



«Формирование конструктивных моделей взаимодействия в детско-родительских отношениях»

Психолог МБОУ «Школа №23»:
Роженко Виктория Акифовна



- Воспитание родителей — международный термин, под которым понимается помощь родителям в исполнении ими функций воспитателей собственных детей, родительских функций.
- Воспитание родителей должно прежде всего помочь им обрести уверенность и решительность, увидеть свои возможности и почувствовать ответственность за своих детей

Содержание и сфера употребления термина «воспитание родителей»

В понятие «воспитание родителей» входит	В понятие «воспитание родителей» не входит
<p>Усвоение знаний и навыков по уходу за детьми и их воспитанию</p> <p>Приобретение знаний о нормальном развитии ребенка и необходимых навыков</p> <p>Деятельность, опирающаяся на убеждения, что определенные знания помогут людям стать хорошими родителями и что эти знания можно усвоить</p> <p>Ориентация на поставленные задачи</p>	<p>Психотерапия для родителей</p> <p>Консультации по вопросам брака и семьи или семейная терапия</p> <p>Помощь родителям в их освобождении от комплексов собственного детства</p> <p>Критерии современных детей и молодежи</p> <p>Ориентация на рассмотрение проблем взаимоотношений между людьми</p>

Основные концепции воспитания родителей

- Адлеровская модель (А. Адлер)
- Учебно-теоретическая модель (Б. Ф. Скиннер)
- Модель чувственной коммуникации (Томас Гордон)
- Модель, основанная на транзактном анализе (М. Джеймс, Д. Джонгард)
- Модель групповой терапии (Х. Джинот)
- Модель родительского всеобуча и подготовки молодежи к семейной жизни (И. В. Гребенников)

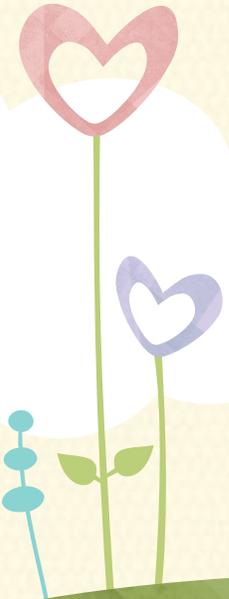


Клуб
осознанного
родительства
«Уроки
общения с
ребёнком»



Цели:

- осознание себя родителем, своей роли, сопричастности своей семье и процессам, происходящим в ней;
- осознание родительского единства со своим супругом/супругой;
- согласование родительских представлений, ролей, позиций, стилей воспитания, установок и ожиданий супругов;
- повышение родительской компетентности;
- развитие компонентов интегральной психологической структуры родительства;
- гармонизация семейных взаимоотношений через формирование культуры переживаний и выражения своих чувств.



Задачи:

- *Психологическое просвещение* - дать родителям знания о механизмах семейных систем, показать влияние их родительских семей на актуальную ситуацию в их собственной семье. Осознание необходимости установления равноправных взаимоотношений с ребенком; знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, с понятием неформального общения.
- *Обучение* - дать определенную модель построения взаимоотношений с детьми и обучить различным навыкам межличностного общения, необходимым для реализации этой модели. Обучение навыкам поддержки, закрепление навыков активного слушания, овладение навыком использования «Я-высказываний» для решения проблем, непосредственно касающихся жизни родителя.
- *Переориентация* - самоисследование родительских позиций, развитие многомерности психологического видения детско-родительских отношений: преодоление уже сформировавшихся стереотипов поведения и паттернов. Осознание неэффективных стратегий родителей; обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.

Методики измерения родительских установок и реакций:

- «Анализ семейных взаимоотношений» (АСВ) Э.Г. Эйдемиллера
- «Тест-опросник родительского отношения» (ОРО) А.Я. Варги и В.В. Столина
- Опросник «Измерение родительских установок и реакций» (PARI) Е. Шефера
- Опросник «Взаимодействие родитель—ребенок» (ВРР)
- Графические методы диагностики

***Гриша (3,5 года) – маме:
– Мама, ну как тебе объяснить!!! Это
нравится тебе. Это не нравится
мне. Мы с тобой разные человеки!!!***

Психодиагностика родительства

- **опросник «Сознательное родительство»** (разработан М. О. Ермикиной Р. В. под руководством Овчаровой, Ю. А. Дегтяревой) для изучения осознанности всех компонентов родительства как интегрального образования личности (родительские позиции, родительские чувства, родительская ответственность, родительские установки и ожидания, семейные ценности, стиль семейного воспитания, родительское отношение);
- **методика «Представления об идеальном родителе»** (разработана Р. В. Овчаровой, Ю. А. Дегтяревой) для изучения представления об идеальном родителе и соотнесения с реальным родителем, включающим эмоциональный, когнитивный и поведенческий аспекты родительства;
- **модифицированная методика «Родительское сочинение»** О. А. Карабановой для изучения особенностей родительской позиции и стиля семейного воспитания;
- **стандартизированная анкета «Принятие родительской роли»** (разработана Н. А. Мальтинниковой под руководством Овчаровой, Ю. А. Дегтяревой) для изучения характера принятия родительской роли (стереотипность, присвоение примера родителей, внезапность перехода к родительской роли, раннее усвоение ответственности) в соотнесении с фактором этнической идентичности родителей (культурная, социальная, личностная);
- **опросник родительской любви и симпатии** для выявления уровня родительских чувств к ребенку, их биологической (родительский инстинкт) и психологической составляющих;
- **методика «Родительская любовь»** (разработан Е. В. Милюковой под руководством Овчаровой, Ю. А. Дегтяревой) для изучения характера родительских чувств и определения компонентного состава (когнитивный, эмоциональный, поведенческий);
- **практикум «Родительские победы и поражения»** по диагностике потребностей родителей в психолого-педагогической подготовке;
- **общая схема** диагностического процесса в работе с семьей.

Данные материалы представлены в книге Овчаровой Р.В. «Родительство как психологический феномен»

Упражнение «Семья нужна человеку для...»

Ответьте на вопрос:

«Зачем нужна семья?»



Упражнение «Ассоциации»

- *Если семья – это постройка, то она...*
- *Если семья – это цвет, то она...*
- *Если семья – это музыка, то она...*
- *Если семья – это геометрическая фигура, то она ...*
- *Если семья – это название фильма, то она ...*
- *Если семья – это настроение, то она...*



Упражнение «Переходим на один язык»

Цель: рефлексия опыта родительства, осознание содержания понятия «родительство», согласование представлений о родительстве в супружеской паре.

Инструкция: каждый участник в течение 2-3 мин. пишет ассоциации к слову «родительство», затем происходит обсуждение ассоциаций в группе.

Далее обсуждается содержание родительства по схеме:

- является ли стремление стать родителем врожденным или приобретается в течение жизни;
- какие факторы влияют на исполнение родительской роли (родительская семья, друзья, мораль общества и т. д.);
- являются ли наши родительские роли (моя и моего супруга), согласованными, в каких сферах воспитания, в каких вопросах чаще возникают разногласия

Упражнение «Родительские установки»

Прошу вас сейчас закрыть глаза, сделать несколько глубоких вдохов и медленных, плавных выдохов, и на фоне расслабленного состояния вспомнить свою родительскую семью, своё детство.

- ✓ Как реагировали родители на ваши шалости, капризы, проступки?
- ✓ Как бы они закончили следующие предложения:

- **Дети плохо ведут себя, потому что...**
- **Непослушный ребёнок – это ...**
- **Родители должны ...**

Упражнение «Родительская семья»

Цель: осознание участниками тренинга тех воздействий, которые оказывает родительская семья на уклад собственной семьи, а также на осознание себя как родителя.

Инструкция: в парах участники анализируют свои родительские семьи таким образом, чтобы найти негативные и позитивные моменты, связанные с воспитанием детей (около 5 позиций).

Следующее задание заключается в том, чтобы определить, что из перечисленного в родительской семье реализуется супружеской парой в своей собственной семье.



Упражнение «Я»-родитель»»

Цель: осознание состояния «Я»-родитель (Э. Берн).

Инструкция: ведущий должен пояснить, что родительское «Я»-состояние, перенятое в детстве от родителей или тех, кто их замещал. Родитель несет в себе преимущественно приказы, запреты и правила. В жизненных ситуациях родительское «Я» включается почти автоматически. Существует две стороны родительского «Я»:

- контролирующая, авторитарная;
- помогающая, ласковая.

Физические признаки контролирующей стороны родительского «Я»: нахмуренный лоб, качание головой, указательный жест, руки на бедрах, щелкание языком.

Физические признаки помогающего родителя: ласковый взгляд, поглаживание, поддерживающие жесты.

Родители должны представить свое родительское «Я» в виде круга, поделенного на две части таким образом, чтобы одна из частей отражала контролирующую сторону «Я», а другая - помогающую сторону. Вопрос соотношения частей должен решить сам родитель.

Упражнение «Кто я в своей семье?»

Отвечать нужно письменно. Чем спонтанней будет ответ, тем лучше.

Запишите, пожалуйста, первый вопрос: «Кто я в своей семье?» и ответьте на него! Кто вы?!

Следующий вопрос: «Кто я в своей семье?»

Готовы к следующему вопросу? Он таков: «Кто я в своей семье?»...



Упражнение «Домашняя утварь»

Цель: получение обратной связи от участников тренинга, актуализация образа «Я», групповое сплочение.

Инструкция: Сейчас вы из самих себя будете строить идеальное жилище для семьи. Каждый из вас станет какой-то частью этого помещения. Пусть каждый выберет себе роль сам, решив, что же требуется для уюта и комфорта в доме.

Обсуждение: группа анализирует процесс «обустройства» дома, обсуждает соответствие избранной роли и внутренней сущности «Я».



Упражнение «Какой я родитель?»

Каждый участник должен записать не менее 15 характеристик – ответов на вопрос: **«Какой я родитель?»** (своими глазами, глазами ребёнка).

Работа в группах – найти общие характеристики и озвучить портрет родителя, который получился.

- *Все ли полученные качества родителя вас удовлетворяют?*
- *А если посмотреть на это глазами ребёнка, ему с таким родителем будет хорошо?*



Упражнение «Зеркало»

Цель: помочь участникам осознать и сформулировать свои личностные затруднения в сфере родительства, дать понять, что родители не одиноки в своих переживаниях, что проблемы присутствуют во всех семьях.

Инструкция: участникам дается задание поделить лист бумаги на две части и закончить следующие предложения (первая часть): «В родительстве мне нравится...», (вторая часть): «В родительстве особенно трудно и неприятно...».

Групповое обсуждение строится по схеме:

- какие проблемы я выделяю;
- какова моя роль в возникновении проблем;
- как изменится ситуация, если проблема будет решена;
- как можно решить данные проблемы;
- чего больше в родительстве: радостей или огорчений;
- в чем наши сильные стороны, которые сближают нас с супругом и делают семью защищенной?

Закончите высказывания...

- Особенно мне нравится, когда ...
- Мне бывает...
- Думаю, что самое важное для моего ребёнка...
- Мой ребёнок...
- Чего мне иногда по-настоящему хочется, так это...
- Стыдно, когда я...
- Думаю, что самое важное для меня, как для родителя...
- Мне особенно приятно...
- Мне бывает неловко перед ребёнком, когда...



Упражнение «Кнут и пряник»

Четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия нужно хотя бы восемь объятий в день! Не только ребенку, НО И ВЗРОСЛОМУ...

Вирджиния Сатир

- Разделите лист на две части. Слева запишите, пожалуйста, все претензии, упреки, критические замечания, которыми вы наградили ребенка за последние несколько дней! (Записываем!)
- Когда закончена работа над этим столбиком, объявляем второй этап задания: на другой половине листа записываем все слова любви, одобрения, поддержки, все невербальные знаки внимания, признательности, которыми мы одарили свое чадо за этот же срок.
- Проанализируйте результаты!



Упражнение «Гипербола»

Цель: показать участникам возможность анализа любой ситуации, без критики и осуждения, оказывая поддержку.

Инструкция: упражнение выполняется в супружеской паре. Один из партнеров рассказывает о своем затруднении. Второй должен проанализировать ситуацию таким образом, чтобы найти сильные стороны в поведении партнера и подробно рассказать о них. Затем партнеры меняются местами.

Следующий этап выполнения этого упражнения заключается в том, что один из партнеров говорит не от своего лица, а от лица своего ребенка (одного из них), рассказывая о проблемной ситуации, которую переживал или мог бы пережить ребенок. Партнер точно так же, как и в первом случае, находит сильные стороны и сообщает о них «ребенку».

- что было сложным при выполнении данного упражнения;
- кому было трудно найти сильные стороны;
- кто не смог удержаться от осуждения.

Упражнение «Ценности: теория и практика»

1. Каждый индивидуально составляет **список из десяти духовных ценностей**, на основе которых он как родитель хотел бы воспитать своего ребенка.
2. Затем составить **список из десяти наиболее актуальных в его родительстве воспитательных задач**. Это те «ЭЛЕМЕНТАРНЫЕ, ОЧЕВИДНЫЕ ВЕЩИ», которые должен усвоить ребёнок.
3. Затем участники делятся на группы из 4–5 человек и представляют товарищам тот список, который каждый составил. И рассказывают в малых группах о том, **как РОДИТЕЛЬСКАЯ ПРАКТИКА** каждого из участников воспитывает в ребенке столь дорогие нашему сердцу ценности. Упор нужно делать именно на ту модель родительского поведения, которую ребенок усваивает от родителя в семье!

Выдающийся американский практический психолог и тренер Стив Кови писал о том, что есть только **три категории влияния:**

- подавать пример (другие видят);
- проявлять заботу (другие чувствуют);
- быть наставником (другие слышат и учатся).

Какими из трех этих категорий влияния наиболее успешно пользуетесь вы в семейном воспитании?

Упражнение «Ценности: теория и практика»

4. Очередной этап работы – вновь индивидуальное задание! Каждый из рисует лестницу, насчитывающую 10 ступенек. На каждой ступеньке от нижней (наименее важной) до верхней – самой серьезной (!) участники записывают важнейшие для них родительские проблемы и задачи. То, во что они действительно готовы вложить свои силы, энергию, время, может быть, и деньги, и прочие ресурсы. Проверьте себя, насколько ваши приоритеты отражают ваши ценности (сравните со списком номер один!). Отметьте звездочкой те ступеньки, которые отражают заявленные вами в начале встречи идеалы и ценности воспитания!
5. Теперь давайте проведем проверку двух наших списков – второго (родительские воспитательные задачи, вытекающие из проблем) и список-«лестницу», отражающую систему наших приоритетов...

Вопросы, над которыми тренер предлагает подумать в конце упражнения:

- Как наша родительская практика подтверждает/опровергает идеалы, которые мы хотим привить детям?
- Что для нас, родителей, в действительности важно? Как понятно объяснить и передать нашим детям наши ценности?
- Почему в действительности вас беспокоят, раздражают и тревожат невыполненные уроки, неубранные комнаты, брошенное посередине гостиной печенье?
- Всегда ли вам удастся СООБЩИТЬ ребенку внятном и понятном ему способом, что незастеленная постель и невыгулянная вовремя собака – для вас ЛИШЬ ЗНАКИ других проблем?! Попросите участников назвать «поименно» эти ценности!

Упражнение «Обратное влияние»

- Проанализируйте в группе примеры «обратного влияния» – ситуаций, когда не родители влияют на детей, а наоборот.
- Давайте поищем более глубокие уроки, преподанные нашими детьми! В чем сказывается их влияние на наши ценности, привычки, предпочтения, формирование наших вкусов, изменения нашего поведения?
- Понимание такого «обратного влияния» и его места в наших детско-родительских отношениях полезно и продуктивно всегда, но особенно важно в периоды кризисов возрастных (кризис переходного возраста) или социальных (к примеру, смена ролей в период эмиграции, когда ребенок берет на себя функции взрослого, «проводника» родителей в новых социально-культурных условиях).

Вопросы для обсуждения

- Что добавило это упражнение в ваш родительский опыт?
- Что позволяет вам с гордостью говорить о своем ребенке?
- Назовите, пожалуйста, три замечательные черты его характера!
- Как вы даете знать ребенку о своей любви к нему?

Упражнение «Прошлое, настоящее, будущее»

Цель: создание предпосылок для ухода от жесткого жизненного сценария.

Инструкция: в кресло, расположенное удобно для всеобщего обзора, приглашается кто-либо из желающих. Остальные некоторое время внимательно смотрят на него. Затем участники по очереди делятся впечатлениями, которые у них вызвал участник, сидящий в центре.

Сначала участники сообщают ему свои домыслы, предположения о том, каким этот человек был в раннем детстве. Какими уменьшительно-ласкательными именами звали его мама, папа и близкие люди, как дразнили его в школе, каким характером он отличался, кем хотел стать, чего от него ждали родители и т. д.

Затем группа сообщает участнику свои предположения о том, каков он вне занятий в данной группе (на работе, в семье).

И, наконец, группа высказывает свои прогнозы по поводу того, каким дедушкой или какой бабушкой будет участник. Какими будут дети через 10-20 лет.

После этого слово предоставляется самому участнику, находящемуся на «горячем стуле».



Упражнение «Эффективное родительство – родительство осознанное».

Вопросник для родителей

- Что я знаю о себе как личности, как человеку? Как мои качества, умения, знания влияют и могут повлиять на воспитание моих детей?
- Что я знаю о своем ребенке? Каковы особенности его физического и психологического развития? Каковы особенности его возраста? Кто он как личность?
- Что я должен уметь, какими знаниями обладать, чтобы быть проактивным родителем? Что есть в моем арсенале воспитательных/развивающих/обучающих родительских средств?

«Мы те, которые...»

Не менее 25 предложений...

*«Мы — не наше имя, возраст или вес.
Мы те истории, которые с нами
произошли, мечты, которые
заполняют нас, планы, которые мы
строим, чувства, с которыми живем»
(Автор неизвестен)*



*«Ваши дети — не дети вам.
Они сыновья и дочери тоски Жизни по самой себе.
Они приходят благодаря вам, но не от вас,
И хотя они с вами, они не принадлежат вам.
Вы можете дать им вашу любовь, но не ваши
мысли, Ибо у них есть свои мысли.
Вы можете дать пристанище их телам, но не их
душам, Ибо их души обитают в доме завтрашнего
дня, где вы не можете побывать даже в мечтах.
Вы можете стараться походить на них, но не
стремитесь сделать их похожими на себя.
Ибо жизнь не идет вспять и не задерживается на
вчерашнем дне.
Вы — луки, из которых ваши дети, как живые
стрелы, посланы вперед.
Стрелок видит цель на пути бесконечности и
сгибает вас Своей силой, чтобы стрелы летели
быстро и далеко.
Пусть ваш изгиб в руке стрелка станет вам
радостью;
Ибо как любит Он летящую стрелу, так любит Он
и лук, остающийся на месте».
Халиль Джебран "Пророк"*

