



СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ

Нина Неупокоева,

профессор областного Института повышения квалификации и переподготовки работников образования, кандидат психологических наук

На селе до сих пор во многом сохраняется устойчивый семейный образ жизни, гармоничные отношения. Особенно в семьях, которые трудятся, прививают любовь к труду детям. До недавнего времени на селе не было беспризорных детей, так как здесь их воспитывают всем миром. Эта тенденция устойчиво сохраняется в сельской жизни до сих пор. Дети всегда на глазах взрослых, если не своих родителей, то соседей, дальних родственников, просто сельчан. Детей накормят, обогреют, дадут совет. Сегодня на помощь сельчанам пришли психологи. Дети свободно могут прийти в кабинет психолога, порисовать, послушать музыку, почитать или просто поговорить. В этом особенность психолога сельской школы — он всегда рядом с детьми, доступен, его не боятся, к нему можно запросто зайти после уроков, в свободное время. Психолог открывает ребёнку мир, помогает понять большую жизнь за пределами школы, дома, села. При этом психологи выявляют проблемы в детско-родительских отношениях, способы проявления любви к детям, проблемы в поощрении и наказании детей. Появилось и новое

тревожное явление в сельской семье — безответственность за судьбу детей, безразличие к школьной жизни, незаинтересованность в ней, сужение проблем семьи до быденного уровня — как добыть пропитание и саму необходимую одежду.

Работу с родителями мы ведём совместно с учителями. Выбрали два направления: родительские собрания и организацию клуба для родителей. Клуб был создан для родителей учащихся начальных классов. И для нас, и для родителей это новая форма работы, требующая осмысления, совершенствования.

Посетители клуба — относительно постоянный состав родителей — 20–25 человек. Уже в предварительной беседе они показали высокую заинтересованность в воспитании детей, в улучшении отношений в семье. На занятия клуба приходили не только родители, но и бабушки и дедушки ребят. Занятия в клубе вёл школьный психолог совместно с психологом из областного института повышения квалификации учителей. Главная идея занятий в клубе высказана самими родителями: как любить детей. Мы совместно искали ответ на





этот вопрос. После занятий мы отвечали на многочисленные вопросы, проводили индивидуальные консультации по запросу родителей. Запрос к психологу формулировался заранее в письменной форме или непосредственно после занятия.

Вот тематика занятий клуба в первый год:

- ◆ Сентябрь — «Безоговорочная любовь родителей».
- ◆ Октябрь — «Ребёнок и его чувства».
- ◆ Ноябрь — «Как передать любовь детям».
- ◆ Декабрь — «Шкала ценностей».
- ◆ Январь — «Что препятствует развитию детей».
- ◆ Февраль — «Дисциплина и наказание».
- ◆ Март — «Учитесь прощать».
- ◆ Апрель — «Уважение к детям».

Поскольку в сельской библиотеке литературы по проблемам воспитания детей недостаточно или совсем нет, предлагаем краткие тезисы бесед психолога на заседании клуба для родителей.

Первое занятие. Безоговорочная любовь родителей

«Любовь долго терпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносится, не гордится, не бесчинствует, не ищет своего, не раздражается, не мыслит зла, не радуется неправде, а сорадуется истине, всё покрывает, всему верит, всегда надеется, всё переносит» (Новый завет). Эти мудрые слова лежат в основе всех взаимоотношений, основанных на любви.

Настоящая любовь безоговорочная и должна проявляться во всех искренних отношениях. Именно такая безусловная, не зависящая ни от чего любовь и является фундаментом, на котором основаны надёжные взаимоотношения с детьми. Без этого не-

возможно проникнуть в душу ребёнка, оценить его поведение и понять, как справиться с его непослушанием. Благодаря любви родителей к детям удовлетворяется важнейшая эмоциональная потребность детей — в любви. Это основа душевного благополучия в семье. Любовь к детям позволяет родителям овладеть искусством воспитания.

Любить ребёнка — значит принимать его, понимать, чутко относиться к его душевному состоянию, к его стремлениям, влиять на развитие эмоций и чувств.

Второе занятие. Ребёнок и его чувства

Ребёнок с рождения обладает поразительной способностью к эмоциональному восприятию. Он исключительно чувствителен к тому, как настроена мать. При первой встрече с матерью, которая не хотела его появления на свет, он плохо сосёт грудь, появляется беспокойство и раздражительность, явно заметно, что он несчастен. Первое впечатление о мире ребёнок получает через эмоции. Каждый ребёнок своим поведением спрашивает родителей: «Вы меня любите?» Он жаждет их любви. Если родители любят ребёнка безо всяких условий, он чувствует это. Если же мы любим его условно — в зависимости от его успехов, поведения, то теряет уверенность в себе, становится тревожным, напряжённым. Своим поведением ребёнок показывает нам, в чём он больше нуждается, каковы его эмоциональные потребности; как правило, ему нужно больше любви, больше дисциплины, больше признания его как личности, больше понимания. Нужно уметь показать свою любовь к ребёнку. Наши поступки действуют на детей гораздо сильнее, чем слова. Образ жизни семьи — вот осно-



Нина Неупокоева

СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ



ва воспитания. Если эмоциональные потребности ребёнка удовлетворяются, он будет оптимистичным, будет успешно развиваться. За эмоциональное благополучие детей отвечают родители!

Как правило, занятия в клубе заканчиваются несколькими вопросами, которые подводят итог теме. Родители охотно участвуют в этом итоговом собеседовании.

Третье занятие. Как передать любовь детям?

Родительская любовь поможет ребёнку ощущать себя нужным, счастливым, защищённым, а затем научиться безоговорочно любить других, особенно своих будущих избранников и детей.

Американский психолог Кэмпбелл выделяет несколько способов выражения любви к ребёнку: **контакт глаз, физический контакт, пристальное внимание.** Именно те дети, которым недостаёт эмоциональной связи с родителями, становятся «трудными» подростками. Поэтому родители должны сконцентрировать своё внимание на всех аспектах проявления любви к своему ребёнку.

Контакт глаз. Открытый, естественный, доброжелательный взгляд прямо в глаза ребёнку существенно важен не только для установления хорошего общения с ним, но и для удовлетворения его эмоциональных потребностей. Если взгляд родителей выражает любовь и доброжелательность, ребёнок научится так же смотреть на людей.

Физический контакт. При общении с детьми необходимо использовать нежное ласковое прикосновение, в этом случае ребёнок чувствует себя уверенно и спокойно. Для ребёнка жизненно важным являются активные проявления нежности (обнять, поцеловать, погладить, побаюкать и др.).

Для мальчиков это важно в раннем возрасте: чем меньше мальчик, тем это важнее. При этом для девочки физический контакт (особенно внешнее проявление нежности) становится с годами важнее и достигает пика в возрасте 11 лет.

Пристальное внимание. Когда родители уделяют своему ребёнку пристальное внимание, это означает, что мы сосредоточиваемся на нём полностью, не отвлекаясь на мелочи. Ребёнок должен чувствовать себя значимой личностью, которую оценивают по достоинству. Пристальное внимание позволяет ребёнку почувствовать, что он в глазах своих родителей самый важный человек в мире.

Вопрос для итогового собеседования:

◆ Какие существуют основные способы выражения любви к ребёнку? Используйте ли вы эти способы?

Четвёртое занятие. Шкала ценностей

Родители должны определить, что является наиболее важным, первостепенным в жизни. Где на этой шкале ценностей находится ваш ребёнок? Занимает ли он первое место? Исследования психологов показывают, что во всех семьях, где складываются счастливые, устойчивые отношения, родители обладали сходной системой ценностей: нравственно-этические ценности, добро, порядочность, ценность семьи. Это не означает, что нужно пренебрегать другими аспектами жизни, но разумнее постоянно контролировать время, которое мы тратим на второстепенное, и не позволять менее важным ценностям занимать слишком большое место в жизни.

Задание. Составьте шкалу ваших ценностей в жизни. Проанализируйте их, подумайте над тем, как вы передаёте эти ценности своим детям в повседневной жизни.





Пятое занятие. Что препятствует развитию детей

Очень часто — эгоистическое чувство родителей, когда они считают детей своей собственностью. При этом они стремятся всячески подчинить ребёнка, показать его зависимость от них. Такая позиция родителей препятствует эмоциональному росту детей, не удовлетворяет их эмоциональные потребности, поощряет зависимость ребёнка от родителей, снижает его самоуважение, его самооценку, уверенность в себе. Если родители пренебрегают правом ребёнка на независимость, на самостоятельное решение, поступок, то он вырастет слишком зависимым от взрослых, чересчур послушным и не сможет научиться самостоятельно жить во взрослом мире. Он может легко стать добычей более сильных, властных и криминальных людей (банды, мафии, секты).

Вопросы для собеседования:

- ◆ Чем грозит детям родительская гиперопека?
- ◆ Как избежать чрезмерной зависимости детей от родителей?

Шестое занятие. Дисциплина и наказание

В воспитании детей дисциплина — это тренировка ума, характера ребёнка, самостоятельности, умения владеть собой. Вот некоторые приёмы воспитания дисциплины у детей: достойный пример взрослых, объяснение ситуации, систематические требования, предоставление ребёнку возможности самому учиться и набираться жизненного опыта, в том числе и умения чередовать труд и отдых. Дисциплины легче добиться, когда ребёнок чувствует, что его искренне любят, хотят ему добра. В другой ситуации он рассматривает каждую просьбу и требование взрос-

лых как навязанную ему повинность и активно сопротивляется.

Наказание — это наиболее отрицательный способ достижения дисциплины, Телесное наказание приводит к дегуманизации, деградации отношений и унижению ребёнка. В этом случае не появляется необходимое чувство вины, а это препятствует развитию полноценного осознания себя как личности, формирует агрессивность. Использование телесных наказаний переходит из поколения в поколение. Наказанием нельзя злоупотреблять, при всех случаях оно должно быть справедливым.

Плохое поведение ребёнка нельзя прощать. Но первый шаг — это не наказание. Конечно, лучше справляться с плохим поведением положительными средствами, убеждением, разъяснением.

Вопросы для беседы:

- ◆ В чём заключается отрицательная роль физических наказаний?
- ◆ Как в вашей семье воспитывается у детей дисциплина?

Седьмое занятие. Учитесь прощать

Родители должны уметь прощать ребёнку какой-либо проступок, если он искренне переживает. Это поможет ребёнку понять, что родители беспокоятся о нём, готовы ему помочь и любят его, несмотря ни на что. Если ребёнку стыдно за свой неблагоприятный поступок, это значит, что его совесть активна и развита. Неблаговидный поступок и связанные с ним муки совести научат ребёнка, как не надо себя вести. Наказание в этом случае может заглушить чувство вины, притупить угрызения совести, и ребёнок снова начнёт безобразничать. Здоровая, живая совесть — лучшее средство против повторения ошибочных действий. Неж-



Нина Неупокоева

СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ



ность, сострадание, милосердие и прощение учат детей чувствовать, что происходит с человеком, когда его прощают, иначе чувство вины замучает его в будущем. Старайтесь вдумчива подходить к наказанию, понимать, что можно простить, а что нельзя.

Вопросы для собеседования:

- ◆ В чём положительная роль прощения?
- ◆ Умеете ли вы прощать своих детей?

Восьмое занятие. Уважение к детям

Взрослые привыкли воспринимать уважение односторонне, детям постоянно твердят, что нужно уважать старших. Но часто ли мы говорим о том, что старшие тоже должны уважать детей? А между тем это совершенно необходимое условие для создания тёплых, доверительных отношений с ребёнком.

Уважение — это подтверждение значимости человека в мире. Так же, как дети должны уважать старших, родителям надо учиться уважать своих детей, чтобы создать благоприятную обстановку для ребёнка. Вы должны ценить, что ребёнок есть на этом свете, стараться не пропустить ни одного момента в его развитии. Цените наивность, чистоту, честность, любознательность детей. Много из того, что они говорят, поможет вам по-новому взглянуть на жизнь. Януш Корчак отмечал, что маленькие дети — поэты и философы, взрослым важно сохранить у детей ощущение радости жизни.

Вопросы для собеседования:

- ◆ Почему уважение к детям важно для их личностного развития?
- ◆ Как вы проявляете уважение к ребёнку в своей семье?

После первого года занятий клуба для родителей мы провели анкету среди детей тех родителей, которые посещали занятия. Цель анкеты заключалась в том, чтобы узнать мнение детей о межлично-

стных отношениях в семье и тем самым оценить результат работы клуба. Дети отвечали на такие вопросы анкеты:

1. Кого бы ты позвал с собой, если б у тебя было 2 билета в цирк — маму или папу?
2. Кто остаётся с больным, когда вся семья идёт в гости, на работу?
3. Кого ты позовёшь на помощь при постройке крепости?
4. Кого ты оставишь дома, если не хватает одного билета на концерт?
5. С кем бы ты хотел жить на необитаемом острове?

На анкету отвечали учащиеся 1-го и 2-го классов, всего 20 человек, именно их родители посещали клуб для родителей.

Результаты анализа анкет таковы. Половина детей позвали бы с собой в цирк маму (10 человек) и 7 человек — папу. Брату билет отдали бы 2 ребёнка. С больным чаще всего остаётся мама — 7 человек, всего один папа и в 9 случаях — сам ребёнок. А вот при постройке крепости предпочтение отдаю отцу — 12 ответов и только 6 — маме, 1 брату и 1 деду. Если же не хватает одного билета на концерт, то большинство детей (15 человек) предпочли лишиться себя этого удовольствия, а билеты отдать родителям и братьям (сёстрам). На необитаемом острове 13 ребят хотели бы жить с мамой, пятеро — с отцом, а двое — с дедом и с другими людьми.

Так что в общем дети положительно воспринимают своих родителей, доверяют им, готовы в трудных ситуациях позвать на помощь, проявляют заботу о взрослых и определённый альтруизм.

Только один ребёнок проявил полную отчуждённость от родителей: в цирк взял бы кота, на необитаемом острове хочет жить один. Для нас это сигнал: нужна более углублённая индивидуальная помощь семье, так как в ней нет взаимопонимания и контактов между родителями и детьми.





Проблему второго года обучения родителей мы обозначили так: «Тренинг эффективного родителя». Эпиграфом к этому тренингу стали слова поэта:

Я хочу любить тебя, но не держать тебя,
Я хочу ценить тебя без рассуждений,
Я хочу присоединиться к тебе, но не
вторгаться в тебя,
Я хочу просить, но не требовать,
Я хочу покинуть, но не упрекать,
Я хочу помочь, не упрекая в неумении,
Если мы оба будем хотеть этого,
То мы сможем встретиться.

Занятия строили полностью в форме беседы «на заданную тему». Родители сами искали ответы на многие вопросы. Мы им помогали, комментировали ситуации.

Первое занятие. Детские проблемы и помощь взрослых

Американский психолог Т. Гордон считает, что «владение проблемой» — решающее условие в построении взаимоотношений между детьми и воспитателями. Вопрос родителям: оказывает ли поведение ребёнка ощутимое влияние на вас? Чувствуете ли вы, что оно мешает, раздражает вас? Большинство ответов на этот вопрос утвердительны. Значит, это проблема самих родителей. Если ответ отрицательный, то проблема относится к ребёнку.

Дети никогда не свободны полностью от жизненных неурядиц. Они способны часть из них решать самостоятельно, а часть просто отодвигают. Что же должен делать взрослый с проблемами детей? Игнорировать, восстанавливать порядок с помощью угроз и наказаний? Нерешение детских проблем приводит к стрессу, нежеланию учиться, что-либо делать. Но часто по неосведомлённости родители вместо помощи оказывают ан-

типомощь. Рассмотрим способы псевдопомощи, разработанные Т. Гордоном.

- ◆ Приказы, команды, жёсткие указания (например: хватит тебе жаловаться, работай, учишься хорошенько, сам виноват во всём).
- ◆ Предупреждение, угроза («Тебе лучше бы заняться делом, если ты собираешься получить хорошую оценку»).
- ◆ Морализаторство, поучение, наставление (например, «Давай взглянем на факты. Вспомни: осталось 10 дней до экзаменов!»).
- ◆ Совет, предлагаемое решение (например, «Тебе надо разработать хороший распорядок дня, тогда ты будешь всё успевать делать»).

Эти советы якобы предлагают ребёнку разрешение проблемы. Но это не так. Как вы считаете, почему это не поможет? Предложите своё решение.

Следующие три блока содержат осуждение, оценку и подавление. Проанализируйте их с позиции успешности или неуспешности решения детских проблем.

- ◆ Порицание, критика, осуждение (например, «Ты попросту бездельник»).
- ◆ Наклеивание ярлыков (например, «Ты ведёшь себя, как маленький», «как дебил»).
- ◆ Отрицательное истолкование поведения ребёнка, оценка, «диагноз» (например, «Ты просто стараешься увильнуть от этого задания»).

Ещё два блока — поощрительные, одобряющие.

- ◆ Поощрение, соглашение, положительная оценка (например, «Ты ведь очень способный мальчик. Я уверен, что ты найдёшь выход из этой ситуации»).
- ◆ Одобрение, симпатия, поддержка (например, «Ты не первый, кто переживает такое. Поверь, ты привыкнешь и станет легче»).

Следующий блок — вопросы.

- ◆ Вопросы-допытывание (например, «Ты думаешь, что задание слишком трудное?»)

Нина Неупокоева

СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ



Сколько времени ты на него потратил?», «А другой способ не искал?»).

Последний блок — смена темы, отвлечение.

◆ Уход, отвлечение, сарказм, юмор, развлечение (например, «Успокойся, давай поговорим о чём-нибудь приятном», «Сейчас не время думать об этом» и т.д.).

Психологи считают, что подобных методов надо избегать, так как они закрывают пути к разрешению проблем ребёнка, мешают ему.

Предложите ваши способы решения детских проблем.

Детские проблемы так же реальны, как и взрослые, столь же серьёзны, а порой и трагичны.

Второе занятие. Когда поощрение, стремление помочь вредят ребёнку

Поощрение часто используется дома и в школе как надёжный способ воздействия на ребёнка. Взрослые считают: похвалите детей, и они горы свернут. Взрослые обычно отвергают мысль о том, что поощрение может быть препятствующим общению. Вот ситуации, когда поощрение взрослого создаёт психологические барьеры в общении с детьми:

◆ Если у ребёнка возникают свои проблемы, которые обычно приносят ему несчастье или вызывают недовольство собой, поощрение либо не имеет успеха, либо не будет услышано. Ребёнок подумает, что взрослый не понимает его или действует нарочно («Мне плохо, а он не видит этого, то ли?»).

◆ Когда отношения «ребёнок-взрослый» находятся в беспроблемной сфере, спонтанное, естественное поощрение ребёнок относит к своему успеху и тем самым нередко переоценивает себя, свои результаты. Незаслуженное поощрение формирует завышенную самооценку, ребёнок более болезненно

начнёт переживать неудачи, проявлять безволие.

◆ Когда поощрение используется с целью влияния на ребёнка, чтобы он выбрал «правильное» поведение, ребёнок начинает подозревать, что такое поощрение искусственно, неискренне. («Меня хвалят, потому что хотят, чтобы я всё время вёл себя именно так», — может подумать ребёнок.)

◆ Поощрение, адресованное одному или нескольким детям, часто воспринимается остальными как негативная оценка. А ребёнок, который привык получать поощрение, может почувствовать, что его оценивают отрицательно, если только его не хвалят!

Вопросы нередко действуют как тормоз в общении, если у человека возникли проблемы. Почему так получается? Потому что люди чувствуют опасность, когда кто-то пытается глубоко проникнуть в их переживания, которыми они не хотят делиться с кем-то другим. И «закрываются» в самозащите. Вопросы часто отвлекают, запутывают, они или неуместны или заданы «не по делу».

Вопросы для беседы:

- ◆ Приведите примеры из вашей практики общения с детьми.
- ◆ Часто ли вы оказываете детям антипомощь?

Третье занятие. Принятие ребёнка

Стать активным, вырваться из горьких мыслей и переживаний ребёнок сможет лишь тогда, когда почувствует: его принимают таким, каков он есть. Психолог Т. Гордон пишет в связи с этим: «Это один из самых простых, но сильных парадоксов жизни: человек чувствует, что другой искренне принимает его, и начинает думать о том, что стоит измениться. Появляется желание расти, стать другим, приходят мысли о том, что можно стать лучше, сделать больше».

35





Принятие — это благодатная почва, которая позволяет крохотному зёрнышку стать цветком, раскрывая способности семени к росту. Юная личность обладает мощной способностью к развитию. Принятие — почва, на которой вырастают и крепнут победы человеческих возможностей.

Многие родители и учителя уверены, считает Гордон, что если они будут принимать ребёнка, он останется таким, какой он есть, и что лучший путь помочь ребёнку стать лучше в будущем — сказать ему, что им не нравится в нём сейчас.

Поэтому многие взрослые полностью полагаются на язык неприятия. Они уверены, что это лучший путь помочь молодым людям. Почва, которую многие взрослые готовят своим детям, отяжелена оценкой, осуждением, критикой, уговариванием, морализированием, требованиями и командами — средствами, которые изначально содержат в себе неприятие ребёнка таким, каков он есть. Говорите ребёнку достаточно часто, что он плох, и он действительно станет плохим. Молодые люди часто становятся такими, какими их считают взрослые. Неприятие «закрывает» ребёнка, делает его зависимым. Принятие, напротив, помогает ребёнку стать открытым, побуждает его доверительно разделять свои чувства и проблемы со взрослыми. Но бесспорно, принятие — это не безразличие к недостаткам ребёнка, к его дурным поступкам.

Вопросы для беседы.

- ◆ Какой вред приносит ребёнку его неприятие со стороны родителей?
- ◆ Приведите примеры из своего опыта общения с детьми.

Четвёртое занятие. Умение слушать — источник активности и развития ребёнка

Цель этого занятия — усвоить приёмы слушания, привести примеры из

своей практики. Научиться слушать детей.

Психологи считают, что помочь человеку почувствовать себя принимаемым можно, просто слушая его. Слушающий взрослый приглашает встревоженного ребёнка говорить о том, что его беспокоит, смягчает его отрицательные эмоции и как бы сообщает: «Тебя мы любим и принимаем таким со всеми твоими проблемами». Слушание — краеугольный камень сохранения и стимулирования активности ребёнка. Психологи выделяют четыре различных варианта слушания, которые дают взрослому возможность помочь детям, когда у них есть проблемы.

Пассивное слушание (тишина).

Это мощное невербальное сообщение, которое позволяет ребёнку почувствовать себя искренне принимаемым и воодушевляет его на откровенность.

**Реакция признания, под-
тверждения.** Хорошо помогает, особенно в паузах, использование вербальных и невербальных реплик и намёков, которые означают, что взрослый настроен на волну говорящего ребёнка. Кивание головой, наклон вперёд, улыбка, нахмуривание во время беседы с ребёнком дают ему знать, что его действительно слушают.

«Открытие дверей». Иногда ребёнку нужны дополнительные поощрения, чтобы начать говорить или стать более открытым. Такие замечания психологи называют «открытием дверей». Например, «Не хочешь ли ты рассказать побольше об этом?», «Мне интересно, что ты говоришь». Эти замечания не содержат в себе оценки того, о чём говорится, но свидетельствуют об искренности, заинтересованности взрослого в проблемах ребёнка.

Активное слушание. Оно помогает понять, что стоит за тем или иным высказыванием ребёнка. Слушая, мы анализируем проблему говорящего, пы-



Нина Неупокоева

СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ



таемся понять, какие потребности не удовлетворены. Активное слушание показывает, что мы внимательны к ребёнку, заинтересованы в нём. Вот некоторые приёмы активного слушания. Переформулировка того, что сказал ребёнок: «Таким образом...», «Если я тебя правильно понял...», «Говоря другими словами...» — и далее своими словами нужно изложить суть проблемы. И если ребёнок ответит «Да», значит, наше предположение справедливо. Другим приёмом активного слушания является «настрой» взрослого на ребёнка. Это помогает детям проявлять свои эмоции естественно, они начинают понимать, что чувства — это друзья. Ребёнок не остаётся одиноким со своими проблемами.

Вопросы для беседы:

- ◆ Что такое активное слушание?
- ◆ Какими приёмами слушания пользуетесь вы в общении со своими детьми?

Пятое занятие. Возможность идти к желанной цели

На этом занятии мы обсуждаем, что такое цель, как она изменяет человека, каковы технологии постановки целей.

Совместное с детьми определение ближних и дальних целей улучшает общение в семье, взаимопонимание, благополучие. Цель — это образ конечного результата действия, дела, пути, то есть мысленное представление финала любой человеческой активности. Цель — это мысль. И прежде всего, мысль о себе, о своём собственном «Я». Существует две его стороны: Я-положительное и Я-отрицательное. Чтобы достичь своей цели, надо иметь сильную положительную сторону и превращать минусы в плюсы.

Представьте себе, что вы — парусник в штормящем океане. Почувствуйте себя судёнышком среди огромных волн. Чтобы справиться со стихии,

вы становитесь капитаном корабля, уверенным в себе: «Я знаю, куда я пойду и как надо действовать. Я справлюсь с любым штормом и верю, что сделаю это». Обратите внимание на то, что происходит с вашим телом, как меняются ощущения.

Всё, о чём мы думаем, что произносим, направлено к осуществлению. Если мы говорим и думаем негативно, таковы будут и результаты. Самое простое — это перестать думать о том, чего вы боитесь, и не хотите вступать с ним в единоборство. Человек всегда мечтает о том, о чём хочет, что проще. И так до тех пор, пока не начнёт получать желаемое.

Мы вместе тренируемся в постановке целей и их достижении.

Родители пишут то, что хотят для себя:

- ◆ прямо сейчас;
- ◆ через три часа;
- ◆ через пять дней;
- ◆ через год;
- ◆ через 10 лет.

Затем мы просим их подумать, какую форму — позитивную или негативную — они использовали при разработке своих целей.

Вопросы для итогового собеседования:

- ◆ Что такое цель в жизни человека?
- ◆ В чём заключается отрицательное влияние негативных целей?
- ◆ Какие цели ставите вы вместе с детьми в своей семье?

Шестое занятие. Возможность отвечать за себя

Цель — ознакомить родителей с приёмами воспитания ответственности у ребёнка.

Родители помогают ребёнку ощутить себя ответственным за своё поведение, за собственное становление и развитие. Вместе с тем взрослый





не снимает и с себя ответственности за воспитание. Нередко ребёнок проявляет негативное поведение, что мешает взаимодействовать со взрослыми. Взрослый делает ему замечания. Обычно речевые реакции воплощаются в трёх вариантах: директивные замечания, подавляющие и косвенные.

Директивные замечания содержат информацию о том, что и как надо делать ребёнку. Часто после таких предписаний малыши поступают «назло большому». Ребёнок чувствует подтекст: «Ты плохой и глупый». Существует несколько видов директивных замечаний: приказ, угроза, нотация, поучение, советы. На занятии предлагаем родителям формулировать все виды директивных замечаний. Очень часто директивные замечания не помогают, дети не выполняют требований взрослых. Более того, у них формируется отрицательное отношение к взрослым (придирчивы несправедливы, грубы т.д.).

Подавляющие замечания порочат человека, обесценивают его представление о себе, так как содержат негативную оценку, критику, насмешку. Виды подавляющих замечаний: осуждение, обзывание, изобличение, иногда задабривание, ироничные вопросы. Подавляющие замечания несут в себе тяжёлую психическую нагрузку — отрицательные суждения, перекладывающие все проблемы на детей. Подтекст таких замечаний — именно дети доставляют неприятности, надоедают, плохо стараются. Отрицательная оценка, звучащая в адрес детей, формирует у них низкое представление о себе. Ребёнок в этой ситуации вынужден защищаться, возражает, спорит или реагирует пассивно: «Мне всё равно, делайте, что хотите». В этой ситуации взаимопонимания не возникает.

Косвенные замечания включают высмеивание, сарказм. Но и они часто не дают результата, дети попросту не по-

нимают их. К тому же и этот вид замечаний, как и вышеприведённые, разрушают самооценку ребёнка, портят его отношения с родителями. Замечания должны нести ребёнку информацию о том, что чувствует взрослый в ответ на плохое поведение, чего он ждёт от ребёнка.

Согласно психологу Т. Гордону, это должно быть «Я-замечание», в противоположность «Ты-замечанию». В этом случае ребёнок узнаёт: мама переживает, она тревожится, учитель испытывает трудности.

«Я-замечание» пробуждает у детей чувство сопереживания, ответственности. Оно не причиняет обиды ребёнку, не портит отношений, пробуждает желание измениться.

Вопросы для итогового обсуждения:

- ◆ Какие виды замечаний чаще всего вы используете в семье?
- ◆ Как реагируют на замечания ваши дети?

Седьмое занятие. Конфликты и их разрешение

Цель — ознакомить родителей со способами разрешения конфликтов, осмыслить причины домашних конфликтов.

Ознакомимся с беспроегрывным методом разрешения конфликтов, предложенным американским психологом Т. Гордоном. Обычно конфликты с ребёнком решаются двумя способами: либо в пользу взрослых, когда подавляется желание детей, либо в пользу ребёнка, когда взрослый уступает. В первом случае ребёнок отступает, затаив обиду на взрослого. Во втором — проигрывает воспитатель, испытывающий сложные чувства возмущения, бессилия и униженности. Оба варианта плохи. Т. Гордон предлагает третий вариант — беспроегрывный, без победителя и побеждённых. Суть этого метода в том, что он воплощает поиск ре-

Нина Неупокоева

СЕМЬЯ И ШКОЛА: ОТКРЫТАЯ ДИАЛОГОВАЯ ФОРМА ОБЩЕНИЯ



шения, удовлетворяющего потребности обеих сторон — и взрослого, и ребёнка. Правильная тактика в конфликтной ситуации — предложить ребёнку вместе подумать о том, как выйти из неё, как решить проблему? Поиск решений достигается в шесть шагов.

Первый шаг — определение проблемы. Выясните причины неприемлемого поведения ребёнка. С этой целью полезнее всего выслушать его. Затем сообщите ему о своих потребностях, эмоциях, используя «Я-замечание». Первый шаг завершите формулировкой проблемы (Как извлечь пользу из неинтересного урока? Как пообщаться с друзьями, не побеспокоив домашних?)

Второй шаг — поиск возможных вариантов решения. Искать их надо вместе. Сначала полезно перебрать все приходящие в голову варианты. Это может быть своеобразный «мозговой штурм», когда предлагается любая идея и ни одна из них не критикуется.

Третий шаг — обсуждение и оценка предложенных вариантов решения. Исходный принцип здесь один: должны быть удовлетворены потребности обеих сторон — и ребёнка, и взрослого.

Четвёртый шаг — выбор лучшего решения. При этом нужно задавать друг другу вопросы: «Если мы используем эту идею, что получится?», «Будет ли каждый доволен?», «В чём ошибка этого варианта решения?» Принятое решение можно даже зафиксировать письменно. Пусть обе стороны подпишут договор. Так надёжнее, хотя, на первый взгляд, кажется, что эта формальность ни к чему

Пятый шаг — определить, как выполнить решение: что надо делать для преодоления конфликта, кто несёт ответственность за тот или иной пункт договора.

Шестой шаг — оценка: насколько хорошо намеченный способ действия разрешает проблему. При этом можно спросить друг друга:

«Исчезла ли проблема?», «Ты доволен тем, что мы сделали?», «Как действует наше решение?».

Этот метод позволяет прервать неприемлемое поведение, оставаясь на позиции «рядом с ребёнком», не давя и не уступая его упрямству.

Существует ещё один кардинальный способ разрешения конфликта, когда взрослый использует прямое и чёткое утверждение: «Так вести себя нельзя!» В этом случае даётся оценка поступку ребёнка, а не его личности. Оценка личности, нападки на неё недопустимы, ибо разрушают доброжелательные отношения между ребёнком и взрослым.

Вопросы:

- ◆ Какие методы разрешения конфликта с детьми вам кажутся наилучшими?
- ◆ Как вы преодолеваете конфликты в своей семье?
- ◆ Какие наиболее типичные причины конфликтов?

Восьмое занятие. Какой вы родитель?

Занятие проводится в виде теста — игры.

Отметьте те фразы, которые вы часто употребляете в общении с детьми. Проанализируйте результаты.

1. Сколько раз тебе повторять? — 2 балла.
2. Посоветуй мне, пожалуйста. — 2 балла.
3. Не знаю, что бы я без тебя делал (а)! — 1 балл.
4. И в кого ты только уродился! — 2 балла.
5. Какие у тебя замечательные друзья. — 1 балл.
6. Ну на кого ты похож(а)! — 2 балла.
7. Я в твоё время... — 2 балла.
8. Ты моя опора и помощник(ца)! — 1 балл.
9. Ну что за друзья у тебя! — 2 балла.
10. О чём ты только думаешь?! — 2 балла.
11. Какая же ты у меня умница. — 1 балл.
12. А как ты считаешь, сынок (дочка)? — 1 балл.





13. У всех дети, как дети, а ты? — 2 балла.

14. Какой ты у меня сообразительный(ая)! — 1 балл.

Теперь подсчитайте общее количество баллов и найдите ответ. Конечно, вы понимаете, что наша игра — лишь намёк на действительное положение дел, ведь то, какой вы родитель, не знает никто лучше вас самих.

7–8 баллов — вы живёте с ребёнком душа в душу. Он искренне любит и уважает вас. Ваши отношения способствуют становлению его личности.

9–10 баллов — вы непоследовательны в общении с ребёнком. Он уважает вас, хотя и не всегда с вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

11–12 баллов — вам необходимо быть к ребёнку повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но согласитесь: авторитет не заменит любви. Развитие вашего ребёнка зависит от случая в большей степени, чем от вас.

13–14 баллов — вы сами чувствуете, что идёте по неверному пути. Между вами и ребёнком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять ему побольше внимания, прислушайтесь к его словам.

Это достаточно простая диагностика позволяет родителям задуматься о своих методах общения с детьми, о том, как выстроить отношения любви. После проведения такой игры родители начинают более откровенно рассказывать о проблемах в воспитании детей, думать об их будущем и о собственной старости.

В конце второго года обучения в клубе для родителей мы обратились к их детям с просьбой выполнить рисунок «Моя семья». Рисунков, рассказывающих о детском одиночестве, чёр-

ных экранов телевизора уже не было. Это некоторый показатель успешности работы клуба для родителей. (О рисуночных тестах, позволяющих увидеть семейную проблему изнутри, с позиции подростков, журнал «СП» рассказал в 2-м номере за 2006 г. в статье Неупокоевой. Рисунки детей ярко выявили семейные проблемы — что заставляет детей страдать, испытывать одиночество, а что — наполненность своей жизни в семье. Примечание редакции.)

Клуб для родителей в условиях сельской местности — это активная, диалоговая форма общения школы с семьёй, соответствующая особенностям сельских людей: их открытости в бытовом плане, стремлению узнать что-то новое, интересное, склонность к общинному, коллективному способу решения насущных проблем, особенно таких, как воспитание детей. А будущее детей — одна из самых волнующих тем для жителей села.

Если по каким-то причинам школе не удастся организовать клуб для родителей, эти темы можно взять для обсуждения на классных родительских собраниях, а какую-то одну или две вполне возможно обсудить и на собрании общешкольном, подготовив его с участием школьного психолога.

Отдельные темы можно использовать в процессе индивидуальной работы с трудными семьями, где совершенно разрушены отношения с детьми. Словом, содержание этого открытого диалога с семьёй — «полифункционально», и при вдумчивом его осмыслении (в частности и позиции самих учителей) окажет помощь классному руководителю в самых разнообразных ситуациях.

Курганская область