

«Организация работы по коррекции детско-родительских и семейных отношений»

Семья – это самая влиятельная структура, под воздействием которой формируется человек. Вырастая, мы часто не замечаем, как сильно зависим от мнения родителей, привыкаем смотреть на мир через призму семейных ценностей и традиций, установок и принятых правил поведения. Образ личности складывается из того, как строятся взаимоотношения в семье, от того, чувствует ли человек любовь и уважение или привык к тому, что его не замечают, а общение проходит только в скандалах и на повышенных тонах.

В каждой семье объективно складывается определенная, далеко не всегда осознанная ею система воспитания. Здесь имеется в виду и понимание целей воспитания, и формулировка его задач, и более или менее целенаправленное применение методов и приемов воспитания, учет того, что можно и чего нельзя допустить в отношении ребенка.

Структура отношений, с которой ребенок впервые сталкивается в своем опыте, – это структура семьи, где ребенок занимает определенное место. Позиции во внутрисемейной структуре находятся в отношении дополненности.

Общие правила эффективного общения взрослого и ребенка

1. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Для того чтобы воздействовать на ребенка, вы должны научиться сдерживать свой критицизм и видеть позитивную сторону общения с ребенком. Тон, которым вы обращаетесь к ребенку, должен демонстрировать уважение к нему как к личности.

2. Будьте одновременно тверды и добры. Выбрав способ действия, вы не должны колебаться. Будьте дружелюбными и не выступайте в роли судьи.

3. Снизьте контроль. Избыточный контроль над детьми обычно требует особого внимания взрослых и редко приводит к успеху. Более эффективным оказывается спокойное, отражающее реальность планирование способа действия.

4. Поддерживайте ребенка. Взрослый может поддержать ребенка, признавая его усилия и вклад, равно как и достижения, а также демонстрируя, что понимает его переживания, когда дела идут не очень хорошо. В отличие от награды, поддержка нужна даже тогда, когда ребенок не достигает успеха.

5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения. Если какой-то подход окажется неудачным, не нужно отчаиваться, следует остановиться и проанализировать как переживания и поступки ребенка, так и свои. В результате в следующий раз взрослый будет лучше знать, как поступить в подобной ситуации.

6. Демонстрируйте взаимное уважение. Педагоги и родители должны демонстрировать доверие к ребенку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.

Коррекция негативных эмоциональных комплексов через рисование у детей 5-9 лет

Страхи и другие эмоциональные проблемы характерны для детей 5-9 лет и встречаются в норме у большинства детей этого возраста. Как правило, к 10 годам дети самостоятельно избавляются от многих страхов через спонтанные психотехники, выработанные детской культурой. Среди них - рассказывание друг другу "страшилок" в обстановке безопасности, организация походов в "страшные места" типа подвалов и т. д. Чаще всего переживание страхов встречаются у детей из эмоционально неблагополучных семей, а также выявляется у детей в процессе социально-психологической адаптации к детскому дошкольному учреждению или школе. В этом случае показана индивидуальная коррекционная работа психолога или терапевта с ребенком. В настоящее время психологами и терапевтами используются самые разнообразные методы коррекции эмоционально-личностных расстройств у детей (игротерапия, сказкотерапия, арт-терапия и т.п.).

Все эти методы работают достаточно успешно, если соответствуют психическим особенностям как ребенка, так и терапевта, а также при наличии необходимых условий для работы. Имеется еще два довода в пользу терапии через рисунок:

- детский рисунок является основным коммуникативным средством ребенка, средством выражения чувств, а также традиционной для детской субкультуры спонтанной психотехникой;
- рисование легко совмещается с другими техниками, применяемыми в детской психотерапии.

Суть методики заключается в следующем. Ребенка просят нарисовать любой персонаж (например, несуществующее животное, ни в коем случае не персонаж мультфильма или сказки), а затем рассказать о его образе жизни. Выявление "друзей" персонажа имеет смысл позитивного якоря. Определение "врагов" или персонажей, вызывающих негативные чувства, является "входом" в эмоциональную проблему ребенка. Таким же "входом" может оказаться изображение дискомфорта среды, в которой действует персонаж. В работе используется принцип "режиссера фильма", т.е. ребенок является единственным творцом создаваемой истории, терапевт может только предлагать варианты развития сюжета, которые ребенок может принимать или не принимать. "Фильм" можно "прокручивать" назад и создавать альтернативный сюжет, если первоначальная сюжетная линия оказалась слишком деструктивной или зашла в тупик. Использование в процессе совместного творчества терапевта и клиента режиссерских приемов, разработанных в рамках символдрамы Лейнера (принципа "примирения", "кормления и подкупа", "лидера", "символической конфронтации", "истощения и уменьшения", "магических жидкостей") очень эффективно.

Например, при работе с негативными эмоциями ребенка введение в ткань сюжета "волшебной палочки" или любой другой могущественной силы, помогающей персонажу справиться с проблемами, приводит к значительному

облегчению состояния ребенка уже после одной сессии. Усвоение "волшебной палочки" позволяет осуществить своеобразный контр-перенос с персонажа на самого ребенка. Это достигается предложением к ребенку показать, каким образом персонаж действует с волшебной палочкой. "Волшебную силу" можно передавать другим предметам, например, конфете. Это позволяет сохранить позитивный якорь, сформированный во время сессии, и за ее рамками. Следует также добавить, что количество сессий, необходимых для успешной коррекции, может отличаться у разных детей. Кроме того, ребенок даже во время одной сессии может идентифицировать себя с разными персонажами своего рисунка, поэтому при работе терапевт обязательно должен установить раппорт, чтобы чутко отслеживать все возможные изменения фокуса эмоций. Перед началом работы необходимо информировать родителей о сути коррекционной работы, а также предупредить их о том, что их вмешательство допускается только в случае обращения к ним терапевта. Уже первая диагностико-коррекционная сессия дает обильный материал для индивидуальной консультации родителей.

Присутствие или отсутствие родителей на последующих сессиях определяется обоюдным желанием ребенка и родителя.

Какие вопросы задавать ребенку в ходе сессии?

1. Стадия контакта:

- Хочешь порисовать? Что ты будешь рисовать?..

После того, как ребенок освоился в кабинете и с рисованием в присутствии психолога:

- Ты придешь ко мне еще? А давай с тобой в следующий раз придумаем сказку (фильм)? И ты будешь самый главный сказочник! Как ты скажешь, так и будет в твоей сказке!

2. Стадия коррекционно-диагностическая (сессия проводится обычно через несколько дней после первой встречи).

До начала совместного рисования и для "разогрева" можно использовать модифицированный тест Люшера: попросить ребенка проранжировать свои цветные карандаши (фломастеры) по степени привлекательности. Каждым карандашом ребенок рисует последовательно кружок в верхней части рисунка. Могут быть варианты (выбор цвета фиксирует психолог, используя стандартный набор карточек). Такую же процедуру стоит проделать в конце сессии. Тест Люшера является лишь одним из индикаторов изменения эмоционального состояния, можно использовать любые другие, предпочитаемые специалистом и адекватные методы диагностики.

- О ком сегодня будет наша сказка? Кого ты хочешь нарисовать?

- Как его зовут? Чем он питается? Где он живет? В лесу, в море, в пустыне? На другой планете? Есть ли у него друзья? Нарисуй их. Как их зовут? Что они делают? Может быть, им надоело играть и они решили погулять? Куда они пошли?

- Есть ли кто-нибудь, кого боится персонаж? Или кто-нибудь, кто ему не нравится? Кто? Нарисуй его. Почему он не нравится персонажу? Что можно сделать, чтобы этого не было? Может быть, нам понадобится волшебная палочка? У кого она может быть? Покажи, как персонаж (или персонаж,

символизирующий добрые силы) держит волшебную палочку. Персонаж хочет что-нибудь сказать? Ведь теперь у него есть волшебная палочка! Он все может! Он сильнее всех! Он может, к примеру, превратить Злодея во что угодно! Или уменьшить его!

Альтернатива:

- А может быть, персонажу не нравится то, что его окружает? Что именно? Как бы ему хотелось это изменить, чтоб понравилось? (в том случае, если отсутствует персонификация негативной эмоции).

3. Стадия завершения:

Сессию можно заканчивать, если удалось выйти на позитивные переживания в ходе развития сюжета. Например, Баба Яга превратилась в вазу с цветами, добрую девочку и т.п. Можно сказать: «Теперь у них все хорошо. И что же они стали делать? (Играть, пить чай...)»

В конце каждой сессии, которая длится 30-60 минут, в зависимости от возможностей ребенка, проводится экспресс-диагностика эмоционального состояния ребенка. Если психолог чувствует, что ребенок переутомляется, а конца работе не видно, можно завершить развитие сюжета на промежуточном этапе, например: "И тогда они сели отдохнуть...".

Семья оказывает решающее влияние на формирование личности ребенка. Общаясь с мамой и папой, братьями и сестрами, малыш усваивает отношение к миру, думает и говорит так, как думают и говорят в его семье. Став взрослым, он может сознательно не принимать некоторые черты своей семьи, однако бессознательно все равно несет в себе манеру поведения, речи, качества характера, заложенные семьей. Все это, стиль жизни, уникальное соединение черт, поступков и навыков, которые в совокупности определяют маршрут движения ребёнка к его жизненным целям.

Вопросы влияния характера взаимодействия взрослого с ребенком на формирование личности дошкольника широко обсуждаются в отечественной литературе. К настоящему времени сформировалось убеждение, что тип детско-родительских отношений в семье является одним из основных факторов, формирующих характер ребенка и особенности его поведения. Наиболее характерно и наглядно тип детско-родительских отношений проявляется при воспитании ребенка.

Как известно, современная семья включена во множество сфер жизнедеятельности общества. Поэтому на климат внутри семьи влияет множество факторов и политические, и социально-экономические, и психологические. Сокращение свободного времени родителей из-за необходимости поиска дополнительных источников дохода, психологические перегрузки, стрессы и наличие множества других патогенных факторов стимулируют развитие у родителей раздражительности, агрессивности, синдрома хронической усталости, что сказывается на эмоциональном самочувствии ребёнка и как следствие накладывает определённый отпечаток на его личность.

Анкета "Благополучны или неблагополучны ваши отношения с детьми"

Отвечая на вопросы анкеты, сможете понять, насколько благополучны или неблагополучны ваши отношения с ребенком.

Цель: Выявить степень благополучия взаимоотношений детей и родителей в семье.

Ход выполнения: Ответьте на поставленные вопросы. "Да", если они согласны с высказываниями, "нет", если данное утверждение не соответствует истине и "отчасти, иногда", если вы не можете дать категорично ответ "да" или "нет".

Вопросы анкеты:

1. Считаете ли Вы, что в Вашей семье есть взаимопонимание с детьми?
2. Говорят ли с Вами дети по душам, советуются по личным делам?
3. Интересуются ли они Вашей работой?
4. Знаете ли Вы друзей Ваших детей?
5. Бывают ли они у Вас дома?
6. Участвуют ли дети вместе с Вами в хозяйственных делах?
7. Проверяете ли Вы, как они учат уроки?
8. Есть ли у Вас с ними общие интересы, занятия?
9. Участвуют ли дети в подготовке к праздникам?
10. Предпочитают ли дети, чтобы Вы были с ними во время детских праздников, или хотят проводить их без взрослых?
11. Обсуждаете ли Вы прочитанные книги?
12. Бываете ли Вы вместе с детьми в театрах, музеях, на выставках, концертах?
13. Обсуждаете ли с детьми телевизионные передачи и фильмы?
14. Участвуете ли вместе с детьми в праздниках, туристических походах?
15. Предпочитаете ли проводить отпуск вместе с детьми?

Обработка результатов.

За каждый ответ "да" необходимо поставить себе 2 балла, за ответ "отчасти, иногда" - 1 балл, за ответ "нет" - 0 баллов. Затем подсчитайте сумму баллов. Если Вы набрали 20 и более баллов, то у вас благополучные взаимоотношения с детьми, все отношения строятся на взаимопонимании, взаимоуважении, взаимном интересе и доверии. Вас объединяют общие интересы. Если Вы набрали от 10 до 20 баллов, Вам необходимо всерьез задуматься над характером взаимоотношений с детьми, попытаться проявлять внимание к детям, вместе проводить свободное время, интересоваться делами и увлечениями своих детей.

Анкета «Насколько вы близки своему ребенку?»

Данная анкета позволяет выявить степень близости к своему ребёнку и осознать проблемные стороны взаимоотношений. Вам необходимо ответить на вопросы анкеты, подсчитывая баллы. Затем по набранному количеству баллов вы можете определить качественные характеристики ваших взаимоотношений.

Вопросы анкеты.

1. Удаётся ли уделять ребёнку, по крайней мере, 2 часа в день, - занимаясь, беседуя, играя с ним?

Да - 5 очков.

Иногда - 3 очка.

Нет - 1 очко.

2. Часто дарите ребёнку быстрое и безоговорочное прощение, никогда больше не напоминая об его проступке?

Да, всегда так поступаю - 5 очков.

Когда как, смотря в чем, он виноват - 3 очка.

Никогда! Пусть прочувствует - 1 очко.

3. Запрещая что-то сыну или дочери, объясняю, почему приняли такое решение, мотивируете свой запрет?

Да, всегда объясняю. - 5 очков.

Не всегда. Есть вещи, о которых надо знать - нельзя и все! - 3 очка.

Никогда не объясняю, он должен мне верить - 1 очко.

4. Считаете ли Вы своего ребенка послушным?

Да, считаю - 5 очков.

Как все дети - слушается, конечно, не всегда - 3 очка.

Очень непослушный - 1 очко.

5. Есть ли в вашем доме место, где ребенок мог бы распоряжаться вещами по своему усмотрению?

Да, есть и в полном его распоряжении - 5 очков.

Вряд ли ребенок в силах поддерживать порядок в комнате - 3 очка.

Об этом как-то не думали - 1 очко.

6. Каждый ли день Вы "напопдаете" непослушному - за дело, разумеется?

Даже не шлепаю - 5 очков.

Нет, только иногда - 3 очка.

Всегда есть, за что - 1 очко.

7. Слушаете ли рассказ ребенка о том, что его интересует, когда вернулись с работы, готовите или заняты домашними делами?

Все откладываю и покорно выслушиваю - 5 очков.

Это не всегда возможно - 3 очка.

Как правило, обращаю его внимание на мою занятость и прошу подождать - 1 очко.

8. Считаете ли, что свои обязанности дети должны выполнять неукоснительно?

Только так и никак иначе - 5 очков.

Иногда можно на что-то закрыть глаза - 3 очка.

Нет, этого я не требую, себе дороже выйдет - 1 очко.

9. Настаиваете ли на том, чтобы дети рассказывали что-либо сокровенное?

Нет, никогда - 5 очков.

Иногда, не грех и спросить - 3 очка.

Да, я всегда так делаю - 1 очко.

10. Как часто Вы можете "выйти из себя" выговаривая что-то ребенку?

Практически никогда - 5 очков.

Когда как - 3 очка.

Сохранить спокойствие удается редко - 1 очко.

Обработка результатов.

10-21 очко. У Вас серьезные проблемы. Возможно, пока ребенок мал, основное внимание уделяете внешней стороне общения: был бы накормлен, одет, обут. В будущем же рискуете отдалиться настолько, что полностью постигните смысл поговорки: "Маленькие дети спать не дают, а с большими – сам не уснешь". Советуем Вам найти и прочесть внимательно книгу В. Леви "Нестандартный ребенок", где рассказано об особенностях детской психики в разном возрасте.

22-35 очков. Вы искренне желаете «не перегибать палку» и часто вам это удается. Ребенок, скорее всего, доверяет Вам, взаимоотношения в общем хорошие, но, к сожалению, Вы далеко не всегда последовательны в своих требованиях, не всегда внимательны. Может быть, мешают усталость или плохое самочувствие, но не забывайте, что ребенку не с кем, кроме Вас, поделиться своими проблемами. Если Вы сейчас не упрочите за собой это место, неизвестно, какой "доброжелатель" займет его в будущем.

36-50 очков. Примите похвалу Вашему терпению и способности сопереживать сыну или дочери, уважать его личность. По отношению к ребенку Вы тактичны и рассудительны, в Вас он видит "тихую пристань" в своих небольших еще житейских бурях. Ребенок склонен уважать Ваши взгляды так же, как Вы его.