в проблеме тематику возрастного кризиса и применить соответствующее воздействие. Почему это так важно? Родители не владеют информацией о специфике возрастных кризисов и чаще всего обращают внимание на отдельные внешние проявления, например, отмечают нежелание ребенка обедать в школе — проявление подростковой дисморфофобии. Кроме того, в житейской психологии кризис понимается как негативное явление. Поэтому взрослые, даже знающие о его существовании, часто отрицают наличие такового у собственных детей. В качестве проблемы они предъявляют частные факты, к примеру, возникновение у пятиклассника страха темноты — желание спать со светом, не понимая, что страх здесь является маркером начала подросткового кризиса. Важно не «утонуть» в попытках разрешить поставленные проблемы, а рассмотреть целостную картину внутреннего мира ребенка.

Что такое возрастной кризис?

Как отмечает Л.С. Выготский, под этим термином обычно понимается время качественных позитивных изменений, результатом которых является переход личности на новую, более высокую ступень развития. По его мнению, для кризиса характерны:

- изменение социальной ситуации развития;
- размытость границ;
- конфликт с окружением;
- наличие нарушений в развитии, на первый план выдвигаются процессы отмирания, свертывания, распада того, что образовалось на предыдущей стадии.

Л.С. Выготский рассматривал возрастные кризисы применительно к детям. Однако сейчас, вслед за Э. Эриксо-

ном, принято обсуждать и возрастные кризисы взрослых как необходимые моменты развития человека.

Специфика возрастных кризисов, их отличие от других (семейных, профессиональных и т.п.) заключаются в том, что изменение социальной ситуации связано с восприятием времени, то есть образом будущего и прошлого, а пуском является страх будущего, не всегда проявляемый внешне. Нормативность возрастных кризисов заключается в необходимости решения этапных задач развития.

Получается, что кризис важен для эволюции человека. Однако у некоторых детей в силу разных причин он может протекать неоптимально, и тогда требуется помощь психолога.

В школьном возрасте принято выделять два кризиса: 6—7 лет и подростковый (с 11—12 лет), причем первый из них достаточно редко обсуждается как в литературе, так и в школьной практике, хотя его значение для ребенка значительно. Точнее, упоминается-то он во многих источниках, но его содержание не раскрывается.

Как отмечал Л.С. Выготский, причиной первого кризиса является начало дифференциации внутренней и внешней сторон личности ребенка. Это становится возможным, когда у него возникает обобщение своих переживаний. Дошкольник, по словам Выготского, не обобщает то, что случалось с ним много раз. Младший школьник такую возможность обретает. А если вспомнить, что он попадает в острую ситуацию сравнения себя с остальными, то успех или неудача существенно влияют на его образ «Я», который можно назвать основным новообразованием, приобретаемым в результате кризиса. И стержневой характеристикой этого образа является «могу — не могу» («могучество—немогучество»), то есть формирование у школь-

ника уверенности в собственных возможностях для социально-значимой деятельности.

Подростковый кризис также связан с дифференциацией внутренней и внешней сторон личности. Но здесь она осуществляется в более глубокой и острой форме, поскольку имеющийся образ «Я» частично разрушается за счет изменения внешности и мышления, появления сексуальных интересов, стремления к взрослости, иных условий обучения. Подростку приходится осваивать свой внутренний мир, задавая себе вопросы: что я хочу, что могу, насколько я привлекателен, что во мне видят другие, как сделать, чтобы окружающие заметили мою взрослость? Результатом подросткового кризиса становится новая взрослая идентичность, интегрирующая представления о сексуальных возможностях, более высоком уровне развития мышления и социальной позиции.

Зачем уделять внимание кризисам, если они нормальны и необходимы для развития ребенка? Как уже говорилось, из-за возможных осложнений, вызванных логикой развития на предыдущих этапах или актуальной внутрисемейной ситуацией, закрепляемой школой. Кратко перечислим их.

- Откладывание кризиса — ребенок не проживает внутренний конфликт, обусловленный наступлением кризиса, у него не формируются необходимые по возрасту новообразования. К примеру, подросток продолжает оставаться послушным, не умеет проявлять самостоятельность, во всем стремится опираться на родителей.
- Уход от проживания кризиса: болезнь или регрессия — демонстрация инфантильного, не соответствующего календарному возрасту поведения.

К примеру, младший школьник, испытывающий трудности с английским языком, с вечера начинает жаловаться на головную боль.

- Проекция на окружение — перекладывание ответственности за свои трудности и ошибки на других. К примеру, подросток причину своей неуспеваемости объясняет предвзятостью учителя.
- «Застревание» в кризисе (ребенок проживает кризис слишком остро и долго). Например, четвероклассник все еще делает уроки с мамой. А подросток «забывает» на школу или же протестует столь сильно, что не дает возможности вести уроки в классе.

Итак, если роль кризиса так важна для развития, то что прежде всего должен сделать консультант? Услышать тему кризиса, выделить для себя в рассказе родителя о трудностях ребенка те сообщения, которые свидетельствуют об осложненном протекании возрастного кризиса. Как правило, это жалобы на изменения в поведении и связанные с этим неудобства, резкое неприятие новых качеств в характере ребенка, просьба вернуть его в прежнее состояние (вернуть послушание, ласковость и т.д.). Например:

«Сына в последнее время как будто подменили. Раньше был такой ласковый, добрый, во всем меня слушался. Теперь же не ребенок, а комок негативных эмоций. С отцом постоянно спорит. Пытается доказывать свою правоту. Приходя из школы, каждый раз разбрасывает свои вещи. На мои просьбы убраться отвечает с раздражением, что сделает это позже. Ведет себя порой просто вызывающе. Я не могу сдержаться и начинаю на него кричать. В результате ничего хорошего не получается». *Мама мальчика 8 лет.*

«Не знаю, что случилось с моей дочерью. Была нормальной одаренной девочкой, доброй и ласковой. Всегда мне обо всем рассказывала. А теперь ее как будто подменили, «колючкой» стала. Не слушается, у нее часто меняется настроение. В голове какие-то мысли, мне не понятные. Иногда нахожу у нее книги, которые считаю постыдными для чтения. И вообще мы с ней очень отделились. По непонятной причине она перестала мне доверять. Временами вижу дочку в слезах, хотя она это пытается скрывать. Что с Леночкой происходит? Посоветуйте, что мне делать, как на нее повлиять? Как вернуть все то, что мне в дочери так нравилось? Помогите мне вытащить это обратно». *Мама девочки 11 лет.*

«В последнее время не узнаю своего сына. Кричит, ругается, кривляется, особенно когда его просят что-то сделать (в этом случае еще и начинает плакать)». *Отец мальчика 12 лет.*

«Беспокоит, что дочь все время висит на телефоне. В доме постоянно много ее друзей. Слушают музыку, да так громко, что соседи жалуются. Со мной ничем не делится, говорит, что все равно не пойму. Я плачу от бессилия, ведь теряю ребенка, а она для меня — все, отца-то давно уж с нами нет. От дочери не дождешься ни жалости, ни помощи. Что дальше делать, как жить, не знаю». *Мама девочки 12 лет.*

Можно заметить, что все родители отмечают резкие изменения в своем ребенке, нарастание трудностей в общении, в частности, появление скрытности, негативизма, конфликтности, эмоциональной неуравновешенности, острого отстаивания своих прав при нежелании выполнять элементарные обязанности. Одновременно дети сами «кричат» о боли из-за непонимания взрослых, страдают от оди-

ночества и в то же время стремятся к нему, мечтают выговориться, но крепко охраняют свой внутренний мир от вторжения.

«Хочу, чтобы дети были как взрослые, а взрослые — как дети. Тогда бы я командовала: “Выпрями спину, надевай капюшон, когда гуляешь. Уроки быстрее учи”». *Люся, 7 лет.*

«...Ненавижу, когда бабушка с мамой заставляют меня делать уроки. Прихожу домой, хочу спать. А они требуют, чтобы я усаживалась за учебники. Иногда плачу из-за этого». *Аня, 8 лет.*

«Недавно я получила «пару» по контрольной. Мама со мной поссорилась. В последнее время я стала часто приносить двойки. Мы с мамой как бы удаляемся друг от друга, потому что наши отношения зависят от того, как я учусь. Если я получу “пять”, мы разговариваем, вместе гуляем с собакой. А если получу “два”, мы становимся как чужие. Мне обидно, хочется, чтобы у нас всегда были дружеские отношения». *Маша, 8 лет.*

«Все просто. Родители нас не понимают, закрывают глаза на наши желания. Они же знают про нас все наперед. Доказывать им что-то бесполезно. Как им объяснить, что я тоже имею право на свою жизнь и не нужно контролировать каждый мой шаг? Я, может быть, сам знаю, что для меня лучше». *Стас, 12 лет.*

«Я очень хочу, чтобы родители не ссорились и чтобы у нас было все хорошо, чтобы я ничего не боялась, не прятала под подушку книжки, которые не нравятся маме. Я живу как на рентгене — надоело. Идешь гулять — «Куда?». Мне больше всего хочется, чтобы меня оставили в покое, чтобы мама попыталась понять причину, почему я так поступаю...». *Алиса, 12 лет.*

«Между мной и отцом — стена. А можно еще натянуть и колючую проволоку. Он считает, что заботится обо мне. Да, родители покупают мне кучу вещей, но при этом вечно лазят в мой рюкзак... Весь интерес отца ко мне — это посмотреть дневник и спросить: «Ну, как дела?» — «Оставьте меня в покое», — говорю я им. А они жалуются, что я грублю и хамлю. В общем, держат меня на поводке». *Марина, 12 лет.*

Действительно, взаимоотношения с родителями в период прохождения детьми возрастного кризиса, как отмечал Выготский, становятся конфликтными, что дополнительно его осложняет. Поэтому в этот момент очень важно оказать адекватное ситуации психологическое воздействие.

Как выстраивается логика консультирования в этом случае? Первое, что необходимо сделать, — это помочь родителям понять причину изменений, происходящих с ребенком, ее объективный характер, а также принять неизбежность трудностей, которые появились во взаимоотношениях. Иногда бывает достаточно рассказать или напомнить родителям о возрастном кризисе и его внешних проявлениях. Можно даже похвалить ребенка за то, как он «правильно демонстрирует кризисные проявления». Следует обязательно описать роль этого этапа в развитии ребенка, перечислить новообразования, появления которых надо ожидать, и последствия, которые возможны в том случае, если взрослые будут тормозить развертывание кризиса у детей.

Стоит также сообщить родителям, что каждый кризис можно условно разделить на три периода: *разрушительный*, когда старые модели поведения уже сломаны, а другие еще не построены; *подготовительный*, когда потихо-

нечку прокладывается путь к новому; и *созидательный*, когда зарождаются первые позитивные модели поведения. Главное — позволить разрушить старое, потому что без этого вряд ли можно ожидать появления нового.

В результате такой беседы у родителей должно возникнуть желание смириться с временными неудобствами и дожидаться позитивных изменений в поведении детей, как следствия завершения кризиса.

Однако это лишь первый шаг. Следующее, на что необходимо обратить внимание, — это возможное нежелание, неготовность родителей принять такие перемены. Действительно, многие взрослые совсем не стремятся к тому, чтобы ребенок проявлял более зрелые качества. Более того, для некоторых это является катастрофой. Ведь взросление ребенка может быть угрозой собственной нужности, востребованности. Но труднее всего переживается ситуация, когда на этом этапе актуализируются какие-либо глубинные внутренние конфликты у самого родителя. Например, непринятие себя или собственной сексуальности у родителя может привести к резкому отторжению в этот период ребенка, ранее горячо и нежно любимого. Были случаи, когда мамы прямо заявляли, что дочка раздражает, непереносимым стал телесный контакт, с появлением внешних половых признаков она перестала нравиться. Приведем примеры высказываний родителей:

«Обожаю своего ребенка. Какого подростка? Ребенка. Ему всего 12 лет. Всегда боюсь, что с ним может что-то случиться. Конечно, везде его провожаю. В кино он, правда, один ходит. Мне такие фильмы не нравятся. Но я его у входа всегда встречаю».

«Сын взрослеет. Слишком быстро это происходит. Я еще не успела насладиться своим материнством. Не могу себе представить, что он будет встречаться с девушкой. Обнимет кого-то, кроме меня. А если заглянуть вперед, страшно становится. Женится, кто-то будет заботиться о нем, а не я».

Психологу нужно иметь в виду, что нежелание родителей, чтобы их дети выросли, всегда имеет весьма глубокие корни. Поэтому работать надо очень осторожно, «не в лоб», чтобы не инициировать чувство вины, за которым может последовать мощный агрессивный выпад в отношении того, кто об этом напомнил (в данном случае психолог). Мы обычно объясняем папам и мамам, что по разным причинам в период кризисов такие явления возможны, и помогаем освободиться от чувства вины за свои негативные чувства к детям. Затем обсуждаем будущее ребенка, его желаемый образ и стараемся, по возможности, наполнить родителей оптимизмом, уверенностью, что ребенок будет в определенной степени соответствовать этому образу. Хотя иногда, по нашему мнению, можно немного и встревожить взрослых. Например, маме, которая не хочет «отпустить» своего мальчика, не допускает проявления самостоятельности, предложить поразмышлять на тему о его будущей семейной жизни. Вероятнее всего, она живо представит жену своего сына в материнской позиции, что заставит ее по-другому расставить приоритеты в сегодняшней жизни.

Когда же родитель не только согласился с наличием кризиса у ребенка, но и захотел, чтобы тот вырос и менялся, можно обсуждать конкретные шаги в организации помощи ребенку. Здесь необходимо вспомнить, что в период кризиса младший школьник или подросток стано-

вятся особенно хрупкими, им как никогда требуется внешняя опора, при этом очень ненавязчивая. И как ни странно, подросток нуждается в гораздо большей поддержке, чем младший школьник.

Известно, что в период кризиса частично разрушается именно личностная целостность детей, что может сопровождаться снижением самооценки, нарушением телесного самовосприятия (у подростков), некоторым повышением тревожности. Поэтому особую остроту для младшего школьника и подростка приобретает поддержка родителями его временно ослабевшего Я через удовлетворение потребности в любви и принятии. Для этого мамам и папам иногда требуется вернуться к средствам, традиционным в отношении маленьких детей: обильным словесным и тактильным поглаживаниям. Психологу по возможности нужно убедить родителей, что основа их помощи — не какие-либо действия по изменению ребенка в соответствии с придуманным эталоном, а открытое выражение своей любви к нему. Многим это покажется странным и достаточно тяжелым, тем более что и сам ребенок, особенно подросток, не всегда готов к этому. Порой он напоминает ошетинившегося щеночка: «Не подходи — укушу». Поэтому многим родителям вначале придется проявлять свою любовь «маленькими порциями», которые будет готов принять ребенок. Но при всей трудности процесса он жизненно необходим.

Полезны в это время и так называемые воодушевляющие высказывания, через которые родители демонстрируют ребенку свою веру в его успех: «Я уверен... У тебя все получится... Конечно... В будущем ты сможешь... Ты обязательно добьешься... Ты сумеешь...» Подобные фразы, отражающие конкретную специфику ситуации, будут

способствовать формированию у ребенка оптимизма, а как следствие — активности в преодолении трудностей.

Для укрепления уверенности в себе можно использовать и сказки. Например, для младших школьников подойдет сказка «Верить и стараться» (см. раздел 2.2, с. 95), а для подростков — приведенная ниже.

Неудоб из страны Суворишь

В стране Суворишь был суровый климат, и люди весь год ходили в толстых шубах и шапках. И то ли из-за холодов, то ли по какой другой причине, но жили обитатели страны скучно и однообразно. Все они думали только о том, как бы накопить побольше денег. Когда денег становилось уже очень много, люди начинали искать способы их потратить: купить что-то подороже или съездить подальше. Потом сувориши потихоньку старели и так же тихо уходили из жизни.

Там же, в стране Суворишь, жил один мальчик, о котором мы сейчас и расскажем. Звали его Неудоб, потому что всем с ним было неудобно: и родителям, и учителям. Вечно он задавал какие-то странные вопросы, не слушал мудрых советов, а главное, не желал он жить скучно и однообразно, а хотел изменяться, развиваться, искать и находить в себе новые возможности, хотел делиться искорками своего внутреннего света с окружающими. Но то ли климат не позволял ему меняться, то ли мешали люди, застывшие в однообразном движении по кругу: заработать, потратить, заработать... Но понял Неудоб, что и сам он здесь не развивается, и отправился в дальний путь, чтобы найти место, где ему помогут.

В сердце мальчика было много отваги, поэтому он прошел много стран: теплых и холодных, солнечных и звездных. Где-то люди вообще почти все делали в каком-то полусне: ходили в школу, на работу, женились и так же старились. Где-то, наоборот, жизнь искрилась и бурлила. Каждая секунда наполнялась чувствами и смыслом. Каждый запах и цвет впи-

тывался и принимался. Каждый человек на пути был как Встреча, как ценность, подарок и знак. Можно сказать, что люди в этой стране пели жизнь, а кто не умел петь, тот танцевал ее.

А что же наш Неудоб? Он спал вместе со всеми в Сонной стране, искрился в Искрящейся. И когда он уходил оттуда, то чувствовал, что приобрел много знаний, но все равно никак не мог получить доступ к Источнику своего развития. «Неужели никто и никогда не поможет мне? — думал он. А потом вдруг странная мысль посетила его: — Но ведь сонных людей никто не заставляет спать. Если захотят, они могут в любой момент сделать глубокий вздох и пробудиться. Постоянно петь жизнь тоже непросто, не каждому под силу спеть серое утро или мелкий холодный дождь. Так же трудно рассмотреть сердце за дежурной улыбкой повстречавшегося тебе человека». И тогда вдруг понял Неудоб, что он уже знает, кто может ему помочь.

Он с сожалением проводил взглядом Искрящуюся страну, помахал рукой Сонной и медленно пошел домой, потому что, кажется, нашел свой Источник развития, доступ к своим силам, возможностям, целям и ценностям. И теперь он спешил рассказать об этом другим. Может быть, им тоже захочется узнать, где прячется этот Источник. А если очень сильно захочется, значит, они тоже его обязательно найдут.

Важно, чтобы дети имели возможность не только принимать, но и отдавать любовь. Эту позицию нужно особенно акцентировать при работе с мамами и папами младших школьников, поскольку современные родители нередко склонны переоценивать беззащитность, хрупкость своих детей, что ведет к их инфантилизации.

Таким образом, необходимо, чтобы младший школьник или подросток был поставлен в ситуацию, когда он должен заботиться о ком-то, помогать, то есть действительно выражать свою взрослость.

От психолога требуется переориентация родителей: от отвержения — к полному безоценочному принятию изменений в детях и созданию таких условий, в которых ребенок сам сможет проявлять внимание к кому-либо.

Каждый кризис связан с погружением во внутренний мир и освоением его. Поэтому возможным становится существенное развитие рефлексии при наличии для этого определенных условий. Важнейшее из них — удовлетворение потребности в самораскрытии. Доверяясь другому, ребенок узнает прежде всего самого себя. Можно предположить, что самораскрытие является преддверием внутреннего диалога. Младший школьник с удовольствием впускает взрослого в свой внутренний мир. Однако подросток уже начинает закрываться. Его внутренний мир очень хрупок, это некое интимное таинство, поэтому многие исследователи отмечают, что в этом возрасте подростки особенно рьяно защищают свой внутренний мир, в особенности от старших. Следствием этого может быть некоторое искажение рефлексивных процессов, возникновение у подростка сильного чувства одиночества. Поэтому стоит объяснить родителям, как необходимо и возможно удовлетворить потребность в самораскрытии у ребенка, поскольку далеко не всегда она реализуется должным образом в общении со сверстниками. Иными словами, у подростка должна быть возможность поговорить с родителями по любому поводу, волнующему его. Но он сделает это только в том случае, если будет уверен, что не встретит резкого осуждения своих взглядов, стиля поведения, одежды, друзей. Родители вправе иметь свое мнение, но и у подростка есть право на собственное суждение, достойное уважения взрослых.

Каждый кризис сопровождается возрастанием самостоятельности ребенка, берущим на себя ответственность

за принятые решения. Понятно, что уровни развития в данном направлении младшего школьника и подростка несопоставимы. Но не поднимать этот вопрос было бы неверно.

Следует помнить, что дети, с одной стороны, стремятся к самостоятельности и отстаивают ее, с другой — не всегда могут ее использовать. Поэтому главная задача родителей — способствовать становлению зрелой самостоятельности. При этом нужно уточнить само понятие самостоятельности, поскольку на практике она нередко по-разному понимается родителями и самими детьми, что является причиной конфликтов между ними, особенно в подростковом возрасте. Родители обычно подразумевают в основном обязанности подростка (самостоятельно убирать квартиру, стирать и т.п.), а подростки — права (самостоятельно выбирать одежду, время сна, прихода домой и т.п.). На деле должны равномерно включаться как права, так и обязанности детей, что поможет избежать конфликтов с родителями, а также будет способствовать становлению зрелой самостоятельности.

Подводя итоги раздела, посвященного консультированию родителей, дети которых проживают возрастные кризисы, еще раз отметим, что эти этапы развития, в особенности подростковый возраст, предоставляют взрослым последнюю возможность для установления эмоционального контакта со своими детьми. Необходимо, чтобы мамы и папы использовали ситуацию, иначе их родительство теряет всякий смысл и позднее станет причиной разного рода страданий: чувства одиночества, отчаяния от того, что поздно что-либо изменять.

При всей важности кризисных периодов стоит помнить, что ребенок развивается постоянно, не останавливаясь ни

на день, однако разные стороны личности развиваются в различном темпе. С появлением новых характерных черт меняется поведение, что проявляется в некотором нарушении привычных форм. Это беспокоит родителей, вызывает непонимание и в беседе с психологом часто предъявляется как проблема. Нам кажется, что подобную ситуацию можно рассматривать как микрокризис и в консультировании применять те же закономерности, что и при возрастном кризисе. А для этого стоит научиться анализировать нарушения в поведении ребенка не только в негативном аспекте, требующем коррекции, устранения, но и в аспекте развития личности.

Приведем пример.

Мама девочки, оканчивающей первый класс, обратилась к психологу. Она забеспокоилась: дочка стала обижаться на одноклассниц, жаловаться, что они предпочитают играть, не считаясь с ее мнением. Рассматривая ситуацию как нарушение, психолог сначала проверит, нет ли реальных конфликтов в классе. Если таковых не обнаружит, постарается снизить обидчивость девочки. И это будет неверно. У малышки закончился адаптационный период, появились некоторая уверенность в себе и притязание на лидерство, которое она еще не умеет реализовать. Нужно помочь ей именно в этом, что может сделать прежде всего мама, если установит с дочкой новые отношения — «две подружки» — и через такой контакт покажет, что девочка вполне интересный партнер.

Другой пример.

Мама семиклассницы-отличницы бьет тревогу — девочка стала плохо учиться, не участвует в общественных мероприятиях. Сама мама очень активна и социально успешна, поэтому такое поведение дочери служит поводом для агрессии, конфликтов. Удастся убедить маму: мы имеем дело с сигналами

лом начала сепарации от семьи, что необходимо для взросления. Сигнал этот призывает: предоставьте девочке полную самостоятельность в приготовлении уроков, допустите снижение успеваемости, иначе затормозите взросление. Через год счастливая мама восклицает: «Дочка опять отлично учится, все делает сама! Принимает участие в школьных мероприятиях. Она стала такой, как я хотела...»

Итак, очень важно, заметив изменения в поведении ребенка, которые на первый взгляд кажутся негативными, не торопиться их корректировать, а позволить какое-то время существовать или, при необходимости, придать им социально приемлемую форму.

Однако всегда ли перемены в поведении являются «маркерами» нормального развития? На самом деле нет. Иногда они говорят о том, что ребенок по некоторым параметрам отстает или опережает своих сверстников.

Приведем пример отставания в развитии.

Мама первоклассницы обратилась с жалобой на то, что дети не принимают дочку в игры, обижают ее, хотя в прошлом году этого не было (дети вместе обучались в нулевом классе). Оказалось, что ребята сильно повзрослели за год в социальном плане. А девочка, будучи излишне опекаема дома, не научилась отстаивать свои границы и уважать границы других в общении с окружающими. Маме предложили взять курс на развитие самостоятельности дочки. К концу года проблема была снята.

А вот пример опережения.

Обратились родители первоклассника. На собрании учительница сказала, что на переменах их сын не играет со сверстниками, отходит в угол и думает о чем-то. На прогулке подобное не наблюдается. Оказывается, мальчик творческий, очень эмоциональный, с богатым внутренним миром,

более развитым, чем у сверстников. На перемене ему действительно хочется пофантазировать, поразмышлять о том, что сверстникам еще не важно.

Для каждого возраста можно выделить свои типичные нарушения поведения, которые у педагогов и родителей вызывают тревогу. Например, желание употреблять ненормативную лексику или дотрагиваться до девочек и мальчиков у шестиклассников. Психологам надо научиться самим размышлять о подобных «нарушениях», следуя логике «и это хорошо», а также убеждать в этом родителей.

2.4. Барьеры в работе с родителями: возрастные, социальные, этнокультурные, профессиональные, индивидуально-личностные

При взаимодействии с родителями важно не только знать, что делать, но и уметь обеспечить высокое качество контакта, которое определяется в частности тем, сумеет ли психолог преодолеть различные барьеры, которые могут возникнуть в ходе консультирования.

Возрастные барьеры

К этой категории относятся проблемы, обусловленные возрастом консультанта. Традиционно считается, что оптимальной является ситуация, когда консультант старше родителей, поэтому молодые психологи нередко испытывают тревогу при необходимости взаимодействия с роди-

телями. А те, кто постарше, бывают удивлены, что вроде бы благоприятная разница в возрасте не приносит должного эффекта. По нашему убеждению, пытаться определить оптимальный возраст консультанта вообще не имеет смысла. Все зависит от того, повлияет ли разница в возрасте на то, как родители будут воспринимать психолога. Существуют различные варианты «переноса», связанного с возрастом консультанта: если психолог существенно младше родителей, то они могут относиться к нему как к собственному ребенку (перенос «сын-дочь»), если же значительно старше, то могут воспринимать его в качестве родителя (перенос «мать-отец»).

При первом типе переноса («сын-дочь»), если отношение к ребенку в целом положительное (позитивный перенос), родитель снисходительно-ласково выслушает специалиста, может даже согласиться с ним, но рекомендациям вряд ли станет следовать, то есть эффективность взаимодействия будет низкой. Если же перенос негативный, то возможна агрессивная реакция родителя: от категорического несогласия с мнением психолога до резких выпадов в его адрес.

Однако такой перенос, по нашему мнению, «запускает» в первую очередь не родитель, а сам психолог. Если он постоянно думает о своем возрасте, то теряет возможность установить контакт, организовать встречу так, чтобы родитель погрузился в тему настолько, что вопросы возраста просто перестали бы иметь для него значение.

И в том, и в другом случаях очень важно, чтобы психолог осознавал наличие переноса и его качество, а также отдавал себе отчет в собственных чувствах в этой ситуации. Иначе есть опасность незаметного «соскальзывания» в детскую позицию вместо организации взаимодействия

из позиции Взрослого или Родителя (в зависимости от ситуации).

В качестве примера приведем следующую ситуацию. Девушка-психолог 22 лет консультировала мужчину лет 35. Он работал в охранных структурах различных коммерческих организаций. Я подстраховывала коллегу и была готова в любой момент оказать помощь. Но этого не потребовалось. Очень скоро мужчина глубоко раскрылся, начал работу над своей проблемой и долго не хотел уходить. Возраст девушки ничуть не помешал эффективности консультации.

В том случае, когда психолог значительно старше, также возможны два варианта переноса. Первый — позитивный — возникает при наличии опыта благополучного взаимодействия с матерью. Тогда контакт устанавливается очень быстро. Признаком наличия такого переноса может являться уже само представление родителя в начале встречи: он называет себя по имени. Второй — негативный — очень сильно осложняет взаимодействие даже на этапе установления контакта. В этой ситуации необходимы постепенность, неспешность, настойчивость и последовательность. Очень важно понимать, что негативная установка, отвержение направлены не на психолога лично, а являются следствием проблем самого клиента.

Социальные барьеры

Социальные барьеры могут возникнуть при работе с родителями из крайних социальных слоев: с высоким статусом и уровнем дохода и соответственно с очень низким. Рассмотрим их по очереди.

Действительно, взаимодействие с родителями первой группы может вызвать у консультанта сложные чувства, которые заставят воспринимать их как более умных и успешных, чем он сам. В этой ситуации важно признать наличие контрпереноса и допустить, что некоторые клиенты могут действительно в чем-то превосходить консультанта. А также вспомнить, что выбор данной профессии изначально не предполагал высоких доходов, поэтому не стоит сравнивать финансовые возможности консультанта и родителя. Кроме того, можно задать себе вопрос, в какой валюте следует оценивать чувство собственного достоинства человека: в долларах, рублях, евро — и тогда сравнение людей по доходу и статусу покажется парадоксальным.

Кто-то, наверное, скажет, что высокостатусные родители порой надменны и смотрят на консультанта «сверху вниз». Однако за десять лет работы в нашей практике этого не случилось ни разу. Возможно, они и допускают такое поведение, но не в кабинете психолога. Хотя такое, наверное, возможно, но только если специалист сам спровоцирует родителя. Нам приходилось консультировать мужчин и женщин, занимающих руководящие должности в крупных компаниях и привыкших скорее давать указания, чем следовать им, однако данный стереотип взаимоотношений проявлялся только на начальном этапе встречи.

Существует другая сложность в работе с такими родителями. Поскольку у них, как правило, не хватает ни времени, ни возможностей поговорить о себе, то, придя на консультацию по поводу ребенка, они нередко переходят на рассказы о своей жизни. С одной стороны, из обсуждения выпадает ребенок, с другой — есть риск, что консуль-

тация затянется настолько, что у психолога просто не хватит времени и ресурсов. Поэтому следует предварительно оговаривать продолжительность встречи.

С родителями, имеющими низкий социальный статус и невысокий уровень доходов, возможны другие сложности. Прежде всего это взгляд на психолога как на человека, живущего более легкой, с их точки зрения, жизнью. «Хорошо советовать: любите ребенка. А если муж пьяный каждый день приходит? Да сахар опять подорожал...» У самого же психолога может возникнуть острая жалость к родителям, находящимся в сложной жизненной ситуации. И как следствие — стремление взять ответственность за решение проблемы на себя. От консультанта потребуется полная искренность, а порой и искусность, чтобы принять клиента, не приправляя беседу жалостью.

Этнокультурные барьеры

В современной России консультант должен освоить навыки, необходимые для работы с родителями, принадлежащими к разным этническим группам. Но прежде всего нужно осознать, что на деятельность психолога влияют и его собственные культурное происхождение, ценности, убеждения.

Полезно понимать, что при консультировании людей другой этнической группы возможно нарушение взаимодействия. Причинами этого являются особенности национальной культуры, которые могут проявляться в различных аспектах.

1. Особенности выражения эмоций. К примеру, на Кавказе проявление чувств ритуализировано, поэтому в повседневной жизни, помимо ситуаций, когда это традици-

онно принято, открытое выражение чувств не приветствуется. Русские консультанты, вероятнее всего, будут проявлять большую искренность и эмоциональную открытость и ожидать этого от родителя.

2. Ориентация человека на ценности группы или индивидуальные ценности (так называемые коллективистические или индивидуалистические культуры). Так, в коллективистической культуре, к которой относятся кавказские культуры, учебная неуспешность ребенка может рассматриваться как семейный позор, что побуждает родителя настаивать на хороших оценках и может стать поводом для конфликта родителя с педагогом.

3. Особенности общения. Так, в вербальной коммуникации в различных культурах используются разные громкость и темп речи. К примеру, дети с Кавказа говорят громче других, особенно мальчики. Нередко педагоги относят такое поведение к проявлениям невоспитанности и наказывают за это.

В невербальной коммуникации важно учитывать принятую в данной культуре специфику контакта глаз (визуальное поведение).

Т.Г. Стефаненко описывает особенности визуального контакта в различных культурах (*Стефаненко, 2004*). К примеру, она утверждает, что прямой взгляд может расцениваться либо как забота и открытость, либо как агрессия и стремление к доминированию. Поэтому люди нередко предпочитают общаться с теми, чья манера смотреть на собеседника является для них привычной.

Поскольку русская культура является одной из «глазеющих», то есть расценивающих контакт глаз позитивно, то может возникнуть проблема неверной интерпретации

поведения представителей культур, в которых интенсивный визуальный контакт не принят (например, кавказские культуры).

Важным культурно-обусловленным аспектом общения является величина личного пространства: в разных культурах она будет различаться. Жесты также имеют культурно-обусловленную специфику. Например, представители разных этнических групп различаются по количеству жестов-прикосновений. Русские в целом прикасаются друг к другу чаще, чем другие. А на Северном Кавказе поцелуи допускаются лишь в определенных ситуациях и только между родственниками.

4. Различия в способе восприятия информации. Одним из наиболее важных различий является роль контекста. В одних культурах наиболее значимая информация предъявляется напрямую, для представителей других важен контекст, то, что не говорится, но подразумевается. Поэтому для русских, например, более важно содержание слов консультанта, а для некоторых культур Кавказского региона — общий контекст ситуации, намеки и нюансы. Не случайно русские консультанты жалуются, что в некоторых случаях у них создается впечатление, будто клиент их совсем не слышит.

Учитывая современные миграционные процессы и их прогнозируемое нарастание, школьному психологу, по-видимому, имеет смысл самому принять участие в культурном тренинге и транслировать полученные знания педагогам школы.

Профессиональные барьеры

Когда человек долго занимается определенной деятельностью, это приводит к так называемой профессиональной деформации, к изменениям в структуре личности вследствие развития качеств, способствующих профессиональной успешности. Встает вопрос: чем же мешает профессиональная деформация, если она состоит в наработке качеств, необходимых для психологической практики? Главным образом тем, что для специалиста, глубоко погруженного в профессию, психология становится образом жизни. Она начинает определять его позицию, отношение к людям. В чем это проявляется? Прежде всего в неумении говорить понятно для окружающих, без использования психологической лексики, к примеру, таких слов, как «реагирование», «психосоматика» и т.п. Консультант изъясняется, рассуждает, используя специфическую лексику, и не всегда помнит, что люди, не искушенные в психологии, могут чего-то не знать, не понимать или просто думать иначе.

Очень важна способность психолога начинать взаимодействие, исходя из опыта родителей, отталкиваясь от того, что им известно, что для них значимо, чего они хотят, а не от того, что хочет консультант. Приведем пример. Однажды мы проводили беседу с отцом, дабы получить согласие на проведение с его дочерью сеансов индивидуальной терапии. Он не возражал, но настаивал на том, чтобы в кабинете психолога была установлена аппаратура для записи этих сеансов и он мог бы потом проследить ход встречи. После такой просьбы трудно было не рассмеяться или не разозлиться. Но, понимая, что отец может не знать условий проведения психотерапии, нам пришлось

согласиться: он имеет полное право ознакомиться с содержанием работы с ребенком. Договорились, что терапевт будет делать краткие пометки после каждой сессии и спустя какое-то время пригласит отца на обсуждение. Главное, на наш взгляд, в том, что родителю не отказали в просьбе, он почувствовал доверие к консультанту и, самое интересное, больше не испытывал необходимости в контроле за ходом занятий.

Таким образом, можно сделать парадоксальный вывод: барьером в работе психолога являются его знания и профессиональный опыт, если он применяет их, не учитывая уровня знаний клиента при взаимодействии с ним.

Важно отметить, что иногда психолог может неверно интерпретировать слова или действия родителей, расценивая их как «уколы», сомнения в его профессиональной успешности. Приведем пример. Мальчик индивидуально занимается со школьным психологом по четвергам в 3 часа дня. Однажды в это время проходило общешкольное собрание, задержавшись на полчаса, психолог пришла на встречу и увидела маму, которая забирала сына домой, чтобы делать уроки. Женщина не согласилась подождать, сказав, что домашнее задание важнее. Психолог сильно расстроилась и пришла ко мне со словами: «Неужели она не понимает, что нельзя прерывать процесс, что очень вредно пропускать сессии? Уроки-то можно и позже сделать». Ей показалось, что мама обесценивает встречи со специалистом. Я же не согласилась. Для мамы не сессия была неважной, а важными были уроки. Ведь их значимость она усвоила еще с собственного детства. А консультации с психологом появились недавно. Поэтому я посоветовала коллеге не расценивать действия мамы как свидетельство малоценности психологических встреч, а при случае еще

раз объяснить необходимость их регулярности и договориться, как в подобных ситуациях не допускать срыва занятий.

Индивидуально-личностные барьеры

Достаточно часто проблема родителя преобразуется в трудную ситуацию для начинающего консультанта. Рассмотрим возможные проявления и причины таких историй.

Начнем с одного из распространенных заблуждений консультанта — стремления найти пути разрешения проблемы клиента сразу, как только он о ней услышал. При этом можно заметить рассогласование между внутренним состоянием консультанта и его поведением. Его чувства находятся в некотором смятении, он задает себе вопросы: «Что я должен сделать? Смогу ли я помочь?» Внешне он суетится, излишне приветливо улыбается, обещает обязательно все уладить. В это время консультант ощущает неуверенность, он не знает, что предпринять, куда направить клиента. Это чувство собственной беспомощности мешает установлению контакта с клиентом. Предлагая различные альтернативы, консультант старается взять инициативу в свои руки. Иногда в этом ему помогает сам клиент, спрашивая: «А что же мне делать?» Поспешные действия психолога приводят сразу к двум ошибкам. Первая — это принятие ответственности за решение проблемы на себя и соответственно снятие ее с клиента. Вторая — это возможная подмена проблемы клиента своей собственной, то есть той, которую выделил сам консультант. Ведь известно, что изначальная формулировка про-

блемы, которую дает клиент, далеко не всегда соответствует истине. В процессе работы по мере углубления контакта она может видоизменяться, причем иногда не один раз.

Итак, желание консультанта найти решение проблемы в первой половине сессии — главный признак беспомощности. Но каковы ее истоки? Среди них можно условно выделить внешние и внутренние.

Внешние причины складываются из неадекватной установки клиента по отношению к консультанту. Психологическая сессия часто рассматривается как «таблетка»: проглотить ее — наступит улучшение, и не надо прилагать никаких усилий с собственной стороны. К этому добавляется стремление консультанта соответствовать неадекватному профессиональному стереотипу, будто он «инженер человеческих душ», который не просто помогает всем и вся, но и обязан изменить любую ситуацию к лучшему. Действительно, некоторым консультантам достаточно трудно принять ограниченность собственных возможностей.

Внутренние причины беспомощности кроются в потребности консультанта занять позицию «спасателя», которая позволяет ему повысить собственную самооценку, компенсировать фрустрацию потребности в любви и внимании, а также чувство собственной неполноценности, малозначимости.

Как справедливо замечает итальянский психотерапевт А. Менегетти, необходимо различать помощь ближнему, которая оказывается консультантом, достигшим внутренней гармонии, от той, которая является компенсацией внутренней ущербности, когда в одежды помощи другому облачается фрустрация собственных потребностей. Глубоко ошибочно пытаться помочь кому-то решить внут-

ренные проблемы, не реализовавшись самому, не достигнув собственного психологического здоровья. В этом случае психолог лишь душист другого, отбирает у него силы, своего рода «паразитирует» на нем. Естественно, что такое явление встречается не только в психологии. Цитируем по этому поводу А. Менегетти: «Вот, например, женщина, которую все считали святой, так как она первой отправлялась в те места, где случались несчастья, эпидемии. Спросите ее: «А вы никогда не бываете на праздниках, где люди смеются, развлекаются?» — «Никогда», — ответит она. Но может ли тот, кто сам не знает, что такое радость, дать ее другим? Выходит, что он питается чужой болью. Ему необходимы несчастья других людей, чтобы таким образом переживать свою славу. Когда этой женщине некого будет утешать, она попросту погибнет» (Менегетти, 1992. С. 56).

А вот взгляд американского психолога и психотерапевта Р. Мэя на столь часто распространенное у психологов-консультантов стремление помогать. По его мнению, неустанное желание помочь является одной из масок чрезмерного честолюбия, так называемого комплекса мессии. Комплекс мессии — это наличие у человека убежденности в крайней необходимости своей работы для клиентов и человечества в целом, присутствие постоянного напряжения, требующегося для доказательства собственной значимости. Конечно, нужно отличать чрезмерное честолюбие от здорового, которое является естественным проявлением творческого роста. Чрезмерное честолюбие предполагает фанатичное трудолюбие, полный уход в работу, отсутствие интересов и друзей вне ее. Одно из главных стремлений такого консультанта — обязательно добиться успеха, страх неудачи проявляется у него во всех даже

малозначительных действиях. Такой специалист обычно с удовольствием рассказывает о своих успешных сессиях, подчеркивая, как он замечательно «психотерапевтировал» клиента, как были благодарны ему родственники и т.п. Он подчеркивает значимость своей профессии, ее «гуру-подобность». Но более всего он любит обсуждать критические ситуации — суицид, наркотики, — из которых он вытащил клиента: «Если бы не я...»

Но «какой бы важной ни считалась работа по оказанию моральной поддержки людям — может быть, даже самой главной в мире, — это вовсе не значит, что мир без нее не проживет» (Мэй, 1994. С.106). А страх неудачи, как правило, скрывает наличие больших амбиций.

Однако «комплекс мессии» — это тоже лишь внешняя оболочка. Как правило, ему соответствует затаенное чувство собственной неполноценности, ущербности, которое компенсируется через комплекс превосходства. Получается своеобразная луковичка: позиция «спасателя», «комплекс мессии», чувство неполноценности. Но необходимо отметить, что чаще всего человеку удается компенсировать чувство неполноценности лишь в одной сфере жизнедеятельности — в работе. В других значимых сферах — семейной или сексуальной — такой компенсации не происходит, может быть, потому, что все силы и энергия устремлены на достижение профессиональных целей. Действительно, как отмечает Р. Мэй, такому консультанту часто не удастся разрешить именно сексуальные проблемы, что, безусловно, сказывается на его работе, вносит субъективный элемент в процесс консультирования. «Если консультант начинает испытывать особое удовольствие от встречи с клиентом, причину этого ему следует поискать в себе» (там же. С.108). Как уже отмечалось, есть психологи, с трудом реализую-

щиеся в семейной сфере. И нередко их можно наблюдать на консультациях по вопросам воспитания детей и трудностей в браке. Было бы слишком категорично утверждать, что при этом всегда происходит неадекватный перенос чувств. Вызывает уважение позиция психолога, который, зная свои проблемные сферы, избегает консультирования клиентов с аналогичными трудностями.

Каким же должен быть идеальный консультант, не допускающий, чтобы трудная ситуация клиента переросла в его собственную проблему?

Прежде всего ему необходимо уметь радоваться жизни, получать от нее удовольствие. Конечно, он должен принимать себя со всеми достоинствами и недостатками, потому что только тогда он сможет безоценочно принять клиента. Безусловно, он должен иметь склонность к тщательному самоанализу и проявлять заботу о собственном развитии. Остановившийся в развитии психолог — опасность для клиента. Таким образом, сам консультант должен быть психологически здоров. Как отмечалось ранее, психологическое здоровье — это не статическое состояние. Поэтому специалист вправе иметь те или иные внутренние проблемы и трудности, а порой даже некоторые невротические проявления. Но, адекватно осознавая себя, он может не только контролировать их, но и использовать для творческого роста. Кроме того, это дает консультанту возможность хотя бы гипотетически примерять проблемы клиента на себя, поддерживая тем самым мысль: «Если бы не милость Божия, на его месте мог бы оказаться я» (*там же*. С. 47). Такое внутреннее проговаривание необходимо, чтобы избежать возникновения у «здорового консультанта» гордыни, высокомерия по отношению к «проблемному клиенту».

Какие качества дают возможность психологу эффективно осуществлять функцию помощи? Это прежде всего наличие интереса к другому человеку и развитая эмпатия. Нужно заметить, что интерес к ближнему проявляется не только в процессе консультирования, а всегда: в гостях, в театре, поезде метро. Любой человек привлекает своей уникальной судьбой, мыслями, чувствами. К примеру, одна студентка, писавшая дипломную работу о пожилых людях, рассказывала: «Мне интересно было просто разговаривать с ними, а не только проводить диагностику».

Однако вернемся к эмпатии, которую многие называют «ключом» к процессу консультирования. Действительно, способность к эмпатии дает возможность почувствовать другого, отождествить себя с ним. И если она есть у человека, так же как интерес к людям, то в определенной мере проявляется всегда, а не только при консультировании. Но важно отметить, что отождествление предполагает некоторую дистанцированность. Полное слияние заставит психолога страдать вместе с клиентом, но не даст возможности вывести его из тяжелого состояния.

Как отмечает Г. Фигдор, у специалиста весьма вероятно возникновение психологической идентификации, «слияния» с ребенком. «Сигналом» этого является чувство особой симпатии к нему. В таком случае психолог сам переживает проблемы маленького человечка во взаимоотношениях со взрослыми и изначально занимает позицию «за ребенка и против родителей». Поэтому до консультации нужно подробнее ознакомиться с внутрисемейной ситуацией. Иначе психолог присоединяется к страху ребенка перед матерью или отцом, соответственно проявляет на консультации бессознательную агрессию, которую родитель обязательно почувствует. Также у психолога могут

актуализироваться внутренние конфликты, связанные с собственными родителями, и тогда он тем более не может быть объективным.

По мнению Г. Фигдора, когда мы идентифицируем себя с ребенком, нам трудно войти в положение родителей, а без этого успешность консультации становится маловероятной. Вместо понимания мы занимаем позицию осуждения, морализации. Соответственно со стороны родителей следует сопротивление, раздражение, чувство вины, страх и, наконец, агрессия по отношению к консультанту.

Что же необходимо психологу? Осознать, что ошибочные воспитательные действия родителя — следствие тех или иных трудностей в его жизни. Поэтому необходимо на время забыть о ребенке и постараться понять суть проблемы взрослого. Только когда мать или отец почувствуют, что интерес направлен и на них тоже, они смогут проникнуться доверием к консультанту.

А доверительные отношения помогут им смягчить чувства и понять, что они нуждаются в помощи. Только после этого можно приступить к разговору о ребенке. Тогда взрослые способны воспринимать наши советы как поддержку, а не как критику и посягательство на личную сферу (Фигдор. С. 99).

Подводя итоги обсуждения трудностей, испытываемых самим консультантом, можно сказать, что ему необходимо сначала хорошо позаботиться о себе, разобраться с собственными проблемами и, только достигнув ощущения радости и счастья, начать помогать другим.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Итак, мы представили основные цели, направления и формы работы школьного психолога с родителями, а также трудности, которые могут встретиться на этом пути. Разумеется, то, как строится работа, зависит от многих факторов — от специфики школы, от взаимоотношений с администрацией, наконец, от личностных особенностей и предпочтений самого психолога, тем не менее общие закономерности развития детей, а также логика консультирования и групповой работы остаются неизменными. Если психолог сумеет наладить контакт с родителями и организовать работу с ними, то результаты могут превзойти все ожидания. Эффективное взаимодействие с родителями существенно облегчает решение многих проблем, которые возникают в школьной жизни.

Удачи вам!

Статьи для родителей

Школьники, которые с трудом подчиняются, — их проблемы и ресурсы

Часто встречаются дети, любимые слова которых «нет, не хочу, не буду». Конечно, ребята не всегда их произносят. На уроках, к примеру, они могут быть активны, поднимать руку и прекрасно соблюдать школьные правила, не причиняя особых хлопот. Но чтобы подчиниться, от них потребуется много волевых усилий. Поэтому слишком долго контролируя себя, они способны на взрыв эмоций: крик, беготню, громкий смех. Мальчики могут поддаться, девочки — заплакать. У некоторых детей такие вспышки происходят на перемене, прогулке и служат разрядкой напряжения, в котором они находились на уроке. Другие же терпят целый школьный день для того, чтобы выплеснуть свои чувства дома, где становятся совершенно неуправляемыми. Но встречаются ребята, которые, наоборот, дома абсолютно послушны, а накопленную энергию выплескивают в школе. Тогда для разрядки перемен не хватает, приходится использовать уроки, особенно не очень интересные. Прямо на занятиях они начинают выкрикивать, смеить класс... список можно продолжить, поскольку такие дети отличаются не только энергией, но и изобретательностью.

Попробуем нарисовать общий портрет школьников, которые с трудом подчиняются. Их главная характеристика — активность. Им трудно сидеть без интересного дела. Скучные занятия становятся почти невыносимыми, поэтому ребята стараются их разнообразить. Например, рисуют на уроках, играют карандашами, ластиками и т.п. Им интересно исследовать новое пространство. Если дети маленькие, то они делают это дома: изучают содержимое шкафчиков, коробочек и т.д. Подростки резко устремляются на улицу, в компании.

Им хочется все попробовать и учиться только на своих ошибках. Шалости малышей редко повторяются, они легко придумывают новые, и потому старшим трудно их прогнозировать. Подростки пробуют «на вкус» все, что для них олицетворяет взрослость, начиная с сигарет и заканчивая поцелуями.

Заметим, что ребят привлекает не любая активность, а прежде всего проявляемая самостоятельно, по собственному выбору. Даже потенциально интересное задание, предложенное взрослыми, имеет для ребенка низкую ценность и выполняется с неохотой.

Помимо ярко выраженной активности, такие дети отличаются негативным отношением к контролю со стороны взрослых. Младшие его еще терпят, хотя иногда выражают свое неудовольствие. Случается, что маленькому ребенку родители специально говорят: «Я тебе это запрещаю», чтобы он выполнил запретное действие. Подростки отчаянно борются с контролем взрослых. И порой нарушают те или иные запреты только для того, чтобы доказать свою автономность.

У некоторых детей к активности и протесту против контроля добавляется повышенное чувство справедливо-

сти. Резкую эмоциональную реакцию вызывают поступки окружающих, которые расцениваются как несправедливые.

Однако активных детей, которые с трудом подчиняются, нельзя путать с ребятами, которые не слушаются из-за своей избалованности. Вокруг избалованных детей находится много взрослых, во всем уступающих им, не ставящих их в условия необходимости соблюдения правил. Такие дети не любят ходить в детский сад, иногда начинают болеть из-за того, что там существует много ограничений. Порой избалованность является следствием излишних стараний и опеки мам и нянь, стремящихся оградить ребенка от всего, что требует усилий и исполнительности. Поэтому у таких детей не формируется волевая саморегуляция поведения, они не учатся контролировать себя в неожиданных ситуациях, не умеют придерживаться установленных норм. В этом как раз и состоит их главное отличие от активных детей, которые хорошо регулируют свое поведение.

Какие трудности могут возникнуть у активных детей в школе?

Как мы уже говорили, они испытывают повышенное напряжение при строгом следовании правилам, поэтому иногда устают на уроках, в особенности наполненных разнообразными заданиями.

Могут возникнуть сложности с выполнением домашней работы. У некоторых детей запреты вызывают желание сделать все наоборот. Поэтому они «из вредности» поступают не так, как требуется, даже понимая необходимость этого. Например, если мама неоднократно напоминает ребенку, что пора садиться за уроки, возможна такая реакция: «Не буду делать и не собираюсь даже!» Он может

заняться другими делами, а к домашнему заданию приступит только тогда, когда захочет сам.

Помимо трудностей, у наших детей имеются и огромные ресурсные возможности. Прежде всего это высокая творческая активность. Они прекрасно умеют придумывать, создавать новое. Их взгляд на проблему бывает необычным, а ее разрешение — нестандартным. Они никогда не станут действовать по образцам. Отличаются завидной самостоятельностью: со всем стараются справиться сами, даже нуждаясь в помощи взрослых. Поэтому с удовольствием занимаются самообразованием.

Еще одно ценное качество активных детей — высокий уровень притязаний, стремление к успеху. Это не всегда открыто проявляется, но стоит ребенку в чем-то добиться хорошего результата, тем самым обратив на себя внимание окружающих, он приложит все усилия, чтобы достичь еще большего.

В среде сверстников, вероятнее всего, ребята проявят стремление к лидерству. Слепо следовать за другими они не станут, что очень важно. Например, прежде чем повторить негативный пример одноклассников, они подумают: «А не будет ли это выглядеть как подчинение?»

Конечно, хочется сохранить такие замечательные качества ребенка и при этом помочь ему в преодолении трудностей. Как это сделать?

Сначала стоит предотвратить эмоциональные вспышки у детей и подростков, которые появляются из-за усталости, напряжения в ситуациях длительного подчинения. Если таковые наблюдаются в школе, значит, домашняя жизнь слишком регламентирована. Нужно предоставить больше возможностей для самостоятельности в семье. Если ребенок разряжается дома, вероятнее всего, школьная жизнь

организована не оптимально для него. В этом случае стоит обратиться к школьному психологу, он понаблюдает за ребенком на уроках и совместно с учителем подумает, как наладить его учебный процесс. Если речь идет о подростке, совместно с педагогами психолог постарается убедить его в справедливости отметок и дисциплинарных санкций в школе. Ведь несправедливые, по мнению подростка, действия учителей также могут быть причинами эмоциональных вспышек.

Полезно научиться правильно реагировать на детские «не хочу, не буду». Если на родительские просьбы ребенок отвечает: «Нет, я вообще никогда не стану это делать» — значит, скорее всего он сам уже об этом думал и как раз собирался приступить к выполнению. Не стоит реагировать на протест эмоционально, не надо ругаться, какими бы обидными вам ни показались его слова. Сначала спросите мнение ребенка, считает ли он нужным выполнить просьбу, например, сесть за уроки. Скорее всего он ответит утвердительно. Пусть сам определит время, когда приступить к выполнению задания. А вы можете предложить напомнить ему об этом в назначенное им время. Если ребенок отказывается от помощи, настаивать не стоит, можно просто акцентировать внимание на его ответственности за сделанный выбор.

Младшим школьникам в случае невыполнения принятого решения в назначенное время можно сказать: «Ты обещал». Если сын или дочь продолжают артачиться, родители могут апеллировать к их взрослости, повышать значимость предоставленной им самостоятельности, сказав: «Мы дали тебе возможность самому решить, как поступить, считая, что ты уже взрослый. В следующий раз будем заставлять тебя, словно маленького».

Если перед вами подросток, при предъявлении запретов повышается необходимость в аргументации, то есть в подробном объяснении их причин. Таким образом, подросток получает опыт осознанного подчинения по объективным причинам.

Полезно учить подростка прибегать к компромиссу: уступать самому, предложив партнеру тоже пожертвовать чем-то.

Поскольку активному ребенку жизненно необходима сфера приложения творческих сил и демонстрации собственного успеха, нужно обязательно найти ее. Если не удастся связать деятельность с учебным процессом, стоит подумать о кружках и секциях. Это особенно важно для подростков. Стремление к лидерству, вниманию сверстников у них становится сильнее. И если у ребят нет возможности продемонстрировать свой реальный успех, то вероятность проявления негативного лидерства возрастет. В этом случае они станут выкрикивать на уроках, вызывая смех одноклассников, или делать что-то еще, лишь бы быть замеченными.

Итак, активный ребенок доставляет немало трудностей взрослым. Но при терпении и правильных действиях становится их гордостью. Со временем достижения детей щедро вознаграждают родителей.

* * *

Страх неудачи: почему он мешает учиться?

Довольно часто родители обращают внимание на то, как сильно ребенок переживает из-за учебных неудач — огорчается, если допускает ошибки или получает плохие

оценки. На уроке после неудачного ответа перестает поднимать руку, боится выходить к доске. Если получает тройку, даже плачет.

Контрольная работа становится серьезным испытанием. Ребенок начинает волноваться заранее, даже если уверен в своих силах. Может заболеть голова, живот.

Ему так хочется достигнуть хорошего результата в учебе, что на уроке он постоянно тянет руку и обижается, когда его не спрашивают. Или, наоборот, внутренне напрягается — телом, голосом — и не проявляет активности.

Ребенок ставит высокую планку и огорчается, если не победил. Нет, он не завидует другим, просто сам хочет успеха — на уроке, олимпиаде, в спортивной игре. Он очень-очень старается.

Просто здорово, если ребенок хочет быть лучшим! Он устремляется к победам! Нужно поощрять это. Вы тоже так думаете? Надеемся, что нет.

Действительно, ребенок находится в постоянном напряжении, стараясь не ошибиться. Поэтому утомляется быстрее других. И бывает, сбрасывает накопившееся напряжение, с криком бегая на перемене. Некоторые дети начинают болеть.

Таким ребятам и учиться труднее, потому что сильное напряжение часто снижает внимание. Они делают ошибки, будто бы из-за рассеянности, но на самом деле — из-за страха. Обидно, когда из-за волнения перед контрольными работами они получают оценки ниже, чем заслуживают.

Иногда страх ошибиться на уроке ребенок переносит в другие значимые для себя сферы жизни. Например, отказывается быть капитаном команды на спортивных соревнованиях. А в самых трудных случаях вообще не хочет становиться лидером, хотя имеет для этого все основания.

Почему это происходит? Может быть, родители виноваты? Отнюдь нет. Самое удивительное, что у такого ребенка обычно очень хорошие папа и мама, которые отдают ему много сил и внимания. Он — большая ценность в семье, а иногда и основной смысл жизни. Чаще всего сами родители хорошо образованы и социально успешны, поэтому они не только хотят правильно развивать ребенка, но и знают, как это делать.

Ребенок в такой семье очень любит маму и папу, гордится ими, хочет походить на них. Но дело в том, что он видит своих родителей уже состоявшимися, успешными. Тот путь, который они преодолели, поднимаясь по социальной лестнице, если даже известен ему, но не наполнен эмоциональным смыслом. Все равно ребенок сравнивает себя с родителями сегодняшними, и это сравнение не прибавляет очков в его пользу. Он кажется себе недостаточно успешным, и любая допущенная ошибка лишь подтверждает это, а вывод — он недостоин любви таких замечательных родителей.

Вы скажете, что никогда не ругаете и не наказываете ребенка за ошибки. Верно, потому что ругает и наказывает себя он сам. Парадокс, но чем теснее эмоциональная связь между ребенком и родителями, чем больше времени они проводят вместе, тем сильнее ребенок боится их огорчить. А значит, допущенная им маленькая оплошность превращается в Громадную Ошибку.

Если ребенок внутренне тонкий, эмоциональный, впечатлительный, то переживания по поводу промахов очень мешают ему жить.

Боязнь ошибки относят к социальным страхам, потому что ее основной смысл в стремлении всячески соответствовать нормам поведения. Действительно, такие дети,

как правило, стараются соблюдать все требования школы. Они всегда слушают учителя, не разговаривают с соседом по парте, не смотрят по сторонам, не отвлекаются. Поэтому на уроке они находятся в дополнительном напряжении. С ними очень хорошо и удобно педагогам. Но как тяжело детям жить, не нарушая правил!

Как же быть родителям таких замечательных ребят?

Начать стоит с себя. Скажите себе: «Я — хороший родитель, раз у меня такой замечательный ребенок». Если произнести подобную фразу трудно, подумайте, может быть, кто-то из родственников говорит, что вы недостаточно хорошая мать (или отец). И эти слова вызывают в вас чувство вины за то, что вы что-то недоделали или сделали не так. Чувство вины неконструктивно. Если оно возникло, постарайтесь убедить себя: «Я все делаю настолько хорошо, насколько могу. Человек не может все успеть».

Необходимо научиться искусственно создавать и демонстрировать ребенку ситуации, в которых вы несовершенны. Поскольку ребенок смотрит на родителей как на эталон, которому необходимо соответствовать, увидев, что мама и папа допускают промахи, он и себе даст право на ошибки.

Однако этого недостаточно. Важно научиться правильно реагировать на оплошности детей. Не следует говорить: «Ничего страшного, не волнуйся», потому что ребенок услышит: «Это страшно, волнуйся». Эффективнее использовать позитивную лексику с исключением частицы «не», например: «Все нормально», «Будь спокойнее», «В следующий раз сделаешь правильно» и т.п.

Если ребенок сильно переживает из-за какой-то ошибки, нужно найти способ похвалить его за что-то другое:

«Ошибся, зато аккуратно и красиво написал», «Ошибся, зато видно, как ты старался».

Стоит научить малыша искать причину ошибки, например: «Может быть, это произошло, потому что ты перепутал право и лево, подумай сам».

Но главное — необходимо отмечать ценность ошибок, их обучающее воздействие. Давайте поднимем идею их обучающей роли до уровня жизненной философии, чтобы ошибка не столько огорчала, сколько осмыслялась бы и давала опыт, побуждала к самоизменениям. Действительно, когда человек умеет учиться на своих ошибках — это здорово!

Для этого можно повторять детям крылатые фразы: «Не ошибается тот, кто ничего не делает», «Успех радует, а учит ошибка», «Умный не стремится избегать ошибок, но стремится исправить» и т.п. И приучать анализировать причину ошибок, формулировать опыт, который они дают.

Хорошо, если родители поделятся тревогой о наличии социальных страхов у ребенка со своим учителем. Обратят его внимание на проблему, попросят помочь. В особо сложных случаях потребуется поддержка психолога, который организует с ребенком индивидуальные занятия.

Но труднее всего родителям будет справиться с собственным стремлением к опеке, ведь дети кажутся такими хрупкими, беззащитными. А ребятам, напротив, показана самостоятельность, которую они способны проявить в соответствии со своим возрастом.

И еще им полезно много смеяться, иногда совершать необдуманные поступки. В общем, к их «правильности» нужно добавить щепотку непослушания, крупинку непокорности, чуточку шаловливости.

Итак, можно по-разному помочь детям. Но важно помнить, что родители иногда сами закрепляют, а порой даже

усиливают страх неудачи у ребенка. Это происходит, если они реагируют на ошибки слишком эмоционально: сильно огорчаются, ругают, наказывают малыша или проводят с ним длинные воспитательные беседы. В самом тяжелом случае мотивация на достижение высокого результата в учебе у ребенка может смениться на мотивацию избегания неудач. Тогда на уроке он будет думать не о том, как правильно выполнить работу, а о том, как бы не сделать при этом ошибку. Естественно, темп деятельности снизится, а ошибок станет больше. Ведь о чем чаще всего думаешь, то и происходит.

* * *

Если у вашего ребенка есть няня

Если у вашего ребенка есть няня, стоит подумать, какое влияние она оказывает на различные аспекты его развития: коммуникативные, социальные, познавательные, нравственные и др.

Почему это важно? Современный институт нянь сложился в России недавно — уже после перестройки. Няни в социалистической России встречались не так часто, как сейчас. Их функции сводились в основном к тому, чтобы присмотреть за ребенком, отвести в школу и обратно, посадить за уроки. Обычно нянями становились женщины, вышедшие на пенсию, которых соседи просили «присмотреть» за своими детьми. Да и уровень оплаты у них был несравнимо меньший, чем сейчас.

Дореволюционные няни-гувернантки могли дать детям разнообразные знания, привить нормы поведения. Воспитателями становились интеллигентные люди, получив-

шие хорошее образование, например, в Институте благородных девиц. Некоторые семьи выписывали гувернеров из-за границы.

Современные няни проводят со своими подопечными довольно много времени, часто гораздо больше, чем работающие родители. Они должны иметь определенный уровень образования, поскольку детям нужен не только «пригляд», но и обучение, развитие, воспитание.

На самом деле функции, которые сегодня выполняет няня, довольно размыты. Они складываются, во-первых, из требований родителей, которые в детстве не имели опыта взаимодействия с нянями. Во-вторых, из представлений самих нянь (большинство из которых в педагогических вузах не учились) о том, что нужно детям. В-третьих, из желания няни сохранить хорошо оплачиваемую работу и вытекающего отсюда старания скорее угодить родителям, нежели выполнить задачи по обучению и воспитанию.

Какие проблемы в развитии ребенка возможны в этом случае?

Если няня слишком сильно ориентирована на родителей, она всеми силами будет стремиться соответствовать их ожиданиям, даже в ущерб интересам ребенка. Например, родители хотят, чтобы малыш вел себя хорошо. И ему запрещается любое проявление активности, инициативности. Или же для родителей важен эмоциональный комфорт ребенка. Тогда, вероятнее всего, его не приучат к соблюдению норм и правил, режиму дня, принятию ограничений со стороны окружающих. В школе ему будет очень трудно пережить то, что лучшая роль в спектакле досталась другому, или что его не приняли в команду во время проведения спортивных соревнований.

Нередко родители перекладывают на няню обучение ребенка нормам этикета. Но ей порой быстрее и легче самой выполнить определенные действия, чем объяснить их малышу. А иногда няня вообще не имеет необходимых навыков. В итоге, когда дети приходят в школу, оказывается, что они не умеют правильно держать ложку, не говоря уж про вилки и ножи...

То же самое касается речевого поведения детей. Многие, кроме «здравствуйте», не знают слов приветствия. Такие выражения, как «доброе утро, добрый день», не употребляются ими.

Одной из самых проблемных зон является самостоятельность. В частности, навыки самообслуживания. Педагогам зачастую приходится учить детей надевать штаны на прогулку, завязывать шапку. При этом нередко можно наблюдать, как по утрам няни сами «вытряхивают детей» из верхней одежды и «вставляют» в сменную обувь.

Некоторые ребята не умеют за собой убирать. Съел конфетку — оставил бумажку. Почистил мандарин — бросил корочки.

«И что в этом плохого? — возразит кто-то. — Вырастут — научатся». Но бытовые навыки самообслуживания — это предпосылки к формированию учебных навыков самоорганизации, необходимых ребенку, уже начиная с 1-го класса, таких как умение подготовить рабочее место, самостоятельно сделать уроки, спланировать свое время. К сожалению, взрослые часто не видят взаимосвязи между бытовыми навыками и учебными, что впоследствии оборачивается для ребенка большими трудностями.

Рассмотрим такой пример. Перед нами двое детей.

У одного — замечательная, внимательная няня, которая сидит в школе, пока не закончатся все уроки, и на

каждой перемене меняет ребенку носки или маечку, если он вспотел.

Второй свою няню прячет от одноклассников, не разрешает ей подходить близко, при этом испытывает реальные трудности, натягивая большой комбинезон. Но все-таки сам находит выход — расстилает комбинезон на банкетке и вползает в него лежа.

Понятно, что активность первого ребенка заблокирована. Второй же проявляет не только самостоятельность, но и находчивость, и настойчивость в достижении цели. А няня молодец, что позволяет ему развивать в себе эти качества.

В отсутствие самостоятельности есть еще одна теневая сторона, которая на первый взгляд не видна. Привыкая к опеке, не имея опыта преодоления трудностей, ребенок растет неуверенным в себе, в своих силах и возможностях. Ведь что такое уверенность в себе — это эмоционально окрашенное ощущение того, что я могу, умею. Он не знает, на что способен, никогда не чувствовал вкус победы, потому что побеждать было просто некого и не в чем. Неуверенность в себе не нужно путать с замкнутостью, застенчивостью, скромностью. Неуверенный в себе ребенок может быть живым, общительным, энергичным, но очень остро воспринимать мнение окружающих о себе. Для него важно, чтобы его выделили, заметили, приняли в игру, если речь идет о сверстниках. Получается, что он либо слишком активен в действиях, пытается обратить на себя внимание, добиться похвалы от взрослых, либо, наоборот, начинает подстраиваться под детей — «прогибаться».

Получается, что общение с нянями иногда способствует возникновению у ребенка коммуникативных трудностей

в школе. Особенно если няня не умеет обозначать четкие границы между собой и своим подопечным — разрешает ему нарушать собственное пространство или же вторгается на его территорию. Например, малыш заставляет делать няню то, что она не хочет, или она не позволяет ему побыть одному. В результате у ребенка появляются проблемы с пониманием своих «границ» и личных «границ» его сверстников. Он или постоянно пристаёт к одноклассникам, или пытается «подлизываться», и то и другое нежелательно, потому что в итоге он теряет себя.

Родители зачастую сами невольно помогают ребенку нарушать личностные границы няни, позволяя называть ее по имени, обращаться на ты или демонстрируя свое неуважительное отношение к ней. Например, девочка зовет няню: «Тамуня, иди сюда!» Тамуня на самом деле Тамара Владимировна — женщина лет шестидесяти. Случается, что ребенок, придя из дома, не может сразу переключиться и в школе некоторое время продолжает разговаривать с педагогами так же, как с нянями. Например: «А можно я буду звать вас Татьяной?», или «А ты мне дашь конфетку, если я буду хорошо заниматься?».

Иногда отсутствие границ между няней и ребенком приводит к тому, что именно она становится вдовой, приспосабливается к желаниям малыша, не обучая его считаться с другими людьми. К примеру, такой случай. На улице проводятся соревнования. Холодно, все дети в кофтах. Одна девочка очень легко одета, а ее ветровка в руках у няни, наблюдающей за ходом игры. Предлагаю женщине накинуть курточку на ребенка, она отказывается: «Вы знаете, она такая своенравная, ни за что не согласится». Приходится забрать ветровку у няни и самой одеть девочку.

Теперь давайте остановимся на весьма деликатном вопросе, к решению которого родителям нужно подойти очень аккуратно, чтобы не обидеть няню. Он вытекает из проблемы самооценки и способов ее поддержания.

Считается, что человеку с неустойчивой самооценкой, то есть не признающему ценность своей личности, противопоказаны ситуации социального сравнения. Имеется в виду, что среда успешных людей может вызывать у него желание сопоставить себя с ними, а это еще сильнее снизит самооценку. Поэтому няне с недостаточной самооценностью находиться в семье успешных людей довольно сложно. В качестве защитного механизма неосознанно может включиться так называемая идентификация с успешным человеком. Если говорить о няне, то скорее всего это будет идентификация с мамой своего подопечного. Няня попросту начнет копировать ее внешне — подражать в одежде, пользоваться похожими духами, аксессуарами, имитировать ее прическу и цвет волос. Сложнее, если няня будет неосознанно стремиться занять роль матери. Приведем примеры. Двухлетний ребенок зовет маму — няня тоже откликаться. А одна женщина нам прямо сказала: «Никакая я не няня, я — вторая мать... Потому что родная мамаша постоянно занята». Как-то в школьном коридоре мы случайно стали свидетелями разговора няни с девочкой. Женщина говорила: «Ты себя так ужасно ведешь, совсем меня не жалеешь. Пойми, дороже меня у тебя никого нет. Если со мной что случится, ты останешься одна».

В связи с этим существуют две опасные «точки». Первая — возможное размывание и обесценивание у ребенка образа матери, что недопустимо. И вторая, которая относится в первую очередь к маленьким детям и их няням.

Находясь в ситуации социального сравнения, человек с неустойчивой самооценкой может чувствовать зависть к более успешным людям, но не осознавать ее при этом. Если бы она была осознана, то сопровождалась бы словами: «Почему не я? Чем я хуже? Почему им такая жизнь, а мне другая?» Как следствие неосознанной зависти, возникает такое же неосознанное стремление нанести ущерб ребенку. Внешне это выглядит как нелепые, странные поступки.

У вас может возникнуть мысль, что я недолюбляю нянь, раз пишу такие жесткие слова. Но эту информацию необходимо знать. Няня — человек, с которым ребенок проводит большую часть времени. Поэтому ее важнейшим профессиональным качеством должна стать личностная зрелость. Мы ведь предъявляем подобные требования к педагогам в школе, с ними много работают психологи. Наверное, так должно быть и с нянями.

Как же в целом сделать роль няни в семье позитивной, суметь избежать ненужных (а иногда даже вредных) последствий ее пребывания?

Для начала правильно ее выбрать. Как мы уже говорили, первым критерием выбора няни должны стать ее личностная зрелость и интеллигентность. Кто-то может возразить, что таких не бывает. По опыту нашей школы не соглашусь. Иногда после вступительного собеседования с ребенком мы просим родителей поблагодарить няню, на что они отвечают: «Да, мы понимаем, что она у нас золотая».

Затем важно выяснить педагогическую позицию и ценностные приоритеты, на которые будет опираться няня в воспитании ребенка. Если они совпадут с родительскими, няня семье подходит.

Родителям можно использовать такой ход: не самим определять педагогические действия няни, а выслушать, что предлагает она. Почему? Очень важно чтобы няня имела свою точку зрения, иначе она будет лишь слепо следовать инструкциям родителей или подчинится ребенку. В любом случае малышу это не пойдет на пользу. Хотя не исключены и очень разумные пожелания родителей. Например, одна мама мне рассказывала: «Поехали всей семьей отдыхать, смотрю — ребенок не умеет держать вилку. Дома я предъявила претензии няне». Здесь с мамой можно согласиться.

Не стоит загружать няню громадным количеством требований по уходу за ребенком гигиенического характера. За стиркой, чисткой и уборкой на педагогику времени не останется.

Важно демонстрировать ребенку уважительное отношение к няне. Подчеркнем — не просто уважать, это само собой разумеется, а именно показывать малышу, что она особый взрослый, которого необходимо слушаться.

В некоторых семьях отходят от традиционного — «няня». Кто-то именует ее гувернанткой, кто-то учителем. Вместе с названием меняется и профессиональный статус — он, несомненно, растет. Такая ситуация вызвана тем, что повзрослевшие дети (примерно с 3-го класса) начинают стесняться нянь, и это может привести к кризису во взаимоотношениях. Чтобы его избежать, не стоит называть вашу помощницу няней.

Многие родители перед школой начинают, по их словам, «отучать детей от нянь», то есть при фактическом сохранении няни требуют от ребенка выполнения простейших правил и обязанностей: прежде всего самостоятельно одеваться, иногда — вставать по будильнику (хотя последнее нам кажется очень сложным).

По возможности к концу 4-го класса лучше отказаться от услуг няни или свести их к чисто организационным — привести, увести.

Часто няни являются посредниками между семьей и школой. Через них педагоги передают родителям вопросы и пожелания, получают ответы. Это очень удобно для работающих мам и пап. Но когда возникает искушение отправить вместо себя на родительское собрание няню, лучше остановиться. Если нет возможности прийти в назначенное время, можно договориться с учителем об индивидуальной встрече. Няни иногда без всякого злого умысла искажают информацию о ребенке. Педагогам же важно донести ее до родителей в точности, а для этого — напрямую обратиться к маме или папе.

ЛИТЕРАТУРА

- Кемпински А.* Экзистенциальная психиатрия. М., 1998.
- Кволс Кэтрин Дж.* Переориентация поведения детей. СПб., 2000.
- Менегетти А.* Психология жизни. СПб., 1992.
- Мэй Р.* Искусство психологического консультирования. М., 1994.
- Стефаненко Т.Г.* Этнопсихология. М., 2004. С. 173—174.
- Фигдор Г.* Психоаналитическая педагогика. М., 2000.

ОГЛАВЛЕНИЕ

Введение

Зачем необходима работа с родителями? 4

Глава 1. Групповая работа с родителями 6

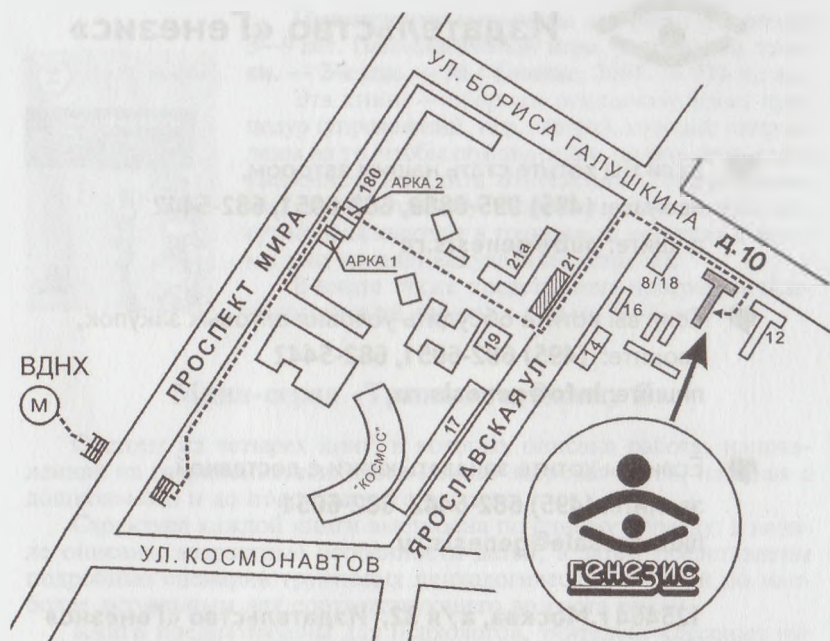
- 1.1. Цель и общая логика групповой работы с родителями 6
- 1.2. Информационные методы 11
- 1.3. Проблемные методы 26
- 1.4. Активные методы 51

Глава 2. Индивидуальное консультирование родителей 73

- 2.1. Цели и общие принципы индивидуального консультирования родителей 73
- 2.2. Индивидуальное консультирование родителей, чьи дети имеют различные нарушения психологического здоровья 87
- 2.3. Индивидуальное консультирование родителей с учетом возрастных особенностей детей 103
- 2.4. Барьеры в работе с родителями: возрастные, социальные, этнокультурные, профессиональные, индивидуально-личностные 119

Приложение. Статьи для родителей 136

МАГАЗИН ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ЛИТЕРАТУРЫ



Проезд до ст. метро ВДНХ, 1-й вагон из центра,
далее пешком до пересечения с ул. Б. Галушкина,
направо до д.10 к. 1, цокольный этаж

Телефон/факс (495) 682-54-42, телефон 682-60-51

Адрес для заказа книг по почте:

125464, г. Москва, а/я 32

Издательство «Генезис»

E-mail: info@genesis.ru

Интернет-магазин: <http://www.genesis.ru>

www.genesisbook.ru

Доставка курьером по Москве

Серия «Психология в образовании»

Хухлаева О.В.

ШКОЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА

Работа с родителями

Директор издательства *Е.А. Мухаматулина*
Главный редактор *О.В. Сафуанова*
Редактор *И.А. Федонина*
Корректор *Т.Ю. Барышникова*
Дизайн обложки *А.В. Гущина*
Оригинал-макет *С.В. Иванова*

Издательство «Генезис»
129366, Москва, ул. Б. Галушкина, д.10, к. 1

Оптовая закупка книг издательства
(495) 682-5442, info@genesis.ru

Розничная продажа
(495) 682-5442, (495) 682-6051
Москва, ул. Б. Галушкина, д.10, корп.1

Книга—почтой
125464, г. Москва, а/я 32
sale@genesis.ru

Интернет-магазин
www.genesisbook.ru

Подписано в печать 22.04.2008. Формат 60x84/16.
Бумага офсетная. Печать офсетная. Усл. печ. л. 9,30.
Тираж 3000 экз. Заказ № 1974.

Отпечатано в полном соответствии с качеством
предоставленных диапозитивов в ОАО «Дом печати — ВЯТКА»
610033, г. Киров, ул. Московская, 122

Издательство "ГЕНЕЗИС"
представляет серию книг
О.В. ХУХЛАЕВОЙ
под общим названием
"ШКОЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ СЛУЖБА"

Книга 1. Работа с учащимися

Книга 2. Работа с педагогами

Книга 3. Работа с родителями



ISBN 978-5-98563-135-7



9 785985 631357