

ПОПУЛЯРИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ЗНАНИЙ КАК НАПРАВЛЕНИЕ ПСИХОПРОФИЛАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ В ШКОЛЕ

Кузьмина Ася Анатольевна,

кандидат экономических наук, психолог Детского учебно-коррекционного развивающего центра CLEVER KIDS, профессор Российской академии естествознания, член Федерации психологов образования России, г. Новокузнецк, Кемеровская область

В СТАТЬЕ РАССМОТРЕНЫ ТАКИЕ ФЕНОМЕНЫ КАК «ОЖИДАНИЯ ВЗРОСЛЫХ», «ПРИНЯТИЕ РЕБЁНКА», «ЗАМКНУТОСТЬ/АГРЕССИВНОСТЬ». ДЕЛАЕТСЯ АКЦЕНТ НА ТОМ, КАК ВНУТРИЛИЧНОСТНЫЕ ПОЛОЖИТЕЛЬНЫЕ ИЗМЕНЕНИЯ ВЗРОСЛЫХ (ПЕДАГОГОВ, РОДИТЕЛЕЙ) ВЛИЯЮТ НА ОТНОШЕНИЯ С РЕБЁНКОМ И ПОЗВОЛЯЮТ ЕМУ ОБРЕСТИ БОЛЕЕ УСТОЙЧИВЫЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАВЫКИ АДАПТАЦИИ В СОЦИУМЕ. СОДЕРЖАНИЕ СТАТЬИ НАПОЛНЕНО ПРИМЕРАМИ ИЗ КОНСУЛЬТАТИВНОЙ И ПРОСВЕТИТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ; РАССМАТРИВАЮТСЯ ПРИНЦИПЫ ОБЩЕНИЯ ВЗРОСЛОГО С РЕБЁНКОМ; ПРИВОДИТСЯ АНАЛИЗ ПРИЧИН И СЛЕДСТВИЙ ПОВЕДЕНИЯ РЕБЁНКА И ВОСПИТАТЕЛЬНЫХ МЕР ВЗРОСЛОГО.

• консультирование • поведение • ожидания • оборонительная позиция • враждебная позиция • принятие • инаковость

Важным направлением деятельности школьного психолога является его консультативно-просветительская работа. Условно данный вид деятельности можно разделить на два типа: прямое и косвенное. В непосредственном контакте с родителями и педагогами психолог обычно использует прямое консультирование (решение возникающих проблем). Но также важно и косвенное, опосредованное консультирование. Например, учителя и родители, общаясь между собой и с психологом, характеризуют ребёнка, т.е. описывают некоторые особенности его поведения. Но оценки личностных свойств детей часто бывают недостаточно полными, формальными, а иногда ошибочными и предвзятыми. Психолог, популяризируя психолого-педагогические знания, помогает осознать, есть ли факты, подтверждающие подобные «выводы» о ребёнке. Получив консультацию квалифицированного психолога в подобном ключе, педагоги и родители далее самостоятельно взаимодействуют с ребёнком, корректируя (при необходимости) его развитие. А также более осознанно начинают относиться к тому факту, что воспитание и обучение ребёнка теснейшим образом связано с психолого-педагогическими особенностями их собственной личности.

При написании статьи автором обобщены сведения личного опыта консультативной и просветительской работы, основанной на проведении тренингов, бесед, консультаций, а также групповой терапии с родителями. Данный материал можно использовать в деятельности школьного психолога в прямой и косвенной консультативно-просветительской работе с целью развития психолого-педагогической компетенции родителей и педагогов (групповые тренинги и консультации, родительские собрания, психологические лектории, а также в форме визуальных памяток, брошюр, буклетов и информации на стендах). В помощь школьному педагогу-психологу при оформлении материала можно порекомендовать работы современных отечественных психологов-практиков, например, предложенные в списке литературы.

В процессе популяризации знаний психологи часто сталкиваются с тем фактом, что, говоря о поведении ребёнка, родители и педагоги обосновывают свои выводы тем, что сравнивают ребёнка с «другими» (детьми). Парадокс состоит в том, что в реальности «других» детей нет. Конечно, говоря так, взрослые предполагают некий

«усреднённый образ», с которым сравнивают реального ребёнка. Но, с психологической точки зрения, этот образ — не «усреднённого реального», это представление взрослого о том, *каким должен быть ребёнок*. Иными словами, мы (взрослые) можем создать себе образ: «двоечник», «копуша», «нытик»... Повышенным вниманием к этому образу (часто — с эмоциональным оттенком) взрослый ограничивает ребёнку возможность развивать иные индивидуальные черты. То есть взрослые «знают, как надо» воспитывать и учить «такого» ребёнка (в образе «двоечника», «копуши», «нытика»). Но если этот образ вдруг разрушает живой и настоящий ребёнок, то часто взрослые это расхождение воспринимают как «недостаток» (ребёнка), который необходимо просто исправить. И исправляют: заставляют, поощряют, запрещают, приближают и приближают ребёнка к своему образу.

Для лучшей наглядности приведём пример библиотерапевтического материала (В. Орлов «Хрюшка обижается»; в сокращении), успешно раскрывающего иллюзорность подобных убеждений, когда взрослый следует за своим знанием, не пересматривая его критически... и вместо реального ребёнка появляется нечто сотворённое ожиданиями:

*У Шарика — новый
Лиловый берет.
У козлика — красный
Атласный жилет...
Все очень довольны,
А хрюшка сердита.
В слезах отвернулась
Она от корыта...
Но только о ней
Не подумал никто —
Ей дали не то,
Совершенно не то!
А то, что она
Не любила:
Ей дали мочалку
И мыло.*

Хрюшка в этом стихотворении, конечно же, «не понимает», чего ей действительно надо. А рядом оказывается «ответственный взрослый», который понимает актуальную «проблему» и дарит ей мочалку и мыло. Но задумаемся: почему мы придумали себе этот образ? И хорошо бы «хрюшкиным»

родителям и педагогам заметить, что, несмотря на плохую успеваемость в школе, у неё, например, есть интерес к спорту (музыке, графике...) или что помимо склонности к конфликтам со взрослыми присутствует общительность и дружелюбность со сверстниками (то есть, что «хрюшке» нужно не только «мыло»). Далее в статье будет раскрыта идея о том, что, раздражаясь, злясь или не проявляя никакой инициативы и интереса к окружающему (то есть своим поведением), ребёнок пытается «рассказать» о недостаточном контакте со взрослыми, о том, что он недополучает нечто действительно важное («дают не то, совершенно не то»). Также хочется заметить, что взрослые, столкнувшись с особенностями поведения, часто оказываются перед необходимостью понимания ребёнка. Например, причин и следствий эмоциональных состояний, поведения ребёнка, своих воспитательных мер. К сожалению, одной из важнейших причин дисгармоний поведения является низкий уровень заинтересованности взрослых в отношениях с детьми. Но без искреннего интереса к личности ребёнка невозможно полноценно воспитывать его, добиваться расположения и доверия, создавать условия для его развития, и т.д.

Принять в ребёнке его самого — значит, увидеть в нём отдельную личность. А это так же сложно, как принять непохожесть на нас другого человека в принципе. Поэтому у взрослых часто проявляется выраженное или скрытое (которое также считывается ребёнком) — осуждение, отвержение, обвинение, критика. И, как следствие, у многих детей развивается и держится постоянно высокая степень тревожности, поскольку они сравнивают своё поведение на предмет: «попадаю я сейчас в чьи-то ожидания или нет». Цена, которую детская психика платит за соответствие ожиданиям взрослых, нередко оказывается очень высокой. Когда в *одностороннем порядке* родители и педагоги внедряются в мир ребёнка со своими стереотипами, установками, убеждениями, навязывая ему только нечто своё, тем самым они говорят ему, что его мир неинтересный (не такой, неправильный, неценный). А дальше, в зависимости от индивидуальных особенностей, одни дети замыкаются в себе (оборонительная позиция, замкнутость), другие пытаются

напасть первыми (враждебная позиция, агрессия). Рассмотрим эти особенности более подробно.

Оборонительная позиция. Таких детей взрослые могут считать идеальными, но, несмотря на подобную оценку поведения, проблемы у них формируются: нет друзей, предпочитают быть «в тени» и не проявляют никакой инициативы. Их стремление отгородиться от мира мешает гармоничному развитию. Возможно, семейный опыт привёл ребёнка к выводу: безопаснее не привлекать к себе внимания (например, как последствия слов родителей: «не приставай», «не шуми», «не говори глупостей»). Или же, если с ребёнком общаются слишком строго, подавляют его активность, не разрешают бегать и шуметь, всё время критикуют, упрекают, ограничивают, то он становится чрезвычайно неуверенным в себе.

Как пример оборонительной позиции рассмотрим запрос на консультацию психолога. Родители обеспокоены тем, что ребёнок не стремится к общению со сверстниками как в школе и вне её (ему только и надо быть одному, лишь бы не трогали). Со слов родителей, ребёнок «развивался нормально и не создавал никаких проблем». Учителя отмечают пассивность на уроках (другие дети постоянно тянут руки и вызываются отвечать у доски, а он всё время в сторонке) при положительной мотивации к учёбе и при хорошей умственной деятельности в целом. Взрослые также отмечают такую особенность как «забывчивость/рассеянность»: забывает сделать то, что пообещал; плохо выполняет задания, так как «не услышал и поэтому не выполнил» и т.д. Родители активно «руководят» обучением ребёнка, «контролируют» его интересы, поэтому ребёнок умеет «сидеть тихо и работать над тем, что сказано». Как семейный паттерн поведения проявляются недоверие родителей к возможностям и силам ребёнка, повышенное внимание и забота («чтобы не обидели», «сам ещё не сможет», «могу ему помочь и помогаю»), которые лишают школьника возможности научиться преодолевать трудности самостоятельно, делать выбор, находить решения. Такая «активность» родителей способствует формированию пассивного отношения ребёнка ко всему происходящему («Я ни-

чего не решаю», «Моё мнение не важно», «Мама лучше знает»). Как следствие, ребёнок стремится избегать рисков, безынициативен и поэтому демонстрирует низкий уровень социальной адаптации. Пассивность школьника создаёт ему массу проблем, потому что не даёт должным образом проявить себя и быть успешным в среде ровесников.

Принципы общения взрослых с замкнутыми детьми следующие.

- Родителям и педагогам важно изменить собственную точку зрения на ребёнка: не подмечать неудачи ребёнка, не жалеть его, а обратить внимание на то, что у него получается хорошо. Обычно замкнутые дети уверены в том, что они ни на что не способны, у них нет ничего, что заслуживало бы внимания и вызвало интерес у других людей;
- Чувствительность к любой критике (как к реальной, так и подразумеваемой) проявляется в избегании контактов. Взрослые помогут ребёнку, если будут замечать любой его успех, хвалить его (в том числе перед окружающими). Детям важно слышать от родителей и педагогов, что если у него будет что-то не получаться, то он всегда может рассчитывать на помощь;
- Важен личный пример взрослых: показывайте ребёнку, что мир не страшен (не опасен, а полон возможностей), а общаться — приятно и интересно;
- Особо хочется выделить тот факт, что обучение социальным навыкам и приобретение практики в повседневных ситуациях коммуникации, подражание поведению социально уверенных людей (в идеале — родителей, родственников) — *первостепенная задача*, так как застенчивость — черта характера (это приобретённый негативный опыт общения, негативное отношение к себе);
- Важно обращать внимание таких детей на различия. То есть донести до ребёнка мысль, что различия между людьми (или временами года, явлениями) не означают, что одно из них хуже, а другое лучше (просто они разные, различные);

- Позвольте ребёнку участвовать в решении тех вопросов, которые имеют к нему непосредственное отношение: во что одеться, что выбрать из ассортимента блюд в столовой и т.д. Ребёнку важно уметь делать выбор и брать на себя ответственность за последствия поступков. Постарайтесь разбирать с ребёнком ситуации успеха: почему ему удалось так хорошо выполнить какое-то дело (поручение). Таким образом ребёнок поймёт, что в его силах влиять на ситуацию.

Часто у застенчивых детей проявляется тревожность. Взрослым необходимо понять и принять тревогу ребёнка — он имеет на неё полное право. Даже если детские проблемы не кажутся вам серьёзными, признавайте его право на переживания, обязательно посочувствуйте («Да, это неприятно, обидно, страшно, волнительно...»). И только после выражения понимания и сочувствия помогите найти решение, выход из ситуации. Помогайте ребёнку преодолеть тревогу: создавайте условия, в которых ему будет менее тревожно. Например, оговаривайте то, что будет происходить (возможно, проиграв, отретепировав ситуации, поведение, ответы). То есть учитывайте возможности ребёнка, не требуйте от него того, что он не может выполнить. Если ребёнку с трудом даётся что-либо, лучше лишний раз помогите ему (но не выполняйте за него): окажите мотивационную поддержку (подбодрите), дайте дополнительное время; а при достижении цели не забудьте похвалить.

Враждебная позиция. Ребёнок с такой позицией не чувствует уверенности в собственном благополучии, не умеет разбираться в своих переживаниях. Он ощущает себя слабым и поэтому ищет способ усилить оборону. То есть чувства незащищённости, тревоги, обиды, одиночества — доминирующие. Поэтому агрессия ребёнка — это перенос чувств: испытывая дискомфорт, ребёнок не знает, как с ним справиться. Родителям агрессивного ребёнка придётся отказаться от своих стереотипов (например, что ребёнок пытается досадить и напугать своим поведением) и дать ему возможность выплёскивать (а не подавлять) свои эмоции (социально приемлемо).

Как пример враждебной позиции рассмотрим запрос на консультацию психолога. Ро-

дители и педагоги предъявляют жалобы на частые вспышки агрессивного поведения ребёнка, повышенную конфликтность. Ребёнок, кроме обучения в школе, ежедневно посещает кружки и секции, которые из лучших побуждений «выбраны» ему родителями и занимают практически всё его свободное время (занятия музыкой, плаванием, фигурным катанием). В данном примере прослеживаются перегрузка ребёнка, переоценка его сил родителями, что усиливает опасность физических и нервных срывов. Родители игнорируют факт наличия «личных ресурсов» ребёнка (а также личного свободного времени для его интересов), стремятся «потребовать» с ребёнка больше имеющихся психофизических возможностей. Детям бывает трудно заявлять о своих потребностях и выражать свой протест против родителей (в данном примере — «родительские» кружки и секции), поэтому они вынуждены соглашаться и подчиняться установленным правилам или требованиям. Но когда ребёнок чувствует, что не готов выполнять эти требования, он может проявлять бунтарское поведение, которое вызывает фрустрацию у родителей, так как они убеждены, что дополнительное образование «обязательно и полезно, развивает ребёнка».

Для профилактики детской агрессивности важны ещё следующие моменты.

Проследите, чтобы агрессивное поведение ребёнка не поощрялось окружающими, чтобы он не получал видимой выгоды от агрессии.

Не допускайте бесконтрольного просмотра мультфильмов, фильмов, телепередач, видеофильмов, игр на компьютере. Выбирайте видеопродукты без элементов насилия, агрессии.

Не наказывайте своего ребёнка за то, что позволяете делать себе.

Не изменяйте своих требований по отношению к ребёнку в угоду чему-либо. Несправедливость требований родителей часто происходит вследствие их внутреннего состояния. Например, раздражение родителя приводит к тому, что ребёнок получает наказание за то, на что обычно родители не обращают внимания (например, неубранные

вещи). У ребёнка возникают путаница из-за непоследовательного поведения взрослых, а также чувство несправедливости, обида и агрессия.

Принципы общения с агрессивными детьми следующие.

Помогайте ребёнку осваивать конструктивные способы разрешения проблем (преодоления препятствий). Покажите, что есть более эффективные и безопасные способы, чем физическое нападение. Объясните ребёнку, почему его поведение неправильно, но будьте предельно кратким.

Помогайте ему лучше узнать себя и других людей. Не исключено, что ребёнок ведёт себя агрессивно потому, что не видит другого способа самоутвердиться или воспринимает мир как враждебный.

Никогда не унижайте достоинство ребёнка, не произносите фраз типа: «Ничего путного из тебя не вырастет!» К сожалению, в большинстве случаев за критикой его отдельных поступков он чувствует неприятие его в целом. Взрослые зачастую используют такие фразы: «Ты хулиган», «Ты ничтожество», «Зачем я только тебя родила?»

Показывайте ребёнку личный пример конструктивного (неагрессивного) поведения. Увы, приступы злобы, разрушительных желаний посещают и взрослых, но они умеют осознавать и контролировать эти импульсы. Поэтому важно не «запрещать» ребёнку быть агрессивным, а научить его узнавать чувства и не бояться их (управлять ими, не причиняя вреда ни себе, ни другим). Конечная цель преодоления агрессивности ребёнка состоит в том, чтобы дать ему понять: есть иные способы проявления силы и привлечения внимания, гораздо более приятные с точки зрения ответной реакции окружающих.

Ещё один важный нюанс: чтобы справиться с детской агрессией, все взрослые, в первую очередь, *должны действовать одинаковыми методами*. То есть, если папа за агрессию физически наказывает, педагог пытается разговаривать, а бабушка с мамой вообще не акцентируют на этом внимание, то ребёнок так и не научится контролировать свои агрессивные чувства и дей-

ствия (что может проявиться в ещё большем усилении агрессивного поведения, так как от взрослых нет чётких норм поведения).

Подведём промежуточный итог: выше были раскрыты особенности детского поведения — замкнутость/агрессивность. Автор акцентирует внимание на том факте, что некоторые «сложности поведения» ребёнка, его психологические дисгармонии — это влияние особенностей отношений со взрослыми. И, в зависимости от индивидуальных особенностей, одни дети замыкаются в себе (оборонительная позиция), другие пытаются напасть первыми (враждебная позиция, агрессия).

Завершая статью, хочется отметить тот факт, что самым большим испытанием для взрослых на тренингах является развитие умения принимать ребёнка таким, какой он есть, а не таким, каким хотели бы его видеть. Кроме этого, существует нерушимая уверенность многих родителей и педагогов в том, что обнаружение недостатков — самое главное в воспитании и обучении; даже поддержать ребёнка — это указать на то, что у него не получается. Но когда взрослые обращают внимание в основном на то, что ребёнок не сделал/не умеет, то может ли критика увеличивать желание чем-то заниматься? Критика и наказание мотивируют только на то, чего не нужно делать. А если ребёнка всё время ругают, критикуют, то что он думает о себе? И зачем ему стремиться к чему-то, если ничего хорошего всё равно не получится?

Поэтому после большого блока теоретической информации автор статьи предлагает небольшой практикум. Психологически верно наказывать и поощрять не самого ребёнка, не его личность, а конкретные поступки (более подробно — см. приложение). Например: «Опять ты устроил беспорядок (получил двойку, не выучил уроки), у меня уже нет сил это всё терпеть!», «Я расстраиваюсь, когда ты устраиваешь беспорядок (получаешь двойки, не делаешь уроки)». Пример демонстрирует, что для коммуникации опасны ты-сообщения (начинаются с ты, тебе, из-за тебя и др.). Обвинительный тон такого рода предложений не только отдаляет нас от детей, но и заставляет их отстраняться и принимать оборонительную/враждебную позицию. Выражать недовольство

можно и нужно, но не самим ребёнком, а его действиями. Я-сообщения содержат личные местоимения, как правило, они начинаются словами: я не люблю, меня утомляет, мне не нравится и т.п. Основной посыл, который от вас в данном случае получает ребёнок, звучит так: «Ты мне дорог, но твой поступок меня огорчает».

Попробуйте заменить типичные ежедневные фразы-требования и обвинения на Я-сообщения (можно изначально прописать ваши варианты на бумаге). Научиться говорить в формате Я-сообщения непросто. Для этого желательно тренироваться, чтобы новая форма общения вошла в привычку. Безусловно, в повседневной речи не получится придумать красивые предложения (какие часто встречаются в книгах по детско-родительским отношениям), но главное — придерживаться схемы Я-сообщения. Важно отслеживать и удалять из коммуникации предложения, которые начинаются с местоимения первого лица, а заканчиваются упреком: «Мне не нравится, что ты всегда себя плохо ведёшь!» (обобщение), «Я помогаю тебе делать уроки, работаю, с ног валюсь, а тебе хоть бы что!» (обвинение), «Я расстроюсь, если ты не получишь пятёрку» (манипуляция).

Необходимо не просто излагать свои чувства и ставить условия, нужно сообщать ребёнку о своих истинных переживаниях. Например: «Меня беспокоит, что уроки до сих пор не сделаны. Я злюсь, что разговор о выполнении домашних заданий превращается в ежевечернюю привычку. Я хочу, чтобы уроки выполнялись до 8 часов вечера» (Я-сообщение)/«Меня беспокоит, что уроки до сих пор не сделаны. Опять, как и вчера, ничего не сделано. Мне это надоело. Не успел сделать до 8 часов вечера — будешь до утра уроки делать» (ложное Я-сообщение).

Родителям важно помнить, что само по себе применение техники Я-сообщений вовсе необязательно означает, что ребёнок примет нашу позицию и будет ей следовать (согласится с вашим видением ситуации и точкой зрения). Однако ваша точка зрения будет ему доступна и открыта, она приглашает ребёнка к диалогу, даёт возможность высказать своё мнение и прийти к взаимопониманию. Тем самым взрослый

учит уважать границы (свои и чужие), принимать правила и следовать им, нести ответственность за слова и действия. Если ребёнок получает адекватную обратную связь от взрослого, то он корректирует своё поведение и саморегуляцию. Если этого не происходит, то взрослому важно понять причину. Например: перед ребёнком стоят нереалистичные задачи? Или не хватает опыта? Он не знает альтернатив поведения? Принятие, а не критика, в процессе воспитания и обучения даёт больше ресурса для сотрудничества взрослого и ребёнка. Если есть ценность отношений, радость от совместной деятельности, важность взаимопонимания, то такое поле совместимости поддерживает ребёнка, помогает ему развиваться.

Приложение

- Основные психологические нюансы в применении наказания и похвалы
- Наказание детей следует применять только тогда, когда исчерпаны все другие методы воздействия: убеждение, объяснение неприемлемости его поведения, поиск компромисса и т.п. Любые проблемы и вопросы важно решать мирным путём: договаривайтесь, объясняйте ребёнку свою точку зрения и всегда выслушивайте его. Каждый раз убеждайтесь, что ребёнок *действительно слышит и понимает то, что вы ему говорите*.
- При наказании ребёнок должен быть уверен, что наказание справедливо, что его по-прежнему любят и даже будучи наказанным, он не останется без родительской любви. Ребёнок должен быть информирован о том, за какие проступки последует наказание и в какой форме. Спокойно предупреждайте ребёнка заранее, за что и как он может быть наказан. Но только не угрожайте и не запугивайте, иначе малыш будет испытывать страх за каждое своё действие. Несправедливо и бессмысленно наказывать ребёнка за то, что он нарушил неизвестное ему правило. А в случае когда ребёнок заранее предупреждён, право выбора остаётся за ним (следовать правилу или нарушить его).
- Наказание детей должно быть последовательным, а не от случая к случаю; должно носить временный характер («Ты не будешь смотреть мультики сегодня вечером»). Если вы наказываете ребёнка

за какой-либо проступок, то помните, что лучше наказывать, лишая чего-то хорошего, чем делая ему плохо. Тогда ребёнку действительно будет о чём сожалеть. Нельзя наказывать лишением еды, прогулки или других жизненно необходимых потребностей ребёнка, а также нельзя наказывать трудом (например, мыть посуду или подметать после провинности).

- Наказание всегда должно быть обдуманым и логичным. Причём за один проступок должно быть одно наказание. При наказании детей следует исключить припоминание прежних проступков, а говорить нужно только о том, за что он наказывается именно сейчас.
- Похвала нужна, когда она имеет смысл. Поэтому нет смысла в похвале того, что находится вне контроля ребёнка — ум, привлекательность, художественный талант. Лучше хвалить за качества, которые он сам (или с вашей поддержкой) выработал: за ответственность, усердие, честность. А похвала не за усилие (достижение) не даёт никакого стимула к развитию.
- Похвала и поощрение должны производиться вовремя. Они не должны как запаздывать, так и даваться слишком быстро. Похвала, данная вовремя, приведёт к концентрации усилий, а запоздалая похвала не будет иметь должного эффекта.
- Ребёнок всегда должен понимать, за что именно его хвалят. И это будет цениться им гораздо сильнее. Если вы говорите малышу: «Я рада, что ты дал поиграть товарищу со своей любимой машинкой», то это звучит гораздо точнее, чем «Молодец». После таких слов ребёнок и дальше захочет делиться своими игрушками.
- Важно как хвалить, так и наказывать за конкретный поступок ребёнка, а не его личность в целом (например: «Хорошо, что ты убрал все вещи в шкаф», а не «Ты молодец!» или «Я огорчена, что ты не сделал уроки», а не «Ты плохой сын!»). □

Литература

1. Гиппенрейтер Ю.Б. У нас разные характеры. — М.: Астрель, 2016. — 256 с.
2. Калина О., Панкова Т. Трудно быть ребёнком. Детско-взрослый психологический словарь. — М.: Форум, 2011. — 192 с.

3. Кузьмина А.А. Семья: родители, дети и их отношения. — Казань: Бук, 2018. — 108 с.
4. Лютова Е.К., Моница Г.Б. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. — СПб.: Речь; М.: Сфера, 2010. — 136 с.
5. Мурашова К. Все мы родом из детства. — М.: Самокат, 2017. — 360 с.
6. Мурашова К. Любить или воспитывать? — М.: Самокат, 2017. — 352 с.
7. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. — М.: Институт психотерапии, 2003. — 320 с.
8. Петрановская Л. Если с ребёнком трудно. — М.: АСТ, 2016. — 144 с.
9. Петрановская Л. Тайная опора. Привязанность в жизни ребёнка. — М.: АСТ, 2017. — 288 с.

Literatura

1. Gippenreiter Yu.B. U nas raznye haraktery. — M.: Astrel', 2016. — 256 s.
2. Kalina O., Pankova T. Trudno byt' rebyonkom. Detsko-vzroslyj psihologicheskij slovarik. — M.: Forum, 2011. — 192 s.
3. Kuz'mina A.A. Sem'ya: roditeli, deti i ih otnosheniya. — Kazan': Buk, 2018. — 108 s.
4. Lyutova E.K., Monina G.B. Shpargalka dlya roditelej: Psihokorrekcionnaya rabota s giperaktivnymi, agressivnymi, trevozhnymi i autichnymi det'mi. — SPb.: Rech'; M.: Sfera, 2010. — 136 s.
5. Murashova K. Vse my rodod iz detstva. — M.: Samokat, 2017. — 360 s.
6. Murashova K. Lyubit' ili vospityvat'? — M.: Samokat, 2017. — 352 s.
7. Ovcharova R.V. Psihologicheskoe soprovozhdenie roditel'stva. — M.: Institut psiho-terapii, 2003. — 320 s.
8. Petranovskaya L. Esli s rebyonkom trudno. — M.: AST, 2016. — 144 s.
9. Petranovskaya L. Tajnaya opora. Privyazannost' v zhizni rebyonka. — M.: AST, 2017. — 288 s.