

Государственное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 35 комбинированного вида
Колпинского района Санкт-Петербурга

Принята
на педагогическом совете ГБДОУ № 35
протокол № 1 от 31.08 2017 г.

«Утверждена»
заведующий
Н.В. Родионова
дата « 31 » августа 2017 г.



Дополнительная общеразвивающая
образовательная программа дополнительного образования

«Мир глазами ребенка»
Психологические тренинги для родителей
(практические занятия)

Автор-составитель:
педагог дополнительного
образования
Хохлова О.Ю.

Санкт-Петербург
Колпино
2017

Пояснительная записка

Актуальность образовательной программы детско-родительских отношений «Мир глазами ребенка» объясняется тем, что современные российские семьи развиваются в условиях противоречивой общественной ситуации. С одной стороны, наблюдается поворот общества к проблемам и нуждам семьи, повышается ее значимость в воспитании детей. С другой, наблюдаются процессы, которые приводят к обострению семейных проблем – это, прежде всего, рост числа разводов, отрицательно влияющих на психику детей, увеличение количества неполных семей и повторных браков.

Механизмы интеграции семьи, в частности взаимоотношений между ее членами, играют огромную роль в воспитательном процессе. Их нарушение влечет за собой значительные неблагоприятные последствия в сфере детско-родительских отношений.

Целесообразность:

Особенности воспитания непосредственно влияют на развитие и становление личности ребенка, его поведение, уровень самооценки, особенности социализации, а также здоровье – как физическое, так и психологическое. Отсюда вытекает важность выстраивания гармоничных взаимоотношений между детьми и родителями.

Цель:

Концептуальной основой тренинга является идея сотрудничества взрослого с ребенком, поэтому основная цель тренинга - способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества родителя с ребенком. В тренинге использованы идеи Т. Гордона, А. Адлера, И.М. Марковской, Р. Дрейкуса, А.А Лопатиной, М.В. Скребцовой и др.

Задачи тренинга:

В системе детско-родительских отношений родитель является ведущим звеном и от него в большей мере зависит, как складываются эти отношения, поэтому одной из задач тренинга является формирование навыков сотрудничества с ребенком. Признание за ребенком права на собственный выбор, на собственную позицию обеспечивает понимание и лучшее взаимодействие в семье. При нарушенных отношениях в семье вопрос осуществления воспитательных функций весьма проблематичен.

Исходя из этого, программа реализовывает следующие задачи:

- Расширение возможностей понимания своего ребенка.
- Улучшение рефлексии своих взаимоотношений с ребенком.
- Выработка новых навыков взаимодействия с ребенком.
- Формирование адекватной самооценки родителя и ребенка.

- Раскрытие личностного потенциала ребенка с целью его конструктивной реализации.
- Привитие ребенку основ самоуважения.
- Формирование у ребенка понимания личной ответственности.
- Расширение эмоционально-чувственной сферы в контексте детско-родительского взаимодействия.
- Коррекция педагогических ошибок в воспитательном процессе.
- Развитие у ребенка конструктивной мотивации к деятельности.
- Профилактика психосоматических расстройств у ребенка.
- Активизация коммуникативной культуры в семье.

Отличительная особенность:

Беседы, лекции и индивидуальные консультации педагога-психолога не всегда могут помочь в разрешении сложных ситуаций в процессе воспитания ребенка в семье. Эффективным средством может стать тренинговая форма работы с родителями и детьми. В группе психологического тренинга для родителей создаётся уникальная возможность в атмосфере доверия и принятия взглянуть со стороны на свой стиль воспитания; проанализировать, как отражаются на формировании личности ребёнка и семейных отношений привычные паттерны родительского поведения; получить конкретные навыки и практические методы решения проблемных ситуаций; узнать, как обыденный стиль отношений, привычные слова и действия формируют жизненный сценарий детей. Ребенку тренинг детско-родительских отношений позволит разрешить актуальные проблемы семейного взаимодействия, с большим пониманием относиться к родителям, увидеть их с необычной творческой стороны и почувствовать себя увереннее и спокойнее в отношении с родителями.

В методических рекомендациях представлены разнообразные техники и приемы групповой работы педагога-психолога, направленные на коррекцию и оптимизацию взаимоотношений родителей и детей разного возраста.

Возраст детей:

Программа предназначена для родителей, имеющих детей разных возрастов.

Формы и режим занятий:

- Групповые занятия – 1 раз в неделю
- совместное групповое занятия с родителями и детьми 30 минут;
 - только с родителями 4 часа.

Срок реализации: программа рассчитана на 24 академических часа. Далее посттренинговое сопровождение родителей в течении 6 месяцев.

Форма проведения занятий:

С родителями - интерактивная форма обучения, как то упражнения, игры, моделирование ситуаций; беседы, мозговой штурм, анализ ситуаций.
Совместно с детьми – диагностические игры.

Ожидаемые результаты:

К окончанию программы родители должны

знать:

- психологические особенности детского возраста;
- факторы, влияющие на формирование личности ребенка;
- отличительные черты ребенка, основанные на порядке его рождения;
- причины неконструктивного поведения ребенка;
- различия между поддержкой и похвалой;
- виды наказаний и их последствия;
- альтернативные способы влияния на ребенка;
- психобиофизиологические типы детей;
- действия, формирующие позитивное и негативное подкрепление;
- ошибочные цели поведения ребенка;
- особенности воспитания по гендерному признаку;
- понимание родительской любви с точки зрения ребенка;
- права ребенка.

уметь:

- выстраивать с детьми партнерские отношения, основанные на доверии, уважении, поддержке, сохранении границ личного пространства каждого участника отношений на основе полученных знаний.

План проведения

Программы дополнительного образования для родителей «Мир глазами ребенка»

Составила: педагог-психолог Хохлова Ольга Юрьевна

| Первое занятие | | |
|--|---|---------------|
| 12.00 – 16.00 | | |
| Тема занятия | цель | .КОЛ-ВО часов |
| Знакомство. Определение причин «плохого» поведения ребенка. Смена парадигмы. | Знакомство участников друг с другом и с групповой формой работы. Выяснение ожиданий и опасений родителей. Диагностика родителско-детских отношений каждого участника. Упражнения, направленные на расширение сознания о детской психологии. | 4 |
| Второе занятие | | |
| Мир детский и мир взрослый. Права ребенка. | Осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т. д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка. | 4 |
| Третье занятие | | |
| «Язык принятия» и «Язык непринятия» | Знакомство с понятием «принятие» ребенка, особенностями принимающего и не принимающего поведения родителя. Определение «языка принятия» и «языка непринятия». Упражнение, направленное на понимание и принятие личностных качеств родителя. Составление «Словаря принимающих фраз» для ребенка. | 4 |
| Четвертое занятие | | |
| Наказания и их альтернатива | Расширение знаний о видах и последствиях наказаний. Восприятие детьми действий родителя как наказующих с точки зрения психобиофизиологической природы ребенка. Упражнения, направленные на выработку навыков конструктивных способов влияния, не разрушающих личность ребенка. | 4 |

| Пятое занятие | | |
|---|---|---|
| Переориентация ошибочных целей поведения ребенка | Понимание механизма формирования защитных моделей поведения ребенка. Каковы истинные потребности скрыты за его неконструктивным поведением. Упражнения, направленные на переориентацию ошибочных целей ребенка. | 4 |
| Шестое занятие | | |
| Факторы, влияющие на формирование личности ребенка. | Порядок рождения, психобиофизиологическая природа ребенка. Родительская отзывчивость. Взаимоотношения в семье между родителями ребенка. | 4 |

Занятие 1. Знакомство

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

Содержание занятия

1. Ведущий знакомит участников с целями и задачами тренинга. Обговариваются условия и режим работы, вводятся правила групповой работы. Ведущий рассказывает, в какой форме будут проходить занятия и каким основным темам они будут посвящены. Он также раскрывает участникам философию, на которой строятся отношения и взаимодействие с детьми - признание личности ребенка и стремление к сотрудничеству.

Немаловажно в рамках данного занятия обсудить основные правила поведения родителей в группе:

1. Доверительный стиль общения.

Мы принимаем внутри нашей группы единую форму обращения друг к другу «ты». Такая форма обращения способствует более близким и доверительным взаимоотношениям, настраивает на дружескую встречу.

2. Правило «здесь и теперь».

Основная задача: превратить группу в своеобразное большое зеркало, в котором каждый смог бы увидеть себя во время самых разнообразных проявлений характера, поведения, взаимоотношений с ребенком, умения быть самокритичным и правильно реагировать на критику, лучше знать себя и свои личные особенности, ошибки в воспитании детей. Поэтому во время занятия все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, обсуждают то, что происходит с ними в группе. Персонификация высказываний.

3. Отказ от обезличенной речи.

Например, «говорят, что...», «воспитывают...». Безличная речь

помогает скрывать собственные позиции и тем самым уходить от ответственности за свои слова.

4. Искренность общения.

Говорить нужно только о том, что чувствуем и думаем по поводу происходящего, т.е. только правду. Если нет желания высказаться искренно и откровенно, лучше помолчать. Естественно, что никто не обижается на высказывания других.

5. Конфиденциальность происходящего в группе.

Ничего не разглашается. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека, о том, что он поделился.

6. Определение сильных сторон личности.

Во время занятия любой из нас стремится подчеркнуть положительные качества человека, с которыми мы работаем.

7. Недопустимость непосредственных оценок человека.

При обсуждении происходящего мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение. Мы не используем высказывания типа: «Ты мне не нравишься.», а говори: «Мне не нравится твоя манера общения»; мы никогда не скажем: «Ты плохой человек», а просто подчеркиваем: «Ты совершил плохой поступок».

8. Активное участие в происходящем.

Это норма поведения, в соответствии с которой в любую минуту мы реально включаемся в работу. Активно смотрим, слушаем, чувствуем себя, партнера и коллектив в целом. Не замыкаемся, даже если услышали в свой адрес что-то не очень приятное. Не думаем только о собственном «Я», получив много положительных эмоций. Мы все положительные в группе, внимательны друг к другу, нам интересны окружающие.

9. Уважение говорящего.

Когда высказывается кто-то из товарищей, мы его внимательно слушаем, давая возможность сказать то, что он хочет. Не перебиваем и молчим до тех пор пока он не закончит говорить. И лишь после этого задаем вопросы.

2. Процедура знакомства.

Упражнение « Визитка».

Участникам предлагается написать на специально приготовленных листочках бумаги свое либо любое другое вымышленное имя, которое ему больше всего нравится. Данное упражнение позволит облегчить процесс знакомства, ускорить его. А также помогает сделать процесс общения более доверительным и позитивным.

Упражнение «Представление своего партнера».

Родителям нужно разбиться на пары и в течение 5-8 минут рассказать друг другу о себе, о своих трудностях воспитания ребенка. После этого каждый участник должен представить своего партнера другим родителям. Это поможет

установлению контакта между родителями, понять, что все испытывают те или иные трудности и проблемы в процессе воспитания детей, что из любой ситуации всегда есть достойный выход.

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

4. Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего ребенка, предлагает родителям ответить на ряд вопросов. Родители впервые обращаются к своим дневникам, о которых ведущий должен сказать особо. Следует обратить внимание на важность ведения дневников и выполнения домашних заданий, так как их обсуждение всегда происходит на последующих занятиях. Отвечая на вопросы, родители заполняют таблицу, где отвечают за себя и за ребенка, оставляя место для реального ответа ребенка, который они получают уже дома.

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

Вот *примерный перечень вопросов* для младших школьников и их родителей.

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

Далее при обмене ответами на вопросы, занятие часто принимает вид свободной дискуссии, которую ведущему стоит поощрять. Здесь важно, чтобы участники группы рассказали о себе, нашли то общее, что объединяет их самих и их детей. Ведущий, проводя простую статистику, может подчеркнуть, какие животные, сказки, желания и т. д. назывались в группе чаще всего.

5. Домашняя работа включает завершение таблицы в графе ответов ребенка. Родитель должен задать ребенку имеющиеся у него вопросы, записать ответы ребенка и сравнить их с теми, которые он предполагал. Вторая часть задания может заключаться в том, чтобы спросить ребенка о смысле одной - двух пословиц и попытаться объяснить ему их значение.

Примечание ведущему. Многие вопросы из перечня, которые задаются

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

Несмотря на изменения в мире, наиболее ценными в людях качествами остаются доброта, честность, открытость, верность, ответственность, а в числе неприемлемых чаще всего называются лживость, лицемерие. Желание превратиться в кого-нибудь у взрослых часто связано с потребностью унести от забот (ветерком, облаком, птицей, ручейком) или обрести могущество (как Ванга, волшебник, обладатель цветика - семицветика). Выбор сказок диктуется предпочитаемыми качествами сказочных героев (искренность, бескорыстие, справедливость, красота и т. д.), однако чаще сюжеты сказок являются отражением реализованных или нереализованных жизненных сценариев. И если такие сказки — «Царевна-лягушка», «Аленький цветочек», «Красная шапочка» — попадают как в разряд любимых, так и в разряд нелюбимых, то уж в каждой группе находятся участницы, которые вспоминают свою любимую «Золушку», «Белоснежку», «Спящую красавицу», «Морозко».

Размышления на тему «Почему мне не нравится эта сказка?» могут быть еще более увлекательными, чем поиск причин предпочтения любимого сюжета. Сказки, которые завораживали в детстве нехитрыми, повторяющимися действиями, кажутся взрослым людям глупыми, непонятными, бестолковыми («Колобок», «Курочка Ряба», «Репка» и т. п.). Действительно, смысл многих сказок скрыт в глубине веков: кто догадается сейчас, что золотое курочкино яйцо — символ вечной жизни, и тот, кто его разобьет, обретет счастье бессмертия?

б. *Упражнение «Родительская любовь».* Ведущий говорит о разнице в понимании любви у детей и взрослых. Дается задание: родителям необходимо письменно ответить на вопрос «Как я люблю своего ребенка» (здесь указываются конкретные действия, слова, примеры взаимодействия с ребенком). Дома родители задают вопросы ребенку: «Как ты понимаешь, что я тебя люблю?» и «Какие проявления моей любви ты хотел бы получать?». Далее сравниваются ответы родителя и ребенка. В результате можно получить как общее понимание любви, так и разнящееся. Например, в списке родителя может быть прописано: «Читаю на ночь, обнимаю, покупаю игрушки, вкусности» и пр. Для ребенка эти действия могут не восприниматься, как проявление любви по той причине, что покупки ребенку – это как само собой. В ответе ребенка же могут наблюдаться другие ответы, такие, как: «Когда мама со мной играет», «Когда папа берет меня с собой мыть машину», «Когда мама спрашивает о моем настроении» и т.д.

Учитывая тот факт, что главной потребностью ребенка является потребность в любви и значимости, анализ взаимных ответов родителя и ребенка является очень сильным инструментом и позволяет обеспечить ребенку чувство нужности, уверенности, спокойствия через действия родителей, направленные на проявление

любви.

Занятие 2. Мир детский и мир взрослый

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

Содержание занятия

1. Занятие начинается совместно с детьми. Ведущий предлагает родителю и ребенку нарисовать совместный рисунок, не используя при этом речь. Далее в течение 30 минут предлагаются игры направленные на совместное взаимодействие родителя с ребенком. Игры подбираются в соответствии с возрастом и имеют проективный характер. Ведущий интерпретирует и фиксирует стили взаимодействия в каждой паре «родитель-ребенок». В дальнейшем ведущий проводит работу с родителями, опираясь на полученные данные. После совместного занятия дети уходят играть со специалистом (воспитателем), а родители остаются в тренинговой аудитории для дальнейшего продолжения занятий.

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

3. Информационная часть. Ведущий объясняет причины разной организации восприятия окружающего мира ребенка и взрослого, указывает на импульсивность, эмоциональность, кажущуюся алогичность детских поступков, детский натурализм и т. п. Вот какие особенности детского мира (в сравнении с миром взрослых) могут быть названы:

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

Часто родителю кажется, что ребенок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь «насолить» родителю, однако так бывает далеко не всегда. Здесь же можно рассказать о четырех целях негативного поведения ребенка. В основе любого нежелательного поведения ребенка могут лежать следующие цели:

- требование внимания или комфорта;
- желание показать свою власть или демонстративное

неповиновение;

- месть, возмездие;
- утверждение своей несостоятельности или неполноценности.

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

4. «Погружение». Участникам предлагается одна или несколько ситуаций взаимодействия между родителями и детьми и дается задание представить себя на месте ребенка. Если для «погружения» используется принцип визуализации, которая обычно проводится с закрытыми глазами, то тогда должна быть только одна ситуация. Далее участники делятся эмоциональным опытом проживания ситуации. Ситуации могут быть подобраны с учетом возраста детей данных родителей и наиболее характерных проблемных ситуаций.

Вот примерный текст такого «погружения», составленного по принципу визуализации. Для его проведения можно использовать релаксационную музыку.

Упражнение «Погружение в детство».

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

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

5. *Психогимнастическое упражнение.* Один из участников выходит в центр

круга и закрывает глаза (или используется повязка), остальные подходят к нему и кладут свои руки на его ладони. Задача участника - угадать, чьи это руки. Другой вариант этого упражнения предполагает не угадывание, а определение по рукам, какой мамой (или каким папой) может быть этот человек: более мягким или более жестким. Таким образом, формируются две группы: мягкие и строгие родители. После снятия повязки основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и совпали ли его тактильные ощущения с тем, что он потом увидел. Упражнение дает прекрасный повод для обратной связи участникам группы: как они воспринимаются по первому впечатлению как родители (ведь это всего лишь второе занятие).

6. Домашнее задание. Заполнить таблицу.

| Что меня огорчает в моем ребенке | Что меня радует в моем ребенке |
|----------------------------------|--------------------------------|
| | |
| | |
| | |
| | |
| | |

Можно предложить заполнение этой таблицы и другим членам семьи, которые не посещают тренинговые занятия.

7. Упражнение «Права ребенка»

Ведущий делит группу на две половины. Одна группа представляет детей, а другая родителей. Задача каждой группы заключается в составлении списка прав ребенка. После того как каждая группа закончила подготовку такого списка (в течение 15—20 минут), «родители» и «дети» начинают поочередно озвучивать эти права друг другу, причем каждое право может быть внесено в окончательный список только тогда, когда оно принято другой стороной. Каждая сторона имеет возможность отклонить какое-то право или настаивать на его изменении. Ведущий регулирует дискуссию и выносит принятые обеими сторонами права на видное место.

В итоге мы получаем 2 списка прав: «Права глазами ребенка» и «Права ребенка глазами родителя». Часто бывает, что в группе родителей «права» больше напоминают план мести. Если дискуссия затягивается (а обычно она проходит вполне «горячо»), ведущий проясняет, почему стороны не могут договориться, и прекращает обсуждение, воспользовавшись правом вето. Лучше заранее предупредить группу о том, сколько времени отводится на обсуждение каждого пункта, обычно это занимает не более 3-5 минут.

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

участников группы.

Еще одна рекомендация: ведущему лучше самому разделить членов группы на «родителей» и «детей», определив в группу «детей» наиболее центрированных на своей родительской позиции взрослых. Необходимо также напомнить «детям», что они должны писать свои права, исходя из своих детских ролей, для этого можно встать на место собственного ребенка или вспомнить себя в детстве. Группа может оговорить, в каком возрасте будут находиться «дети», которые пишут права, исходя из своих интересов (права шестилетних детей могут значительно отличаться от прав подростков).

Далее ведущий знакомит родителей с фундаментальными правами ребенка, обеспечивающими ему счастливое детство и, как результат, адекватную самооценку, успешность, умение сотрудничать, быть ответственным за свою жизнь, обладать высоким уровнем психологической устойчивости.

1. **Ты можешь быть другим.** Фразы, нарушающие принцип: «у меня таких возможностей не было»; «в нашей семье этой профессии никогда не было» и т.п.
2. **Ты можешь совершать ошибки.** Если не разрешается совершать ошибки ребенку, он выбирает ничего не делать. Фразы, нарушающие принцип: «Ну, сколько раз тебе можно говорить?»; «Почему у всех дети, как дети, а ты...»; «Ну, неужели так трудно?» и т.п.
3. **Ты можешь проявлять негативные эмоции:** гнев, стыд, страх, скорбь. Фразы, нарушающие принцип: «Не плачь»; «Перестань злиться»; «Ты что, трус что ли?»; «Успокойся»; «Замолчи» и пр.
4. **Ты можешь желать большего.** Если ребенка ограничивать в желаниях, он перестает чего-либо желать, в результате чего утрачивает навык сотрудничества. Фразы, нарушающие принцип: «Мало ли чего ты хочешь!»; «Я тоже много чего хочу»; «Сколько можно просить»; «Я и так слишком много для тебя делаю»; «У меня в детстве не было того, что сейчас есть у тебя» и т.п.
5. **Ты всегда можешь сказать «нет».** Когда ребенок может сказать «нет», он чувствует свои личностные границы и всегда может защитить себя. Если ребенок не может казать «нет», он обречен на неудачи. Фразы, нарушающие принцип: «Что значит «не хочу»?»; «Никто тебя не спрашивает – хочешь ты мыть посуду или нет»; «Как ты смеешь отказывать взрослым?» и т.п.

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

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

Содержание занятия

1. Занятие можно начинать с упражнения с мячом: бросить мяч и сказать комплимент другому.

2. Обсуждение домашнего задания в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало выполнение *домашнего задания «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке»*. Каждый участник рассказывает о содержании таблицы. Ведущий задает вопрос родителям о том, какую часть таблицы им было труднее заполнить, где у них получилось больше записей. Если кто-то из родителей не выполнил домашнее задание, следует еще раз подчеркнуть особую важность ведения дневника. В ходе дискуссии, возможно, кто-то из родителей захочет поделиться собственным опытом или дать советы другому. Однако не следует затягивать дискуссию. Можно предложить родителям в ответ на советы других не вступать в полемику, а отвечать по форме «спасибо, я подумаю». Ведущий также обращает внимание на связанность некоторых характеристик ребенка из левой и правой частей таблицы, на то, что продолжением достоинства ребенка часто являются его недостатки.

3. Информационная часть. Ведущий рассказывает о зонах принятия, об относительно принимающем родителе, о том, от каких ситуаций, свойств родителя и личностных качеств ребенка зависит изменение соотношения зон принятия и непринятия. Совместно с родителями находятся те факторы, от которых зависит принятие или, наоборот, непринятие ребенка. Ведущий обсуждает с участниками группы, что значит «язык принятия» и «язык непринятия», говорит о том, что означают:

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

Совместно с группой ведущий составляет список элементов «языка принятия» и «языка непринятия», к составлению списка надо привлекать всех участников, по ходу дискуссии проясняя представления группы о принятии и непринятии. Участники группы как бы отвечают на вопрос: «Как ребенок узнает, что мы принимаем или, наоборот, не принимаем его?» Ниже приведены возможные результаты выполнения.

«Язык принятия»

Оценка поступка, а не личности
Похвала
Комплимент
Ласковые слова
Поддержка
Выражение заинтересованности
Сравнение с самим собой
Одобрение
Позитивные телесные контакты
Улыбка и контакт глаз
Доброжелательные интонации
Эмоциональное присоединение
Выражение своих чувств
Отражение чувств ребенка

«Язык неприятия»

Отказ от объяснений
Негативная оценка личности
Сравнение не в лучшую сторону
Указание на несоответствие родительским ожиданиям
Игнорирование команды
Подчеркивание неудачи
Оскорбление
Угроза
Наказание
«Жесткая» мимика
Угрожающие позы
Негативные интонации

В таблицу попали вербальные (речевые) и невербальные (неречевые) проявления «языка принятия» и «языка неприятия». Мы знаем, что от невербального оформления нашей речи зависит то, как воспринимаются наши слова другими людьми. В рамках данного упражнения родители почувствуют, как легко формулируются фразы на «языке неприятия» («ну просто соскальзывают с пера») и сколько усилий, творческих поисков требуется, чтобы сформулировать фразу на «языке принятия», особенно если эта фраза выражает не простое согласие и одобрение, а несет на себе элементы несогласия и воспитательного смысла.

4. Ведущий предлагает группе поэкспериментировать с «языком принятия» и «языком неприятия». Для этого участники группы рисуют в своих дневниках

следующую таблицу.

| Фраза ребенка | Ответ на «языке неприятия» | Ответ на «языке принятия» |
|---------------|----------------------------|---------------------------|
| | | |
| | | |
| | | |

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

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

Фразы, которые предлагаются самими родителями для тренировки «языка принятия», могут быть связаны с конкретными проблемами, которые стоят перед ними. Вот примеры таких наиболее типичных высказываний детей младшего школьного возраста. В скобках приводятся варианты ответов на «языке принятия».

- Тебе все можно, а мне ничего нельзя. (Давай поговорим, чего бы тебе хотелось, меня очень расстраивает, что ты так считаешь.)
- Не надену куртку, даже если холодно. (Мне не хотелось бы, чтобы ты простудился, а куртка тебе нравится?)
- Почему я должна выносить ведро? (У каждого из нас есть свои обязанности по дому, ты уже достаточно взрослая, чтобы тоже их иметь.)
- Не буду ложиться спать. (Да, наверное, тебе хочется еще поиграть, но уже поздно. Сколько времени тебе надо, чтобы подготовиться ко сну?)
- Я не буду есть этот ваш противный лук. (У тебя есть право не есть то, что тебе противно, но другие могут думать совсем по-иному, для меня, например, он даже приятен.)
- Не буду читать вслух по литературе. (Понимаю, не всегда хочется читать вслух, но мне так интересно послушать, обсудить с тобой, что там написано.)

В приведенных примерах наиболее часто встречаются ситуации отказа

ребенка, они создают для родителей наибольшие трудности в воспитании, уж очень родителям хочется, чтобы дети беспрекословно выполняли их приказы и поручения.

Представим еще один пример к этому занятию с фразами неприятия, которые очень легко формулируются по наблюдениям большинства участников группы (пример взят из группы родителей дошкольников).

| Фраза ребенка | Ответ на «языке неприятия» | Ответ на «языке принятия» |
|---|---------------------------------------|--|
| Мама, купи... | Как ты мне надоел со своими просьбами | Мне очень хочется купить эту вещь, но у меня нет денег |
| Мама, ты, когда ссоришься с папой, ты его все равно любишь? | Это не твое дело | Люди могут ссориться, но вместе с тем продолжать любить друг друга |
| Я глупый? | Отстань | Я считаю, что нет. А что случилось? |

Примечание ведущему к информационной части. На этом занятии затрагивается сложная и неоднозначная тема — тема принятия. Очень важно, как сам тренер относится к этой теме. В психологической литературе часто можно найти «оду» безусловному принятию, рассказывается, как необходимо принимать ребенка во всех его проявлениях. Часто психологи навязывают свою точку зрения родителям, что к ребенку надо относиться только с таким безусловным принятием. Вполне понятно, что эти воззрения вызывают у родителей протест или недоумение. Ведь они ставят перед собой воспитательные цели: например, воспитать у ребенка самостоятельность, ответственность, научить его аккуратности, контролировать свою агрессивность и т. п. Часто родители, которые изо всех сил стараются продемонстрировать свое безусловное принятие (к ним, кстати, относятся и психологи), не могут привить эти качества и в результате имеют дело с весьма эгоцентричной личностью своего уже выросшего чада (такие примеры приходится, к сожалению, часто наблюдать в обычной жизни).

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

Если мать воспитывает ребенка одна, ей приходится сочетать в себе разные

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

У каждого родителя существует определенная сфера (или зона) его принятия ребенка и сфера непринятия. То, какая сфера больше представлена в отношениях с ребенком, на самом деле зависит от многих факторов, но их условно можно разделить на три группы:

1) личность родителя (его характер, темперамент, ожидания к ребенку, стереотипы и установки в воспитании, собственный детский опыт и отношение к родителям и т. д.);

2) личность ребенка (его воспитуемость, болезненность, способность к научению, интеллект, активность, нарушения психики и т. д.);

3) особенности ситуации (присутствие других людей, ситуация экзамена, проверки каких-то знаний, появление новых членов семьи и т. д.).

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

6. Домашнее задание.

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

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

Занятие 4. Поощрения и наказания

Цели: знакомство с принципами использования поощрений и наказаний. Последствия наказаний. Альтернативные способы влияния на ребенка.

Наказание – это действия, направленные на то, что помогает уберечь от беззакония. А самое большое беззаконие в контексте воспитания – это требовать от ребенка того, что он неспособен выполнить в силу своей психологической природы, и наоборот, навязывать ему то, что ему неприемлемо по его природе. Наказание, направленное на то, чтобы запретить проявлять неотъемлемые качества, разрушительно как для ребенка, так и для того, кто наказывает.

Содержание занятия

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

2. Обсуждение домашнего задания в кругу. Тренер подводит итоги, какие поощрения и наказания называются наиболее часто.

3. Ведущий рассказывает об основных функциях поощрения и наказания. Поощрения служат для подкрепления желательного поведения, а наказания — для прерывания нежелательного поведения. Участники в подгруппах составляют список поощрений и список наказаний, которыми они пользуются. Затем эти списки обсуждаются в кругу, выделяются типы поощрений и наказаний.

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

Родительство предполагает покровительство, защиту, и в том числе защиту от самих себя, от собственных нереализованных эмоций и неразрешенных проблем. Негативные эмоции родителей – это выхлоп от неправильно поставленных целей

Если наказывать девочку – это приводит к тому, что ей понадобится очень много лет терапии для того, чтобы восстановить свою женскую природу, достоинство, самооценку.

Наказания мальчика приводят к тому, что он в будущем будет оказывать насилие над другими людьми, даже если они не имеют никакого отношения к настроению насильника.

Дети по природе своей склонны к сотрудничеству, и они готовы перенимать важные знания и навыки, которые им необходимы в жизни, от родителей. Проблема родителей в том, что они не всегда могут передать эти знания, испытывают по этому поводу различные негативные чувства, которые сливаются на детей в виде наказаний.

4. Участники знакомятся со следующими положениями, основанными на теориях бихевиоризма.

- Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения (его все равно получишь). Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребенка), они должны быть четко увязаны с действиями ребенка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятерку теряет свою роль «быть поощрением».
- Наказание должно быть значимо для ребенка, иначе оно теряет свой смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Если ребенка наказывают, оставляя дома, а он при этом и не хотел идти в гости, то вряд ли это событие можно считать наказанием.
- Ребенок может принимать участие в вопросах выбора поощрений и наказаний. Дети подчас бывают очень справедливы в поиске подходящего для себя наказания, чувствуя доверие, которое оказали им родители. Осуществляя выбор, они к тому же лучше запоминают, что может последовать за определенным поведением, и это повышает их ответственность.
- Лучше использовать поощрения, чем наказания. Бихевиористы давно доказали в экспериментах на животных, что те лучше поддаются выработке условных рефлексов, если в качестве подкрепления используется не наказание (например, удар током), а поощрение (что-нибудь вкусненькое). Если нужное поведение поощрять, а ненужное игнорировать, то необходимые навыки формируются быстрее, чем если используются и поощрения, и наказания.
- Поощрения должны исполняться. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.

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

Часто в группе возникает вопрос о физических наказаниях. Физические наказания наносят невосполнимый урон взаимоотношениям детей и родителей. Ребенку трудно осознать, что он подвергся телесному наказанию из-за своего

неверного поведения, он скорее склонен считать, что такое наказание — это проявление гнева или нелюбви со стороны отца или матери. При этом дети легко теряют веру в добрые намерения своих родителей.

Обсуждение темы физических наказаний в родительских группах наводит на мысли, что чаще всего родители прибегают к побоям из-за неумения найти другой выход из затруднительной ситуации, чувствуя бессилие и растерянность. Хотя в некоторых случаях и действует установка «Меня в детстве тоже били».

Иной раз родители, пытаясь найти оправдание своим действиям, вспоминают случаи, когда физическое наказание возымело большое влияние в плане воспитывающего воздействия на них самих в детстве или на их собственных детей. Взрослые люди вспоминают даже не сам факт избиения, а то, какое серьезное действие оказало их неправильное поведение на родителей, насколько они были потрясены проступком своего чада, что даже взяли в руки ремень. По сути, воспитательное влияние оказывает не само физическое воздействие, а бурные переживания родителей по поводу, как правило, безнравственного поступка ребенка (например, воровства). Есть еще одно сходство между этими семейными историями: в каждой из них физическое наказание воспринималось как весьма редкий, а иногда и единственный случай.

Все время, демонстрируя ребенку свою несдержанность, родители не могут научить его самообладанию, не прививают ему умения справляться с отрицательными эмоциями. Один из очень нежелательных результатов частого битья - тот, что ребенок начинает видеть в нем способ излить накопившийся гнев и разрешить возникшую проблему.

Реакция на побои у детей бывает разной:

- маленький ребенок, которого ударили, зачастую начинает плакать еще громче;
- ребенок чувствует себя оскорбленным и униженным;

Примеры из практики

Приведем для примера те желательные поощрения и, соответственно, самые неприятные наказания, которые выбраны самими детьми.

| Возраст ребенка | Наиболее желаемое поощрение | Самое страшное наказание |
|------------------------|---|--|
| 10 лет | Погладят. Заплатят деньги. Купят фрукты | Не разрешают с кем-то гулять. Ругательные слова. Лечь в больницу. Ограничивают в гулянии |
| 10 лет | Подарок. Улыбка мамы | Мамин упрек |
| 6 лет | Кошку или собаку подарят. Прогуляться в интересное место | Ремень |
| 11 лет | Подарок. Заплатят деньги | Ремень. Когда закрывают в темной комнате. Мама прячет вещи |

| | | |
|---------------|---|-------------------------------|
| 6 лет | Скажут «молодец». Придут гости | Мама не разговаривает. Ремень |
| 15 лет | Сюрприз. Хорошие слова. Когда мама хвалит | Когда кричат и орут |

А это примерный список родителей младших школьников.

| Используемые наказания | Используемые поощрения |
|--|--|
| Физические наказания (шлепок, намеренная боль) | Похвала |
| Заставить | Невербальный язык (обнять, приласкать, улыбнуться) |
| Лишение чего-либо (морального или материального) | Подарок, награда |
| Поставить в угол | Пойти куда-то вместе |
| Обругать, пристыдить | Поиграть в его любимую игру |
| Невербальные проявления (молчание) | Предоставление информации |
| Порицание | Одобрение поступка |
| Сравнение с другими детьми | Разрешить что-то сделать, заняться любимым делом |
| Жалоба папе | Исполнение желаний, дать |

Удивительно, насколько детско-родительские представления о желательных поощрениях и наказаниях могут расходиться между собой. И здесь не стоит забывать, что ребенок, впрочем, так же, как и родитель, имеет права на свои собственные ощущения, важно только признавать эти права друг за другом. Пример рассказа мамы о своей беседе с ребенком-первоклассником: Он говорит: «А помнишь, как ты меня тапочкой побила в три-четыре года за то, что я деньги с балкона спустил?» - «Да чуть-чуть стукнула!» - «Нет, избила»».

Часто родителям легче понять своих детей, когда они вспоминают собственные детские обиды, а иногда и делают какие-то выводы. Увязать какие-то поступки родителей не с их злым умыслом, да еще и найти в этом позитивный смысл может быть очень важно.

5. Последствия наказаний.

Обсуждение с родителями видов и последствий наказаний. Предлагается составить список сначала полезных последствий, затем бесполезных и опасных. Далее, полученная информация анализируется – каких последствий больше.

Приведут ли они к желаемым результатам воспитания ребенка?

Ведущий добавляет в список опасных последствий следующие пункты:

- Наказание путает понятия любви и насилия, и учит, что насилие может быть проявлением любви.
- Поведение ребенка симптоматично. Наказание просто контролирует симптомы, не доходя до причины беспокойства ребенка.
- Наказание увеличивает агрессивность ребенка и вандализм в школе и на улице. Насилие порождает насилие.
- Наказание может выразиться в постоянном физическом, умственном, духовном и эмоциональном спаде у ребенка.
- Наказание снижает способность ребенка концентрироваться на интеллектуальной деятельности и, таким образом, препятствует обучению.
- Среди детей, которых наказывают, гораздо чаще встречаются, малолетние преступники, самоубийцы. Также, такие дети склонны к депрессиям.
- Наказание не поощряет ребенка прислушиваться к своему внутреннему голосу. Когда родители наказывают ребенка, так или иначе они контролируют его извне, вместо того, чтобы он сам принял решение контролировать свое поведение.
- Наказание ведет к частому проявлению насилия между братьями и сестрами.
- Инициатива и желание творить снижается, а чувства беспомощности, одиночества и отстраненности увеличиваются.
- Дети, которых наказывали, не склонны достигать успехов в жизни.

6. Упражнение «Логические последствия»

Альтернативой наказания могут быть логические последствия. Основа успеха логических последствий заключена в соглашении. Начните заключать соглашения с ребенком по любому поводу – просмотр телевизора, домашние дела, уроки. Помните при этом, что Соглашение – это взаимный договор, что такое-то дело будет сделано в такие-то сроки. Когда вы с ребенком принимаете соглашение – это не включает в себя то, что вы будете говорить ребенку что, как и когда нужно делать. Убедитесь, что вы действительно достигли взаимного соглашения, так как часто бывает, что ребенок соглашается, лишь бы от него отстали. Очень важно, чтобы в последствиях не была ни намек на наказание. Ребенок должен четко связывать свое поведение с последствиями.

Чтобы логические последствия были эффективными, важно, чтобы они включали в себя следующее:

- 1) Уважайте ребенка всегда и позволяйте ему, насколько это возможно, устанавливать логические последствия самому. Что-либо, что заставляет ребенка чувствовать страх, стыд, вину, необходимо устранить, т.к. ребенок может воспринять последствия как наказание.

- 2) Последствия должны быть разумными и коррелировать с ошибкой, с которой они связаны. Чрезмерные или слишком резкие последствия, находящиеся вне контекста совершенного действия ребенком, опять же воспринимаются как наказание и не дают возможности ребенку сосредоточиться на опыте, который он может вынести из ситуации и на исправлении ошибки.
- 3) Важно, чтобы последствия были связаны с ошибкой ребенка. Если он устроил беспорядок – наиболее адекватным последствием будет уборка, а не лишение его компьютерных игр.
- 4) Целью логических последствий является обучение ребенка брать на себя ответственность за свои собственные действия, а не заставлять его платить за ошибку.
- 5) Чтобы логические последствия использовались, каждому из родителей необходимо придерживаться своих логических последствий.

Логическим последствиям нет необходимости причинять ребенку боль. Они могут быть даже интересными для ребенка и вместе с тем нести в себе ценные уроки, которые вы хотите ему передать. Если ребенок сам предлагает наказание, будет не правильно выполнить его просьбу. Спросите, что еще можно применить вместо того, что он предлагает.

Помните! Результатом наказания является обида и злость на родителей, и, как следствие, желание отомстить им. А логические последствия учат ребенка брать на себя ответственность за собственные действия.

Домашнее задание: Совместно с ребенком составить таблицу логических последствий для себя и для каждого из родителей.

Занятие 5. Переориентация ошибочных целей поведения ребенка

Цель: понять причины, которые скрываются за плохим поведением ребенка. Научиться определять ошибочные цели поведения и переориентировать их.

Содержание занятия:

1. Ведущий дает небольшой теоретический блок о причинах и видах плохого поведения ребенка.

Любое плохое поведение ребенка – это его способ найти контакт с вами. Если дети чувствуют, что они сильны, что их понимают, ценят и любят, у них нет необходимости устраивать скандалы, истерики и конфликты. Чаще всего детям нужно:

- знать, что они являются частью семьи, чувствовать, что у них есть дом;
- чувствовать себя сильными и значимыми;
- знать, что их любят.

Если эти желания не удовлетворены, то они проявляются в виде плохого поведения или в форме ошибочной цели. Чтобы откорректировать ошибочную

цель, ее нужно в первую очередь, определить.

2. Переориентация ошибочных целей поведения ребенка.

Рудольф Дейкурс предложил уникальную модель определения ошибочной цели ребенка.

Пример:

Идет лекция. Один из студентов (Петров) постоянно оборачивается на заднюю парту, что-то обсуждая с соседом. Преподаватель просит прекратить, но ничего со стороны Петрова не меняется. Тогда преподаватель повышает голос и резко обращается к Петрову «Перестань или выйди сейчас же!». Петров отвечает: «Не выйду и не перестану».

Что чувствует преподаватель?

Какова реакция Петрова на замечание?

Что хочет сказать Петров своим поведением?

Какую цель поставил перед собой Петров?

Для того, чтобы правильно определить ошибочную цель в поведении ребенка, нужно обращать внимание, какие чувства у вас возникают в ответ на действия ребенка.

В данном примере преподаватель злится, затронут его авторитет.

Петров игнорирует замечание.

«Вы не можете меня заставить».

Борьба за «власть». (Влияние)

Взрослые могут существенно изменить положение дел, если изменят свою ответную реакцию на поведение детей.

| Если вы чувствуете | Как реагирует ребенок на ваше замечание | Что говорит ребенок своим поведением | Цель | Как исправить такое поведение | Чему нужно научить ребенка |
|--|---|--|------------------|--|---|
| Раздражение. Желая напомнить ребенку, что вы заняты, уговорить его не мешать вам. | Добившись вашего внимания к себе, ребенок временно перестает вам мешать | Со мной будут считаться, когда заметят или попросят что-либо сделать. Быть любимым – пользоваться вниманием. | Внимание | Не заглядывайте в глаза, ничего не говорите. Молча дайте понять ребенку, что вы его любите. Начинайте действовать, как только почувствуете раздражение. | Привлекать к себе внимание должным образом. |
| Потребность употребить свою власть, возмущение. Вам брошен вызов. «Я заставлю тебя сделать это». | Продолжайте настаивать на своем. Ребенок хочет превзойти вас в этом. | Со мной будут считаться лишь тогда, когда я буду иметь влияние на кого-нибудь; вы сделаете так, как я хочу; я докажу, что вы не можете | Борьба за власть | Дайте право выбора, не приказывайте. Не состязайтесь в «перетягивании каната», ласково загляните в глаза. Не ввязывайтесь в ссору, но и не уступайте. Разумным образом дайте ребенку почувствовать его | Достигать желаемого так, чтобы обе стороны конфликта оставались довольны. |

| | | | | | |
|---|---|--|-----------|--|---|
| | | помыкать мной. | | самостоятельность. | |
| Обида. Разъяренность. Вы хотите свести счеты. «Как ты мог так поступить со мной?» | Хочет отплатить вам тем же, вызывает неприязнь к себе. | Пусть меня не любят, и я ничего не могу поделать. Со мной будут считаться только тогда, когда я отомщу обидчику. | Месть | Не вымещайте свою обиду, восстановите взаимоотношения, установите с ребенком более тесный дружеский контакт. | Достоинно выражать свое чувство обиды, не вымещать его на других. |
| Отчаяние. «Что мне делать?». Жалость | Никак не реагирует, чувствует, что бесполезно даже пытаться сделать что-либо. Пассивен. | У меня ничего не получается так, как надо, поэтому я вообще ничего делать не буду. Я бездарен и глуп, оставьте меня в покое. | Уклонение | Не уговаривайте и не показывайте, что жалеете ребенка. Ведите к успеху постепенно. Не делайте ничего за ребенка сами. Найдите такую ситуацию, в которой ребенок ощутит свое достоинство. | Доводить дело до конца и преодолевать трудности. Ощущать свои истинные способности. |

3. Ведущий проводит ряд упражнений, направленных на переориентацию каждой ошибочной цели ребенка.

Домашнее задание: определить ошибочную цель поведения ребенка, а также свою. Начать применять действия, направленные на переориентацию неконструктивной цели поведения.

Занятие 6. Факторы, влияющие на формирование личности ребенка. Порядок рождения, психобиофизиологическая природа ребенка.

Цель: научиться конструктивно взаимодействовать с ребенком, учитывая его индивидуальные характеристики.

Содержание занятия:

1. Ведущий предлагает группе разделиться на 4 группы по порядку своего рождения в семье – старшие дети, младшие, средние и единственные. Если какой-либо подгруппы среди участников нет, особенности таких детей будут проанализированы теоретически.

Подгруппам дается инструкция: Запишите на листочке, какие характерные особенности, указывающие на недостатки, вы выработали в себе, исходя из своего порядка рождения. Также зафиксируйте характерные особенности, выработанные в себе, указывающие на ваши преимущества, исходя из порядка вашего рождения.

Пример:

| Старший ребенок | |
|--|---|
| характерные особенности, указывающие на недостатки | характерные особенности, указывающие на ваши преимущества |
| Возлагают чересчур много | Благодаря тому, что возлагается |

| | |
|---|---|
| обязанностей | много ответственности, из ребенка может получиться хороший руководитель |
| Уделяют недостаточно внимания. Все достается младшему | Честолюбивы, справедливы, надежны. |

После того, как каждая подгруппа написала, начинается обсуждение основных черт, приобретенных благодаря порядку рождения и как эти проявления влияют на человека в его взрослой жизни.

2. Теоретический блок о порядке рождения.

Старший ребенок рождается на стадии самоутверждения родителей. И является, таким образом, средством их самоутверждения – им надо гордиться. Его записывают в школы, секции и т.д. Хвалятся им. Постоянно контролируют. Такой ребенок вырастает с высоким чувством долга, мотивацией достижений (на успех), а также педагогическими способностями (при наличии младших детей в семье). Старшие дети более функциональны, более ответственны, более традиционны и честолюбивы, чем родившиеся вторыми или третьими. Однако, появление в семье следующего ребёнка наносит старшему своеобразную травму – травму свержения с трона. Отныне он перестаёт быть единственным, и далее вынужден делить со своим сиблингом родительскую любовь. Тем не менее, у старших детей сохраняется потребность быть единственными, первыми и главными, поэтому они очень конкурентны. Например, в браке двух старших детей типичной проблемой может стать борьба за власть. Во взаимоотношениях с другими людьми старшие дети очень ответственны, они могут быть заботливыми, милыми, но с трудом будут принимать чужую помощь.

Черты характера: перфекционизм, честолюбие, гиперответственность, стремление держать все под контролем.

Если разница в возрасте с младшими детьми очень большая, может вырасти обиженным единственным. Если ждали мальчика, а родилась девочка – у нее может сформироваться психология среднего ребенка.

Младший ребенок рождается в другой период жизни родителей – это ребенок для души. Его самоутверждению мешает пример старшего. Ему мало знакомо чувство долга. При этом он эмоционален. Он привык, что о нем все заботятся, за него всё решают, и типичной проблемой в браке младших детей может быть кризис принятия решения. Если в браке состоят два младших ребенка, то каждый может ждать, что другой о них позаботится и в результате никто не сдвинется с места. Младший ребенок занимает уникальное положение в семье. У него нет преследователей и, являясь «ребенком всей семьи», он никогда не будет лишен этого положения. Ранняя социализация последних детей в семье чаще включает снисходительное, балующее обращение с

ними остальных членов семьи, приводя в результате к формированию зависимо-импульсивного типа личности.

Младшего ребенка легко избаловать, особенно когда старшие братья и сестры присоединяются к родителям в стремлении удовлетворить все его потребности. Результатом этого нередко становится чувство защищенности и неконкурентный характер: такой ребенок будет всегда искать поддержки других. Младший ребенок часто является самым «могущественным» в семье, прибегая к таким формам выражения своих желаний, как агрессивные действия и плач.

Младшие дети в семье менее серьезно относятся к собственной персоне и любят веселье и розыгрыши. В тенденции, они пользуются наибольшей популярностью у других и входят в максимально возможное число групп, а также имеют самую высокую самооценку по сравнению с занимающими все другие позиции в порядке рождения. Они креативны, человеколюбивы и отличаются развитой способностью понимать юмор. Последние дети из больших семей имеют сильнейшую потребность в достижении и умеют прекрасно приспосабливаться к обстоятельствам. Однако, высока вероятность того, что они могут оказаться в числе неуспевающих учеников, стать алкоголиками (зависимой личностью) и иметь самый низкий IQ. Тем не менее, положение последнего ребенка в семье обеспечивает ему максимум любви и заботы из всех возможных позиций в порядке рождения.

Как и в семье, на работе для младшего важен комфортный психологический климат.

Черты характера: отличный манипулятор (работает на отношениях), дипломат, ходы, интриги в семье отрабатывает на старшем. В конфликтах умеет снимать напряженность. Не хватает усидчивости, не терпит рутины.

3. Единственный ребенок, образно говоря, – «гремучая смесь» старшего и младшего. Обладает высокой мотивацией достижений (избегание неудач). Его нужно отдавать в командные виды спорта для компенсации психологии единственности. Единственные дети, больше, чем другие, чувствительны к правилам и ожиданиям родителей и стараются им соответствовать. Такие дети склонны мерить себя по взрослым стандартам, поскольку нет других детей, с которыми они могли бы себя сравнивать. Единственный ребенок часто более традиционен, честолюбив, добивается успеха, и нередко обладает лидерскими качествами. Единственный ребенок обладает как рядом преимуществ, так и рядом недостатков. С одной стороны - более эгоцентричны, а с другой стороны – обладают большими возможностями. Эти люди могут стать сверхизбалованными и им довольно сложно научиться ужиться с другими. Поэтому при вступлении в брак им часто тяжело, ведь в браке необходимо все время помнить, что существует и другая точка зрения. Единственный ребенок может проявить и консерватизм, и строптивость. Он либо полностью принимает все ценности

родителей, или восстаёт против них. Он редко придерживается середины. Единственные дети испытывают сложности с установлением близких отношений, тяготея к одинокому образу жизни. Они склонны к эгоизму и имеют самую низкую потребность в аффилиации. Они стремятся во что бы то ни стало угодить другим, но при этом стараются сохранять максимальную независимость и менее всего боятся неудачи. Для таких детей весьма вероятно поступление в колледж и успешное обучение. После первенцев, единственные дети имеют самый высокий IQ и самый высокий показатель потребности в достижении. И действительно, единственный ребенок в семье добивается в учебной деятельности положения лидера и может превзойти учителя или наставника.

Есть 2 возможных исхода развития единственного ребенка в семье: он может остаться по-детски зависимым и беспомощным, либо приложит все силы, чтобы стать компетентным и состоятельным взрослым.

У единственных детей больше всего психологических проблем, и, по всей вероятности, они чаще обращаются за психиатрической помощью, причем неоднократно.

Черты характера: манипуляция родителями, высокая демонстративность, требуется публичная оценка достижений, скрупулезно относится к своей собственности, эгоцентризм, нежелание принимать точку зрения других.

4. Средний ребенок – как бы ребенок без статуса. 70% средних детей после школы начинают самостоятельную жизнь. После потери родителей он перехватывает их функции. Организуют бизнес, трудоустраивая всех родственников. Средние дети в семье чувствительны к несправедливостям, нечестности и совершаемым по отношению к ним ошибкам. Вероятно, они не отказываются попробовать свои силы в искусстве. Средние дети в семье, будучи весьма коммуникабельными и благосклонными к другим, являются хорошими дипломатами, успешно работают в группе, легко налаживают контакты с пожилыми и молодыми людьми и способны поддерживать хорошие отношения. Средний ребенок часто вырастает самым независимым от семьи. Ведь он всегда занимает «серединную» позицию. Он – и не первенец, и не самый младший. У него не только нет власти и привилегий самого старшего ребенка, но его не балуют и не любят как нового малыша. Средний ребенок будет скорее связан с людьми вне семьи. Эти люди могут легко оказывать на него влияние, и он с легкостью будет принимать их ценности.

Черты характера: профессиональная успешность, самостоятельность, независимость от мнения окружающих, гибкость, высокий уровень социальной адаптации.

С рождением каждого ребенка атмосфера меняется, поскольку меняются родители. Они приобрели опыт при воспитании первого ребенка, и теперь у них, вероятно, совершенно другое отношение к тому способу воспитания, которым

они будут воспитывать следующего ребенка. Вероятно, в экономическом плане они стали более благополучны. Возможно, они переехали на новое местожительство, у них новые соседи, что оказало влияние на их мировоззрение и на то, каким образом они хотят воспитывать своих детей. Это обязательно окажет влияние на детей. Каждый новый ребенок всегда оказывает влияние на всех членов семьи. Если же этого не случается, то новый член семейной группы ощущает себя посторонним в этой семье.

Следует рассмотреть ряд других факторов, которые могут оказать влияние на развитие личности ребенка. При отсутствии других детей с мальчиком и девочкой могут обращаться как с двумя единственными детьми, и у них можно будет найти множество характеристик, присущих единственному ребенку. Аналогичным образом, когда дети рождаются с интервалом, превышающим шесть лет, то с ними могут обращаться как с единственными детьми.

Первенцы занимают уникальное положение в семье. Родители объективно могут уделять больше времени и внимания первому ребенку и склонны быть более осторожными, снисходительными и оберегающими. Первенец избавлен от необходимости соперничать со старшими братьями/сестрами и, хотя бы на время, поставлен в условия, когда ему ничего не остается, как подражать взрослым моделям и пытаться превзойти взрослые стандарты поведения.

Такие дети, в тенденции, склонны проявлять высокую ответственность и ориентированы на продуктивность, чтобы соответствовать взрослым стандартам. Они осторожны, добросовестны и склонны к сотрудничеству, что отражает их желание сохранить свое привилегированное положение в отношениях с родителями после появления соперника.

3. Упражнение «Психобиофизиологическая природа ребенка».

Ведущий знакомит родителей с личностными особенностями детей, исходя из их принадлежности к одному из типов.

Выделяют 4 типа природы ребенка:

1. **Сенситивный тип** (чувствительные дети). Такие дети более незащищены. У них внутреннее ощущение безопасности выше, не такое, как у других людей. Они остро чувствуют свои потребности и хорошо чувствуют нужды и потребности других людей. Такому ребенку важнее всего понять, что он чувствует, только тогда он сможет совершить необходимые перемены. Они отзывчивее, чем другие дети. И сами они хотят быть выслушанными и понятыми. Особенность таких детей – стремление жаловаться. Это не капризы, и не избалованность. Сочувствие и понимание – это то, что больше всего мотивирует

ребенка. Если родители говорят, что «ничего страшного», что он преувеличивает свою природу – это для такого ребенка является наказанием. Такие дети, преувеличивая свои проблемы никогда не останутся равнодушными к проблемам других людей. Это дети, которые становятся врачами, психологами.

Этим детям требуется больше времени. Нельзя ограничивать человека, чтобы показать свои эмоции. Ребенок будет неуправляем, и будет сопротивляться, показывая то, что его потребности неудовлетворены. Он не понят, не услышан, и поэтому он не может сейчас сотрудничать со взрослыми.

Отвлекать ребенка от своих эмоций - это еще более неэффективно. Если ребенок ударился и плачет, а родители сказали «ничего страшного», он сразу же скажет, что у него еще что-то болит... то есть процесс не закончен. Ребенок должен до конца поделиться и ему нужно, чтобы его чувства были поняты.

Самое глупое, что можно придумать для ребенка, который жалуется – начать его веселить. Ситуация ухудшится. Теплота, любовь, близость начинают убывать. Важно дать понять ребенку, что «твои страдания мне понятны», что он имеет право на чувства. Этого ребенку будет достаточно для того, чтобы ребенок успокоился.

Если такого ребенка пытаются с кем-то познакомить – они сопротивляются. Если их отправляют в детскую компанию, они там сидят в сторонке или рвутся к маме. Они не проявят чудеса коммуникации. Такому ребенку нужен кто-то, кто с ним на одной воле, кто его понимает и поддерживает.

Очень важно давать понимать ребенку, что негативные эмоции – это не плохо. Ему важно рассказывать о своих переживаниях, неудачах. Нельзя ребенка стыдить и наказывать за это.

Если ребенка не наказывать за его чувствительность – они вырастают хорошими собеседниками, они заботливы, сострадательны, мягки, счастливы помочь другим. Они очень творческие. Интеллектуально разносторонни.

2. Активный тип. Главная потребность – это действовать и достигать цели. Такие дети готовы идти вперед, вести за собой или действовать по своему усмотрению. Таким детям нужны конкретные задачи. Если их нет, ребенок начинает действовать по своему усмотрению, и тут начинаются проблемы. Родители говорят «ребенок ведет себя плохо».

Такие дети выходят из-под контроля, когда у родителей нет конкретного плана действий, заданий. Если такой план есть, то и дети очень отзывчивы. Они хотят находиться в центре внимания. Для такого ребенка НАКАЗАНИЕМ будет просьба «иди поиграй в другой комнате»... еще страшнее «Иди ЧТО-НИБУДЬ поделай в своей комнате».. или «сядь, посиди»... ребенку непонятно – какова цель, сколько надо сидеть и к чему это приведет.

Дети, имеющие активный тип природы любят справедливость. Их фраза «Так не честно». Как только со стороны детей ослабляется контроль и структурирование, дети начинают бунтовать.

Пагубно на таких детей действует мнительность, нерешительность родителей. Если мама сомневается, необходимо советоваться с папой, поднимать его авторитет. Это увеличивает мотивацию активного типа ребенка во много раз. Признание правоты делает ребенка менее скованным. У таких детей много энергии. Для этого необходимо родителям устанавливать какую-то систему. На остановке лучше бегать, и лучше на время.

Они мучительно переживают покой, и если ничего не происходит. Сами себя они занять не могут. Есть опасность, что они займут себя не очень конструктивными занятиями. Если ребенок чего-то ждет, нужно его занять чем-то. Иначе он становится беспокойным. Самый лучший способ познания себя – это действуя и ошибаясь. Ему нужно все узнать не из теории, а на практике. Часто попадают в истории. Действия и ошибки – самый эффективный способ развития этих детей.

Обучения детей происходит в действии – сотрудничая с другими. Если сопротивляется, то лучше самому начать делать, а он потом присоединится. Таким детям важно, чтобы его не отделяли. «Давай вместе», вместо «иди, сделай». До 9 лет эта фраза создает ощущение одиночества.

Долго объяснять, как нужно делать является для ребенка наказанием. Они любят быть победителями. Поэтому очень важно хвалит ребенка за достижения.

Это будущие администраторы, руководители. Им нравится власть. Он ценят, когда ими твердо руководят. Им нужно четко дать понять – что именно от них хотят родители. Никакие сравнения не имеют силы.

Никогда нельзя критиковать их в присутствии других. Защищать от старших – педагогов, учителей... Провести разъяснительную беседу с этими старшими.

Если они не становятся лидерами, тогда они становятся оппозиционерами, применять методы детского террора.

Они не терпят «тормознутость» других. Только в одном случае это может быть ими принято – когда другим надо помочь. Помогая, они приобретают настроение покровительства, ощущают себя лидерами.

Если им обеспечена система, тогда они становятся чуткими, проницательными. Любые замечания и критика – это для таких детей наказание. Их нужно делать очень корректно и незаметно для других.

3. Коммуникативный тип. Восприятие мира и взаимодействие с другими людьми – лучший способ познания себя и окружающей действительности. Видеть, слышать, попробовать на вкус. Присущ широкий круг

интересов. Они за все берутся, и почти ничего не заканчивают. Для таких детей это и есть способ все закончить – перепробовать. Родителям важно позволить ребенку многое попробовать.

Если такому ребенку говорить одно и то же монотонно и разнообразно – ребенок будет сопротивляться. Эти дети ломают систему, они любят разнообразие, поступают по-своему. Они любят перемены, неохотно концентрируются. Для них разнообразие – это жизнь, стремление к новой информации. Хаос – это часть процесса обучения для них. От этих детей часто можно услышать фразу «я забыл». Они честно забывают. Им нельзя за это наказывать. Они смогут научиться концентрироваться, если их потребности уважаемы и удовлетворены. Им важна ни система, ни понимание, а перемены – это единственное, что их мотивирует. У мам таких детей в сумочке целый арсенал. Воображения для них – главный инструмент в ощущении своей природы. Большой поток информации для них разрушителен. Он мешает им создавать свой мир. Для них лучше слушание, чем просматривание.

Это самые оптимистичные, веселые и нескучные дети. Больше всего они нуждаются во впечатлениях и изменениях. Родители часто руководствуются своей природой и эгоистично требуют, чтобы ребенок проявлял те же качества, что и родитель. Это наказание.

Такие дети быстро сходятся с новыми детьми, они нравятся всем, способны к отождествлению себя с той средой, в которой они находятся. Но их привязанности неглубоки. Они могут быть поверхностны, забывчивы, ненадежны. Им трудно собрать все после занятий, навести порядок в комнате. Надежды родителей на то, что в комнате будет проводиться уборка, обречены на провал. Воевать бесполезно. Хаос – это часть природы этих людей. Если даже ребенок наведет порядок утром, к вечеру будет такой же хаос. Ему некомфортно находится в порядке.

Когда эти дети будут приняты такими, какие они есть, они смогут выработать в себе качества ответственности, самостоятельности, стабильности, уверенности в себе.

4. Рецептивный тип. Это дети, которые хотят знать – что произойдет дальше? Чего ждать? Для них не так важно, что делать, как что будут делать окружающие, что произойдет вокруг. Такие дети медлительны. Стрессом для них являются перемены, неожиданные ситуации. Это блокирует ребенка. Им нужен режим – это самая главная мера мотивации. Всему свое время – поесть, лечь спать, место, в которое кладется одежду. Самая важная фраза для них: «Пришло время делать то-то ...». Ребенок чувствует себя спокойно, все упорядочено.

Это добросердечные и чуткие дети. Нужно время, чтобы дождаться результатов того, что родители вложили в детей. Для них все должно быть

обдуманно и распланировано. Они с удовольствием ничего не будут делать, если их никто не побуждает к действию. Они могут спать, созерцать, слушать. Знак того, что нужды ребенка удовлетворены со стороны родителей – это проявление большей инициативы, творчества и выдумки. Этому ребенок сам не может проявить в силу своей природы. Нужно ребенку показать, что вы знаете, что будет дальше.

В группе ребенку нужно больше времени, чтобы адаптироваться к среде и начать там взаимодействовать.

Родители, которые придерживаются строгого воспитания, думают, что они испортят его, если будут потакать ребенку. И, не разбираясь в природе ребенка, они его подавляют. В итоге ребенок проявит 2 типа поведения: либо он не будет понимать свои желания, потребности и выбирать те ситуации, где он может избежать давления и насилия. Второй способ – дети, которые перенимают тактику насилия и давления. Это их сделает в жизни очень несчастливими.

Ребенок, которого наказывают, некоторое время может быть покорным. Но со временем он будет очень сильно бунтовать.

Покорность приводит к подавлению воли и не остается шанса реализоваться в этой жизни.

Сторонники мягкого воспитания вседозволенностью дают понять ребенку то, что он не нужен и им все равно, что с ним происходит. У ребенка нет мотивации к сотрудничеству. Сотрудничество возможно только тогда, когда обе стороны знают свои желания.

Родителям предлагается проанализировав поведение своего ребенка, определить его природу. Так же свою собственную. В течении 15 минут идет обсуждение в контексте данной информации.

4. В заключении программы семинара-тренинга родителям предлагается задание: написать психологический портрет своего ребенка и выработать конструктивные способы взаимодействия с ним, учитывая все факторы, влияющие на развитие личности, в соответствии с правами ребенка, употребляя фразы на «языке принятия», применяя альтернативные способы влияния на ребенка с учетом его ошибочной цели.

5. *Упражнение «Обратная связь».* Родители дают обратную связь в контексте полученных знаний в результате прохождения тренинга, закрепляют полученные навыки и опыт.

ЛИТЕРАТУРА

1. А. Фромм "Азбука для родителей" - Лениздат, 1999.
2. Валкер Дж. Тренинг разрешения конфликтов для начальной школы: Как нам договориться?: Практическое руководство по ненасильственному разрешению конфликтов (пер. с нем. Эйвадиса Р. С.) - 128 с., СПб: Светлячок /Речь, 2001.
3. Вачков И. В.. Психология для малышей, или Сказка о самой "душевной" науке: Своеобразная психологическая азбука для детей 5-6 лет: Для чтения родителей с детьми - 216 с., М: Педагогика-Пресс /Аграф, 1996.
4. Ветрова В. В.. Я - справлюсь с неудачами и невзгодами, с конфликтами и раздорами в семье и на работе, с обидами и ревностью, с хронической усталостью и плохим настроением - 272 с., М: Знание, 1996.
5. Гарбузов В.И. "От младенца до подростка", 432с., С. - Петербург, 1999.
6. Гарбузов В.И., Захаров А.И., Исаев Д.Н. Неврозы и их лечение. Л., 1977.
7. Добсон Дж.. Исчерпывающие ответы: Родителям о детях (пер. с англ. Чигиревой М. Б. , Чупровой Л. М.) - 587 с., СПб: Мирт, 2000.
8. Емельянов С. М.. Практикум по конфликтологии: Учебное пособие для вузов Изд. 2-е, доп., перераб. - 400 с., СПб: Питер, 2001г.
9. Запаренко В. С.. Энциклопедия интеллекта для талантливых детей и мудрых и заботливых родителей - 192 с., СПб: Нева /М: Олма-Пресс, 2000.
10. Ключников С. Ю.. Семейные конфликты: Практика решения - 160 с., СПб: Питер, 2001.
11. Кэмпбелл Р. "Как по-настоящему любить своего подростка", 177с., Санкт-Петербург, издательство "Мирт", 1998.
12. Кэмпбелл Р. "Как по-настоящему любить своего ребенка", 160с., Санкт-Петербург, издательство "Мирт", 1996.
13. Кэмпбелл Р. "Как справиться с гневом ребенка", 192с., Санкт-Петербург, издательство "Мирт", 1999.
14. Л. Захарова "Дитя в очереди за лаской" - Москва, 1999.
15. Овчарова Р.В. "Справочная книга школьного психолога", 352с., М.: "Просвещение", "Учебная литература", 1996 г.
16. Рождественская М.В. "Будьте внимательны к детям" Киев. Радянська школа, 1999.
17. Чижова С. Ю., Калинина О. В.. Детская агрессивность: 100 ответов на родительские "почему?" - 160 с., Яр-ль: Академия развития /Академия и К /Академия-Холдинг, 2001.
18. Эйдемиллер Э.Г. Семейная психотерапия у подростков при психопатиях, акцентуациях характера, неврозах и неврозоподобных состояниях: Методические рекомендации. М., 1980.
19. Henry Klaud, John Townsend. «Children: bordtr, border» Zondervan, 2001