

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школы № 6 п. Козыревск»

Комплексная программа
социально-педагогической поддержки
«Моя семья – мое богатство»

Автор-составитель:
учитель начальных классов
Наталья Валерьевна Верещагина

п. Козыревск
2018 г.

Наименование лучших проектных практик: «Моя семья – мое богатство»

Необходимость разработки комплексной программы социально-педагогической поддержки «Моя семья – мое богатство» обоснована тем, что многодетные семьи относятся к группе потенциального риска.

Программа включает следующие направления:

1. Изучение семей учащихся
2. Обеспечение взаимодействия школы с родителями.
3. Повышение педагогической культуры родителей
4. Профилактика негативного семейного воспитания

Результаты реализации:

1. Улучшение микроклимата в многодетной семье.
2. Привлечение к активному участию родителей в общешкольных мероприятиях.
3. Отсутствие конфликтности, «мирное» разрешение проблем между учащимися и их родителями.
4. Повышение степени удовлетворённости родителей результатами работы школы.

Программа поддержки помогает родителям в решении их заказа. Родители стали больше времени проводить с детьми. Нашли подходы к детям, в этом им помогли тренинги. Но на этом работа не останавливается.

ПРИЛОЖЕНИЕ №1

ТЕСТ-ОПРОСНИК РОДИТЕЛЬСКОГО ОТНОШЕНИЯ

(А.Я Варга, В.В. Столин)

Тест-опросник детско-родительских отношений А.Я. Варги, В.В. Столина представляет собой психодиагностический инструмент, ориентированный на выявление родительского отношения у лиц, нуждающихся в психологической помощи по вопросам воспитания детей и общения с ними. Родительское отношение понимается как система разнообразных чувств по отношению к ребенку, поведенческих стереотипов, практикуемых в общении с ним, особенностей восприятия и понимания характера и личности ребенка, его поступков.

Структура опросника

Опросник состоит из пяти шкал:

1. **«Принятие-отвержение».** Шкала отражает интегральное эмоциональное отношение к ребенку. Содержание одного полюса шкалы: родителю нравится ребенок таким, какой он есть. Родитель уважает индивидуальность ребенка, симпатизирует ему. Родитель стремится проводить много времени вместе с ребенком, одобряет его интересы и планы. На другом полюсе шкалы: родитель воспринимает своего ребенка плохим, неприспособленным, неудачливым. Ему кажется, что ребенок не добьется успеха в жизни из-за низких способностей, небольшого ума, дурных склонностей. По большей части родитель испытывает к ребенку злость, досаду, раздражение, обиду. Он не доверяет ребенку и не уважает его.

2. **«Кооперация»** - социально желательный образ родительского отношения. Содержательно эта шкала раскрывается так: родитель заинтересован в делах и планах ребенка, старается ему помочь во всем, сочувствует ребенку. Родитель высоко оценивает интеллектуальные и творческие способности ребенка, испытывает чувство гордости за него. Он поощряет инициативу и самостоятельность ребенка, старается быть с ним на

равных. Родитель доверяет ребенку, старается встать на его точку зрения в спорных вопросах.

3. **«Симбиоз»** – шкала отражает межличностную дистанцию в общении с ребенком. При высоких баллах по этой шкале можно считать, что родитель стремится к симбиотическим отношениям с ребенком. Содержательно эта тенденция описывается так – родитель ощущает себя с ребенком единым целым, стремится удовлетворить все потребности ребенка, оградить его от трудностей и неприятностей жизни. Родитель постоянно ощущает тревогу за ребенка, ребенок ему кажется маленьким и беззащитным.

Тревога родителя повышается, когда ребенок начинает автономизироваться в силу обстоятельств, т.к. по своей воле родитель не предоставляет ребенку самостоятельности никогда.

4. **«Авторитарная гиперсоциализация»** - отражает форму и направление контроля за поведением ребенка. При высоком балле по этой шкале в родительском отношении данного родителя отчетливо просматривается авторитаризм. Родитель требует от ребенка безоговорочного послушания и дисциплины. Он старается навязать ребенку во всем свою волю, не в состоянии встать на его точку зрения. За проявление своеволия ребенка сурово наказывают. Родитель пристально следит за социальными достижениями ребенка, его индивидуальными особенностями, привычками, мыслями, чувствами.

5. **«Маленький неудачник»** - отражает особенности восприятия и понимания ребенка родителем. При высоких значениях по этой шкале в родительском отношении данного родителя имеются стремления инфантилизировать ребенка, приписывать ему личную и социальную несостоятельность. Родитель видит ребенка младшим по сравнению с реальным возрастом. Интересы, увлечения, мысли и чувства ребенка кажутся родителю детскими, несерьезными. Ребенок представляется не приспособленным, не успешным, открытым для дурных влияний. Родитель не доверяет своему ребенку, досадует на его неуспешность и неумелость. В связи

с этим родитель старается оградить ребенка от трудностей жизни и строго контролировать его действия.

Текст опросника

1. Я всегда сочувствую своему ребенку.
2. Я считаю своим долгом знать все, что думает мой ребенок.
3. Я уважаю своего ребенка.
4. Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.
5. Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.
6. Я испытываю к ребенку чувство расположения.
7. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
8. Мой ребенок часто неприятен мне.
9. Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.
10. Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребенку приносит ему большую пользу.
11. Я испытываю досаду по отношению к своему ребенку.
12. Мой ребенок ничего не добьется в жизни.
13. Мне кажется, что дети потешаются над моим ребенком.
14. Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые, кроме призрания, ничего не стоят.
15. Для своего возраста мой ребенок немножко не зрелый.
16. Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.
17. Мой ребенок впитывает в себя дурное как «губка».
18. Моего ребенка трудно научить хорошим манерам при всем старании.
19. Ребенка следует держать в жестких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.
20. Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам.
21. Я принимаю участие в своем ребенке.
22. К моему ребенку «липнет» все дурное.

23. Мой ребенок не добьется успеха в жизни.
24. Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.
25. Я жалею своего ребенка.
26. Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению, и по суждениям.
27. Я с удовольствием провожу с ребенком все свое свободное время.
28. Я часто жалею о том, что мой ребенок растет и взрослеет, и с нежностью вспоминаю его маленьким.
29. Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребенку.
30. Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг всего того, что мне не удалось в жизни.
31. Родители должны приспосабливаться к ребенку, а не только требовать этого от него.
32. Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребенка.
33. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.
34. Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.
35. В конфликте с ребенком я часто могу признать, что он по-своему прав.
36. Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.
37. Я всегда считаюсь с ребенком.
38. Я испытываю к ребенку дружеские чувства.
39. Основная причина капризов моего ребенка – эгоизм, упрямство и лень.
40. Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребенком.
41. Самое главное, чтобы у ребенка было спокойное и беззаботное детство.
42. Иногда мне кажется, что мой ребенок не способен ни на что хорошее.

43. Я разделяю увлечения своего ребенка.
44. Мой ребенок может вывести из себя кого угодно.
45. Я понимаю огорчения своего ребенка.
46. Мой ребенок часто раздражает меня.
47. Воспитание ребенка – сплошная нервозность.
48. Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.
49. Я не доверяю своему ребенку.
50. За строгое воспитание дети благодарят потом.
51. Иногда мне кажется, что я ненавижу своего ребенка.
52. В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.
53. Я разделяю интересы своего ребенка.
54. Мой ребенок не в состоянии что-либо делать самостоятельно, а если и делает, то обязательно не так.
55. Мой ребенок вырастет не приспособленным к жизни.
56. Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.
57. Я тщательно слежу за состоянием здоровья моего ребенка.
58. Нередко я восхищаюсь своим ребенком.
59. Ребенок не должен иметь секретов от родителей.
60. Я невысокого мнения о способностях моего ребенка и не скрываю этого от него.
61. Очень желательно, чтобы ребенок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.

Ключи к опроснику

- 1. Принятие-отвержение:** 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 24, 26, 27, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 52, 53, 55, 56, 60.
- 2. Образ социальной желательности поведения:** 6, 9, 21, 25, 31, 34, 35, 35.
- 3. Симбиоз:** 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58.
- 4. Авторитарная гиперсоциализация:** 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59.
- 5. «Маленький неудачник»:** 9, 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61.

Порядок подсчета тестовых баллов

При подсчете тестовых баллов по всем шкалам учитывается ответ «верно».

Высокий тестовый балл по соответствующим шкалам интерпретируется как:

- отвержение;
- социальная желательность;
- симбиоз;
- гиперсоциализация;
- инфантилизация (инвалидизация).

ПРИЛОЖЕНИЕ №2

РАЗРАБОТКА ТРЕНИНГОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Работа психолога с родителями в рамках психологического сопровождения обучения.

Задача психолога — научить участников клуба самостоятельно конструировать собственное поведение при взаимодействии с ребенком. Родители должны почувствовать, что единственно верного способа разрешения той или иной проблемы не существует.

Занятия проводятся в течение года один раз в месяц. Программа рассчитана на восемь встреч по два часа. Каждое занятие состоит из двух частей: теоретической и практической.

Первое занятие

Я И МОЙ РЕБЕНОК — ПОИСКИ ВЗАИМОПОНИМАНИЯ.

ПОДДЕРЖКА КАК СТРАТЕГИЯ КОНСТРУКТИВНОГО

ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ С ДЕТЬМИ

Цель: создание эмоционального настроения на совместную работу, атмосферы взаимного доверия; выбор поддержки как стратегии поведения, формирующей у ребенка уважение к себе.

Теоретическая часть

Психологический смысл поддержки другого человека состоит в том, чтобы, общаясь с ним, давать ему понять, что вы видите в нем позитивные стороны его личности, на которые он может опереться при ошибках и неудачах. Овладеть навыком поддержки — это научиться видеть сильные стороны личности ребенка и говорить ему об этом. Чтобы освоить навык поддержки, родители должны знать о таком принципе общения — безусловном принятии ребенка. Это значит любить его не за то, что он красивый, умный, отличник, помощник, а просто так, просто за то, что он есть!

Задание

Закройте на минуту глаза и представьте, что вы встречаете своего лучшего друга (или подругу). Как вы показываете ему, что рады, что он вам дорог, близок? Теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: вот он приходит из школы и вы показываете, что рады его видеть. Представили? В чем разница? Всегда ли мы показываем нашим детям свои чувства?

Мы поможем нашим детям общаться с нами, если наше отношение к ним будет включать:

- принятие;
- внимание;
- признание (уважение);
- одобрение;
- теплые чувства.

Моделируя свое отношение к детям в соответствии с указанными принципами, мы научим их устанавливать добрые отношения с ровесниками и другими людьми.

Признание очень нужно человеку. Покажите своему ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы имеете в виду, но не говорите.

Используйте принцип «здесь и сейчас»: признание должно выражаться в настоящем времени и описывать события настоящего момента. Примеры ошибочных высказываний: «Так почему ты раньше так не убирал в своей комнате?» или: «Я надеюсь, ты теперь всегда будешь так же убирать, как сегодня!»

Особенно хотелось бы сказать о роли теплой эмоциональной атмосферы в вашем доме. Ее главное условие — дружелюбный тон общения. Кроме того, нужно иметь запас больших и маленьких праздников. Придумайте несколько занятий, семейных дел, традиций, которые будут создавать атмосферу радости. Сделайте некоторые из этих занятий или дел регулярными, чтобы ребенок ждал их и знал, что они обязательно наступят, если он не сделает чего-

то плохого. Отменяйте их только в том случае, если он ощутимо нарушит дисциплину и вы на самом деле расстроены. Однако не угрожайте отменой радостных дел по мелочам.

Зона радости — это «золотой фонд» вашей жизни с ребенком. Возможно, у вас уже давно существует эта зона радости, есть какие-то традиции, негласные правила.

Практическая часть

1. Каждый по кругу продолжает фразу: «Зона радости в моей семье — это...» После этого происходит обмен мнениями. Психолог подводит участников к выводу, что зона радости — это залог бесконфликтной дисциплины в семье.

2. Разыгрывание проблемных ситуаций, в которых уместно применение навыков поддержки со стороны родителей:

- обидел младшую сестру (брата);
- не захотел заходить в кабинет врача;
- боится заходить в темную комнату;
- не включили в спортивную команду;
- боится опоздать в школу и т.п.

После разыгрывания (или обсуждения) проблемных ситуаций анализируется, какой именно вид поддержки был оказан в каждом случае. Таким образом, поддержка может быть разной — с одной стороны, это умение моментально реагировать на актуальное затруднение у ребенка, с другой — умение создавать поддерживающую, доброжелательную атмосферу в семье. В заключение желательно получить обратную связь от участников клуба, дать возможность выразить чувства, возникшие в ходе встречи. Например, можно предложить продолжить фразу: «Сегодня было полезно узнать (почувствовать)...»

В конце встречи родителям предлагается краткий конспект, в котором изложены способы поддержания у ребенка нормальной самооценки (см. приложение).

Приложение

Для поддержания у ребенка нормальной самооценки важно:

- безусловно принимать его;
- активно слушать его;
- бывать (читать, играть, заниматься) вместе;
- не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется;
- помогать, когда просит;
- поддерживать;
- делиться своими чувствами (доверять);
- конструктивно разрешать конфликты;
- использовать в повседневном общении приветливые фразы, например:
«Мне хорошо с тобой», «Я рада тебя видеть», «Мне нравится, как ты...»,
«Хорошо, что ты пришел», «Давай посидим (что-то сделаем) вместе», «Как хорошо, что ты у нас есть»;
- обнимать не менее четырех, а лучше восемь раз в день.

Второе занятие

ТИПЫ СЕМЕЙНОГО ВОСПИТАНИЯ.

ВОЗМОЖНЫЕ НАРУШЕНИЯ ПРОЦЕССА ВОСПИТАНИЯ В СЕМЬЕ.

Цель: рассмотреть типы воспитания; определить психологические причины отклонений в семейном воспитании; показать возможности изменения стиля родительского отношения к детям.

Теоретическая часть

Целью встречи является выявление «неправильных» типов семейного воспитания, которые могут привести к серьезным проблемам в отношениях с детьми.

Родителям раздаются схемы типов воспитания. После обсуждения предлагается предположить, где находится тот тип, по которому они воспитывают своих детей. Психологи определили следующие типы неадекватного поведения родителей.

1. Гиперпротекция
 - потворствующая
 - доминирующая
2. Гипопротекция
 - потворствующая
 - доминирующая
3. Повышенная моральная ответственность
4. Эмоциональное отвержение
5. Жестокое обращение
6. Воспитание в культе болезни
7. Противоречивое воспитание

Гиперпротекция потворствующая

Ребенок находится в центре внимания родителей и других членов семьи. Они стремятся к максимальному удовлетворению его потребностей. Это кумир семьи. Ребенок не возмущается: ему это невыгодно, за него и так все

делают. В результате страдает произвольность, целеустремленность; недостаточно усваиваются нравственные нормы.

Гиперпротекция доминирующая

Ребенок не имеет возможности совершать самостоятельные поступки, перед ним ставятся многочисленные ограничения и запреты. У ребенка не формируются инициатива и чувство долга.

Гипопротекция потворствующая

Ребенок предоставлен самому себе, родители не контролируют его, заняты собой. Часто это приводит к отклоняющемуся поведению.

Гипопротекция доминирующая

За ребенком осуществляется только формальный контроль, а на самом деле родители ребенком не интересуются.

Изредка встречается семейная демократия, доведенная до абсурда. Самостоятельность и свобода — необходимые условия воспитания, но не основные. Не забывайте, что абсолютная свобода равняется одиночеству.

Повышенная моральная ответственность

Сочетание высоких требований к ребенку с пониженным вниманием к его потребностям. Иногда ребенок растет как помощник матери. Например, он нянчит младших детей, пока мать находится на работе. Так дается установка на самопожертвование, но такая жертва никому не нужна! В итоге формируется тревожно-мнительная акцентуация личности.

Эмоциональное отвержение

Это воспитание по типу «Золушки». Нежелательный ребенок, например. Ребенок в этой ситуации нередко ощущает себя помехой для родителей. Этот стиль воспитания ведет к формированию невротических расстройств у ребенка.

Жестокое обращение с детьми

На первый план выходит эмоциональное отвержение. Родители злоупотребляют наказаниями, избивают ребенка, лишают его удовольствий, не удовлетворяют его потребности.

Воспитание в культуре болезни

Фиксированное внимание на любом недуге, на недомогании; родители формируют образ «больного», проявляют особую заботу. В результате ребенок делает вывод: «Меня любят тогда, когда я болею». Такой стиль воспитания формирует у ребенка эгоцентризм, завышенный уровень притязаний.

Противоречивое воспитание

Резкая смена приемов воспитания. Например, резкий переход от строгого стиля воспитания к либеральному — и наоборот. Подобное отношение родителей содействует формированию у ребенка таких черт характера, как упрямство, тревожность, неустойчивая самооценка.

Причины негармоничного воспитания весьма различны. Порой это определенные обстоятельства в жизни семьи, мешающие наладить адекватное воспитание. Но нередко основную роль в нарушении воспитательного процесса играют личностные особенности самих родителей.

Практическая часть

Упражнение «Какой я родитель?»

По желанию родитель встает перед группой, а все молча стараются сформулировать впечатления о нем: как он воспитывает своего ребенка, наказывает и поощряет его. Затем родитель выходит на две-три минуты, происходит обсуждение, психолог записывает его итоги. Родитель возвращается и пытается угадать, какой психологический портрет дала ему группа.

Упражнения «Мои сильные стороны»

Участники делятся на пары; партнеры рассказывают друг другу о своих проблемах во взаимоотношениях с ребенком. Если кто-то затрудняется, психолог «подбрасывает» идею. Собеседник, выслушав партнера, должен проанализировать ситуацию и найти сильные стороны в поведении родителя. Затем собеседники меняются ролями. В итоге происходит обсуждение в круге.

В конце встречи участники делятся впечатлениями, отвечают на вопрос психолога: «Что именно для вас было полезным на сегодняшнем занятии?»

Третье занятие

ФОРМИРОВАНИЕ У ДЕТЕЙ ОТВЕТСТВЕННОСТИ. УРОВНИ И СОСТАВЛЯЮЩИЕ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Цель: разобраться, что представляет собой чувство ответственности, каковы возможности его формирования у детей, в чем различие послушания и ответственности; дать понятие «внутренней мотивации».

Теоретическая часть

Большинство современных родителей понимают, как важно развивать чувство ответственности в детях.

Ответственность — это особое качество, которое не дается человеку от рождения, а развивается с годами. Некоторым это дается легко, другим же приходится прикладывать усилия и напрягать волю.

Послушание и ответственность — это не одно и то же. При послушании от ребенка просто требуют выполнения порученного. Быть ответственным — значит самостоятельно принимать решение и осознанно его выполнять. Детей нужно учить и послушанию и ответственности, но бездумное послушание очень опасно.

Составляющие ответственности

1. Понимание задачи.

Это знание того, что нужно сделать и как это сделать. Ребенок многое понимает по-своему. Для ясного понимания задачи нужно, чтобы родитель и ребенок все четко обсудили между собой.

2. Согласие с поставленной задачей.

У ребенка должен быть выбор («Что ты будешь делать: возьмешь пылесос или вытрешь пыль?»). Если есть выбор, то чувство ответственности будет проявляться на практике.

3. Умение самостоятельно мотивировать свои действия.

Родители должны учить подрастающего ребенка не только слушаться старших (внешняя мотивировка), но и научить его самодисциплине. Можно

помочь ему в этом, поощряя похвалой или наградой, а по мере взросления он научится видеть перспективу, а не сиюминутный выигрыш.

Уровни воспитания ответственности

Первый уровень. Ребенок в качестве помощника.

Впервые принимаясь за какое-то дело, многие дети нуждаются в моральной поддержке и присутствии взрослого. Желательно вместе выполнять разные дела: накрывать на стол, делать заказ по телефону и т.п.

Второй уровень. Ребенок нуждается в напоминании и в контроле.

Третий уровень. Выполняет задание самостоятельно.

Ребенок не только сам выполняет всю работу, но и не нуждается в напоминании. Переход на этот уровень — цель наших усилий.

Условия воспитания ответственности

1. Самоуважение.

Все дети нуждаются в положительной самооценке. Уверенный в себе ребенок легче справляется с любой задачей.

2. Разумные ограничения.

Они дают ребенку чувство защищенности, позволяют ему вести себя правильно в обществе, где соседствуют разные ценности.

3. Продолжительность и постепенность.

Ребенок не может стать ответственным сразу, по мановению волшебной палочки. Это происходит постепенно, на протяжении многих лет. Предоставляйте ребенку возможность проявлять самостоятельность, развивать свои способности, но учитывайте его возраст и опыт.

Нужно учитывать, что все дети разные: определите, что для вас наиболее важно, что приемлемо для вашего ребенка.

Для этого:

- поймите природу своих претензий, определите свои цели;
- учитывайте возрастные особенности ребенка;
- принимайте в расчет особенности характера; помните, что основные его черты закладываются в раннем детстве;

— учитывайте опыт ребенка — то, что он уже умеет делать: даже неудачный опыт может принести пользу.

Практическая часть

Упражнение «Определение ответственности»

Психолог зачитывает ситуации и предлагает родителям определить, что лежит в их основе — ответственность, послушание или что-то другое. Работа может проводиться письменно, а по окончании ответы зачитываются и обсуждаются.

Примеры ситуаций

1. Маша быстро моет посуду, потому что знает, что не сможет посмотреть фильм, пока этого не сделает.
2. Аня любит читать. По возвращении из школы в понедельник она сразу же приступает к выполнению домашнего задания по чтению, хотя спрашивать ее будут не раньше пятницы.
3. Коля хочет попасть на соревнования по плаванию. Каждый день он ходит в бассейн и тренируется.
4. Ваня обещал принести книгу своему школьному товарищу, но забыл.

Возможные варианты ответов:

1. Послушание.
2. Ответственность (девочка могла бы читать любую другую книгу).
3. Ответственность.
4. Ни послушание, ни ответственность.

Упражнение «Уровни ответственности»

Родителям предлагается попрактиковаться в определении уровня ответственности.

Примеры ситуаций

1. Дима выносит мусор сразу, как только ему об этом напомнят родители.
2. По субботам Оля пылесосит в квартире ковры и только потом идет играть на улицу.

3. Женя убирает ванную комнату без чьих-либо просьб, но часто забывает что-нибудь сделать.

4. Кира согласилась делать уборку в своей комнате, но ей нужно постоянно помогать, иначе она будет отвлекаться.

Возможные варианты ответов:

1. Нуждается в контроле.

2. Все делает самостоятельно.

3. Нуждается в контроле.

4. Нуждается в помощи.

По окончании работы родители высказывают свое мнение, задают вопросы.

Им вручается памятка «От ответственности» (см. приложение).

Приложение

ОБ ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Быть ответственным — значит самостоятельно принимать решение и осознавать необходимость действия.

Компоненты ответственности:

1. Понимание задачи.

2. Согласие с поставленной задачей.

3. Умение самостоятельно мотивировать свои действия.

Дети часто копируют поведение своих родителей.

Уровни ответственности:

- Первый уровень. Ребенок в качестве помощника.
- Второй уровень. Ребенок нуждается в напоминании и контроле.
- Третий уровень. Выполняет задание самостоятельно.

Условия воспитания ответственности:

1. Самоуважение.

2. Разумные ограничения.

3. Продолжительность и постепенность.

4. Учет возрастных и индивидуальных особенностей.

5. Учет особенностей характера.

Четвертое занятие

ПОМОЩЬ РОДИТЕЛЕЙ — КАКОЙ ОНА ДОЛЖНА БЫТЬ?

ПРАВИЛА ПЕРЕДАЧИ ОТВЕТСТВЕННОСТИ.

ПРОБЛЕМЫ ОШИБОК

Цель: выработка умения грамотно взаимодействовать с ребенком; получение обратной связи от участников.

Теоретическая часть

Родители часто спрашивают, как правильно помогать ребенку в выполнении домашнего задания. Как быть, если ребенок что-то делает, вмешиваться или нет? Ответ таков: не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы сообщаете ему: «С тобой все в порядке».

Совсем по-другому должен реагировать родитель, если ребенок не справляется с чем-либо, сталкивается с трудностями. Тогда позиция невмешательства не годится.

Если ребенку трудно и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему.

При этом берите на себя только то, что он не может выполнить. По мере освоения ребенком новых действий постепенно передавайте ему ответственность за их выполнение.

Бывает, что ребенок не хочет что-то делать. Как быть: заставлять или нет? Все зависит от причин «непослушания». Чаще всего корень отказов лежит в отрицательных переживаниях ребенка.

Прислушайтесь к тому, как вы общаетесь. Теплый, дружеский тон — самое главное в общении. «Руководящие указания», наверно, где-то нужны, но не в совместных занятиях с ребенком. Как только появляются «руководящие указания», работа вместе прекращается. Ведь вместе — значит, на равных.

Бывают излишне заботливые родители, они отнимают у ребенка энергию его собственных желаний.

Личность и способности ребенка развиваются только в той деятельности, которой он занимается по собственному желанию и с интересом.

Существует опасность слишком долгого и настойчивого участия родителей в совместном деле. Необходимо вовремя перестать делать за ребенка то, что он способен делать сам. Обратите внимание на следующее правило: постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела вашего ребенка, передавайте ответственность ему.

Здесь речь идет о снятии мелочной заботы, затянувшейся опеки, которые просто мешают вашему сыну (или вашей дочери) взрослеть. Передача им ответственности за свои дела и поступки — самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к ним. Она делает их сильными и уверенными в себе, а ваши отношения — радостными и спокойными.

Процесс передачи ответственности непросто. Его надо начинать с мелочей. Но даже по поводу этих мелочей родители очень тревожатся. Это и понятно: ведь приходится рисковать временным благополучием. Как парадоксально это ни прозвучит, но ваш ребенок нуждается в отрицательном опыте.

Позволяйте вашему ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть и становиться самостоятельным.

Практическая часть

Задание на самоанализ

Разделите лист бумаги пополам и напишите над левой и правой частью: «Сам(а)» и «Вместе с мамой (с папой)». Перечислите в них те дела, которые ваш ребенок решает и делает сам, и те, в которых вы участвуете. Например:

Сам(а)

1. Встаю в школу
2. Выбираю, с кем дружить

и т.д.

Вместе с мамой (с папой)

1. Делаем трудное домашнее задание
2. Убираем квартиру и т.д.

Подумайте, что из правой колонки можно уже сейчас передвинуть в левую. Помните, каждое такое перемещение — важный шаг к взрослению ребенка.

Желающие высказываются вслух, группа принимает участие в обсуждении.

В конце встречи участники говорят о том, что они получили на этом занятии, какие вопросы они хотели бы рассмотреть в дальнейшем. Раздаются листки с «Правилами общения» (см. приложение).

Приложение

Правила общения

- *Правило 1.*

Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит помощи. Своим невмешательством вы сообщаете ему: «С тобой все в порядке».

- *Правило 2.*

Если ребенку трудно и ребенок готов принять вашу помощь, обязательно ему помогите.

Если решили помочь, то:

1. Возьмите на себя только то, что он не может выполнить.
2. По мере освоения ребенком новых действий, постепенно передавайте ему ответственность за их выполнение.

- *Правило 3.*

Постепенно, но неуклонно снимайте с себя заботу и ответственность за личные дела ребенка и передавайте ему ответственность.

- *Правило 4.*

Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий. Только тогда он будет взрослеть и становиться сознательным.

Пятое занятие

КАК НАЙТИ ПУТЬ К БЕСКОНФЛИКТНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ.

ПРАВИЛА О ПРАВИЛАХ

Цель: выявить условия, необходимые для воспитания у ребенка дисциплины.

Теоретическая часть

Родителям может показаться неожиданным тот факт, что детям нужны порядок и правила поведения в семье, они хотят и ждут их! Правила и разумный распорядок дают ребенку чувство безопасности. И если по этому поводу у вас существуют проблемы, то скорее всего дело не в самих правилах, а в способах их «внедрения». Поэтому сегодня мы рассмотрим правила, с помощью которых можно наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину.

- *Правило первое*
 - Правила должны быть обязательно в жизни каждого ребенка.
- *Правило второе*
 - Правил не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.
- *Правило третье*
 - Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка. Ребенку нельзя запрещать бегать, прыгать, рисовать, шумно играть... Все это и многое другое — проявление естественных и важных для развития детей потребностей.
- *Правило четвертое*
 - Взрослые должны согласовать правила между собой. Даже если один родитель не согласен с требованиями другого, лучше в эту минуту промолчать, а потом уже без ребенка обсудить разногласия.
- *Правило пятое*
 - Тон предъявления требования или выражения запрета должен

быть дружественно-разъяснительным, а не повелительным. Объяснение должно быть коротким и повторяться один раз. Предложения лучше строить в безличной форме. Лучше сказать «Конфеты едят после обеда», чем «Не смей есть конфеты!».

- *Правило шестое*

- При наказании ребенка лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохое.

При составлении или изменении правил в вашей семье следует помнить о таких моментах.

1. Четкая формулировка запретов, ограничений (они должны быть выдержаны в позитивном стиле и иметь конкретный характер).
2. Ограничения и запреты должны соответствовать возрасту ребенка (и его опыту).
3. Ограничение должно быть выполнимым. Если составленное вами правило недействительно, его нужно изменить.

Практическая часть

Родителям раздаются листки с описанием ситуаций. Инструкция: «Прочтите описание каждой ситуации, определите, в чем ошибка родителей; напишите вариант более действенного высказывания».

1. Ребенок обычно возвращается из школы раньше родителей. Поэтому родители говорят ему: «Как только ты приходишь домой, всегда выноси мусор». (*Ответ: «Вынеси мусор до моего возвращения с работы, я позвоню тебе перед выходом». Не следует требовать выполнения задания сразу же.*)
2. «Дед-Мороз» не подарит тебе никаких новых игрушек, потому что ты не можешь убрать на место даже те, что у тебя есть». (*Ответ: Слишком путано, не чувствуется заботы. Лучше помочь ребенку разложить все по местам.*)
3. «Забудь о велосипеде. Я разрешу, когда научишься кататься». (*Ответ: «Ты должен соблюдать правила дорожного движения и вернуться домой к 16 часам.»*)

4. «Никогда не проси денег. Ты все равно их потратишь впустую». (*Ответ: «Разумно трать деньги, которые тебе дают на карманные расходы. Других денег не будет».*)

5. «Ты опять пролил молоко! Вечно у тебя все валится из рук!». (*Ответ: «Я знаю, что ты не хотел этого. Но надо быть внимательным. Убери все это и налей себе другой стакан молока».*)

После обсуждения ситуаций и обмена мнениями психолог делает выводы:

- любую информацию можно преподнести в позитивном ключе;
- дети, слушая, что им говорят, получают информацию о том, как надо себя вести;
- высказывания, способствующие повышению самооценки ребенка, также формируют у него и чувство ответственности.

Обсуждение итогов встречи.

Шестое занятие

МОТИВЫ «ПЛОХОГО ПОВЕДЕНИЯ» ДЕТЕЙ.

ПРИЧИНЫ СТОЙКОГО НЕПОСЛУШАНИЯ

Цель: научиться понимать внутренние мотивы ребенка, помочь в построении нормальных отношений с ребенком.

Теоретическая часть

Тема сегодняшней встречи замечательно раскрывается в книге Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?», которую следует прочитать каждому родителю.

Непослушных детей, а тем более «отбившихся от рук», принято обвинять. В их поступках ищут злой умысел, их самих считают порочными. На самом же деле в число «трудных» обычно попадают дети не «худшие», а чувствительные и ранимые. Они «сходят с рельсов» под влиянием жизненных трудностей, реагируя на них сильнее, чем более устойчивые дети. Отсюда следует вывод: «трудный» ребенок нуждается в помощи, а не в критике или наказаниях.

Причины стойкого непослушания ребенка следует искать в глубине его психики.

Можно выделить четыре основные причины серьезных нарушений поведения детей.

1. Борьба за внимание.

Если ребенок не получает внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит свой способ его получить: он не слушается. Родители то и дело отрываются от своих дел, делают замечания...

2. Борьба за самоутверждение.

Это борьба против чрезмерной родительской власти и опеки. Знаменитое требование «Я сам» двухлетнего малыша сохраняется в течение всего детства, особенно обостряясь у подростков. Если родители слишком

часто делают замечания и дают советы, а их критика слишком резка, опасения преувеличены, то ребенок «восстает».

3. Желание отомстить.

Дети бывают часто обижены на родителей, например, если мать разошлась с отцом, или ребенка отлучили от семьи (он у бабушки, в больнице), или родители уделяют больше внимания младшему и т.п. В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности все те же протесты, непослушание.

4. Потеря веры в собственный успех.

Может случиться, что ребенок переживает неблагополучие в какой-то одной области, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика не сложились отношения в классе, а следствием стала запущенная учеба; в другом случае неудачи в школе приводят к вызывающему поведению дома. Подобное «смещение неблагополучия» происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт, он теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». Это — в душе, а поведением он показывает: «Мне все равно...», «Пусть буду плохим...». Всякое серьезное нарушение поведения — это крик о помощи. Своим поведением он говорит нам: «Мне плохо! Помогите!»

Практическая часть

Анализ трудных ситуаций

Раздаются карточки, на которых написаны различные ситуации. Сначала возможно их обсуждение в парах или тройках.

Примеры ситуаций

- Мама пятнадцатилетней девочки заметила, что дочь в последнее время стала хуже себя вести, грубить, отдалилась от нее. Отчуждение очень мучает маму. Но она не знает, как себя вести...
- Подросток часто включает магнитофон «на полную катушку». Вам это страшно досаждают. Как быть?
- Мама пятилетнего ребенка жалуется на выходку сына психологу:

«Недавно сидим с мужем на кухне, разговариваем, а он открывает дверь — и прямо на нас с палкой идет и бьет!» Как вы думаете, в чем причина агрессии ребенка?

- Подходя к дому, вы встречаете сына: лицо грязное, пуговица оторвана, но он рад встрече с вами. Вам неприятен его вид, стыдно перед соседями. Как быть?

Упражнение «В чем ошибка?»

Психолог читает фразы, в которых есть неточности. Родителям нужно определить, в чем ошибка, и написать более действенное высказывание.

1. «Обед готов. Когда ты собираешься накрывать на стол?»
2. «Я хочу, чтобы через пять минут ванная была убрана. Приступай!»
3. «Нет, я не разрешаю тебе идти на лыжах. Ты сломаешь ногу».
4. «Тебе нельзя идти играть на улицу, пока не уберешь в комнате».

Возможные варианты ответов:

1. Не надо задавать вопрос, необходимо поставить задачу. Лучше сказать: «Обед почти готов. Иди накрывать на стол».
2. Слишком большой объем работы за короткое время. Лучше сказать: «К нам приходят гости; помоги мне сейчас убратсья в ванной».
3. Слишком критично. Предполагает неудачу. Лучше: «Ты сможешь пойти кататься на лыжах, когда научишься ездить как следует».
4. Неясно, какую работу нужно сделать. Лучше: «После того как ты уберешь кровать, повесишь в шкаф одежду и подметешь пол, можешь идти играть».

В конце встречи психолог делает выводы, обобщает высказывания родителей и сообщает о темах предстоящих встреч.

Седьмое занятие

ЧУВСТВА РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ.

ПРАВИЛА ВЫРАЖЕНИЯ ЧУВСТВ

Цель: научить родителей создавать условия для доверительного общения с детьми.

Теоретическая часть

Мы испытываем в жизни разные чувства. Если они отрицательные, не следует их держать в себе: молча переносить обиду, подавлять гнев, сохранять спокойный вид при сильном волнении.

Многие дети, к сожалению, хорошо знакомы с гневом еще до школы. К средним классам школы количество гнева в детях так велико, что он проявляется во всем: надписях, выкриках, рисунках.

Более того, ребенок уверен, что он «плохой», раз он испытывает «плохие» чувства. Так что же делать, когда нас переполняют отрицательные эмоции? Ответ прост: нужно сказать другому человеку о своих чувствах. Но сказать так, чтобы это не было разрушительно ни для него, ни для вас. Когда вы говорите о своих чувствах к ребенку, делайте это от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не о ребенке и его поведении. Такие высказывания, в которых есть личные местоимения «я», «мне», «меня», психологи назвали «Я-высказываниями». Ю.Б. Гиппенрейтер подробно описывает преимущества «Я-высказываний».

«Я-высказывание» позволяет выражать негативные чувства в необходимой для ребенка форме. Оно дает детям возможность ближе узнать нас, родителей. Нередко мы закрываемся от детей броней «авторитета», носим маску «воспитателя» и боимся ее хотя бы на миг приподнять. Порой дети поражаются, узнав, что мама и папа могут вообще что-то чувствовать!

Когда мы открыты и искренни в выражении своих чувств, дети также становятся искренними. Они чувствуют: взрослые им доверяют и им тоже можно доверять.

Называя свое чувство без приказа или выговора, мы оставляем за детьми возможность самим принимать решение. И тогда — удивительно! — они начинают учитывать наши желания и переживания.

Схема «Я-высказывания»

- 1) Конкретное описание того, что вызвало чувство («Когда я вчера увидела, какая ты грязная...»).
- 2) Называние чувства в тот момент («...я почувствовала беспокойство...»).
- 3) Называние причин («...наверное, это произошло потому, что...»).

Практическая часть

Упражнение «Выбери правильный ответ»

Ситуация

- А. Вы зовете дочь обедать. Она отвечает: «Сейчас» — и продолжает заниматься своими делами. Вы начинаете сердиться.
- Б. У вас важный разговор с другом. Ребенок то и дело его прерывает.
- В. Вы приходите домой усталая. У сына друзья, музыка, веселье. Вы испытываете смешанное чувство обиды и раздражения.

Ваши слова

А

1. «Да сколько же раз тебе надо говорить!»
2. «Я начинаю сердиться, когда приходится повторять одно и то же».
3. «Меня сердит, когда ты не слушаешься».

Б

1. «Мне трудно беседовать, когда меня прерывают».
2. «Не мешай!»
3. «Ты не можешь заняться чем-то другим?»

В

1. «Тебе не пришло в голову, что я могу быть усталой?»
2. «Уберите за собой посуду».
3. «Меня обижает и сердит, когда я устала и вижу дома беспорядок».

После анализа ситуаций выбираются фразы, построенные по схеме «Я-высказывания»:

А — фраза 2 Б — фраза 1 В — фраза 3

Упражнение «Продолжите фразу»

- Мне грустно, когда...
- Я сержусь, когда...
- Чувствую себя глупо, если...
- Я горжусь собой, когда...
- Очень доволен, когда... и т.п.

Упражнение «Признание чужих чувств»

Объясните, признает ли родитель чувства ребенка; если нет, переделайте эти предложения.

А. «Если ты не испытываешь особой любви к своему брату, — это твое дело, но бить его нельзя». (*Чувства ребенка признаются.*)

Б. «Нет причины выходить из себя и бить его. Это была просто случайность». (*Чувства ребенка игнорируются. Вариант: «Ты рассердился на друга за то, что он разрушил твой домик. Ты можешь найти другой способ выяснить отношения, но бить его не надо».*)

В. «Укол — это действительно больно. Если ты боишься, можешь взять меня за руку». (*Чувства ребенка признаются.*)

Г. «Улыбнись. Все не так плохо, как тебе кажется». (*Чувства ребенка игнорируются. Вариант: «Похоже, тебе грустно. Ты принял решение, как поступить, а ситуация сложилась по-другому».*)

После выполнения заданий психолог подводит итоги занятия и предлагает использовать «Я-высказывания» в повседневном общении с ребенком. Вас переполнило чувство? Тогда назовите его себе. Теперь скажите о нем ребенку. Успех обязательно придет к вам вслед за опытом.

Родители говорят, что они получили на этой встрече, какие чувства испытывали и какие вопросы еще хотели бы рассмотреть.

Восьмое занятие

ПООЩРЕНИЕ ХОРОШЕГО ПОВЕДЕНИЯ.

КАКОЙ ДОЛЖНА БЫТЬ ПОХВАЛА?

ВИДЫ ПООЩРЕНИЙ

Цель: научить родителей пользоваться похвалой и поощрениями.

Теоретическая часть

Дети обычно учатся и ведут себя лучше, если их поощряют за хорошую учебу и хорошее поведение, а не наказывают за плохое. Поощрениями можно стимулировать желательное поведение. Простейшей формой поощрения является похвала.

Похвала может быть простой или сложной. Простое «спасибо» или улыбка, когда ребенок помог внести в дом покупки, покажет, что вы заметили его усилия. Более сложный вариант: «Ты все-таки добился успеха — две недели учил правила и получил пятерку!»

Похвала должна быть конкретной. Нужно оценить усилия ребенка, его действия, а не его самого.

Похвала должна быть незамедлительной. Чем быстрее вы похвалите ребенка за хороший поступок, тем лучше. Хвалить нужно искренне, так как дети чувствуют фальшь. Похвала должна учитывать развитие ребенка.

Этот метод поощрения является эффективным, если используется не слишком часто. На этом моменте стоит остановиться подробнее.

Родители, желающие воспитать ребенка «без комплексов», считают, что хвалить его нужно постоянно, даже путем сравнения с другими, например: «Очень хорошо, что ты учишься лучше всех в классе, ты будешь единственным отличником». Так может вырасти человек, который будет постоянно нуждаться в одобрении и внешних положительных оценках.

Потребность во внешнем одобрении — своего рода наркотик, привыкнув к которому человек теряет самого себя; он нуждается в постоянных похвалах и все свои силы тратит на то, чтобы получить положительную

оценку. В результате он не слышит и не понимает, что говорят окружающие, не чувствует себя свободно.

Родители, постоянно хвалящие ребенка, очень болезненно переживают моменты его неуспешности. У них появляется чувство вины и протеста, а у ребенка формируются истероидные черты характера — гипертрофия потребности в восторженном, восхищенном признании его личности.

Таким образом, похвалы самому ребенку, а не его действиям и поступкам даже вредны.

Каждая семья должна выработать свою систему поощрений.

Чтобы поощрение было эффективным, оно должно удовлетворять какие-то значимые потребности ребенка.

Родители обычно сами придумывают формы поощрения. Вот только некоторые идеи.

1. Билетики (или баллы), которые нужно заработать. Потом они обмениваются на различные игрушки, сладости и т.п.

2. Волшебные карточки, на которых ребенок пишет свое желание; оно исполняется после выполнения какой-то работы по дому.

3. Уступки, например, лечь спать попозже, чем обычно, или получить «выходной», если всю неделю мыл посуду после ужина.

Думаю, что вы, уважаемые родители, используете у себя в семье какие-то виды поощрения, о которых вы и расскажете нам во второй части нашей встречи.

Практическая часть

Упражнение «Виды поощрений»

Перечислите те виды поощрения, которые вы используете, и те, которые могут заинтересовать ваших детей.

Возможные варианты ответов: покупка наклеек, конфет, поход в зоопарк, на футбольный матч, разрешение оставить друга ночевать у себя дома и т.п.

Упражнение «Правильно ли?»

Послушайте описание ситуации. Решите, правильно ли похвалили ребенка. Если нет, постройте фразу, как нужно.

А. После футбольного матча: «Андрей, ты лучший вратарь школы!» (Преувеличенная похвала. Лучше сказать: «Сегодня ты играл действительно хорошо. Мне понравилось, как ты отбил мяч».)

Б. «Маша, ты отлично все убрала: пол чистый, кровать убрана, игрушки сложены». (Правильно сформулированная похвала.)

В. Алеша играл с другом в шахматы. Пришла мама и сказала: «Молодец!» (Неясная похвала. Лучше сказать: «Я рада, что ты не забыл помыть посуду!»)

Г. «Ты у нас такой славный! Настоящий помощник! Что бы мы без тебя делали!» (Ребенка «захваливают». Лучше сказать: «Ты много поработал сегодня. Все сделал, как было надо».)

Обсуждение итогов встречи.

Приложение
«Родителям о детях»

- Детей учит то, что их окружает.
- Если ребенка часто критикуют — он учится осуждать.
- Если ребенка часто высмеивают — он учится быть робким.
- Если к ребенку часто бывают снисходительны — он учится быть терпеливым.
- Если ребенка часто хвалят — он учится оценивать.
- Если ребенок живет с чувством безопасности — он учится верить.
- Если ребенку часто демонстрируют враждебность — он учится драться.
- Если ребенка часто позорят — он учится чувствовать себя виноватым.
- Если ребенка часто подбадривают — он учится уверенности в себе.
- Если с ребенком обычно честны — он учится справедливости.
- Если ребенка часто одобряют — он учится хорошо к себе относиться.
- Если ребенок живет в атмосфере дружбы и чувствует себя нужным — он учится находить в этом мире любовь.