



Опыт



И.И. Власенко

Технология организации и ведения группы взаимоподдержки опекунов

Ирина Ивановна Власенко — выпускница Института экзистенциального консультирования и осмысления религиозного опыта. Ранее закончила филологический факультет Ростовского государственного университета и психологический специфаккультет при ИПКПРО. В 2002 году прошла стажировку по программе «Семейные формы жизнеустройства детей-сирот», Румыния, Бухарест.

В 2003 году представляла опыт работы с родительскими группами на Международном конгрессе «Психотерапия и консультирование больших городов».

Работала учителем и педагогом-психологом в общеобразовательной школе. С 2000 года является сотрудником Центра диагностики и консультирования в г. Ростове-на-Дону.

Соавтор монографии «Опекунские семьи как альтернатива сиротству». Автор публикаций по проблемам воспитания в газете «Комсомольская правда» (ростовские выпуски) и в журнале «Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия».

Ведущая семинаров для руководителей школ, учителей и педагогов-психологов по теме «Психологические основы конструктивного педагогического взаимодействия с родителями учащихся».

Имеет многолетний опыт организации и ведения родительских клубов. В настоящее время является ведущей городского родительского клуба «Теплый дом».

Любимая идея: организация в нашей стране большого количества родительских клубов, в которых психологическая помощь осуществляется бы на трех уровнях: просветительском, личностном и поведенческом.

Продолжение. Начало статьи в «Вестнике практической психологии образования» №2 за 2006 год.

Тема № 5. Как стать героем в глазах ребенка?

Цели занятия:

- способствовать повышению самооценки опекунов;
- помочь в преодолении барьеров общения;
- закрепить позитивный настрой уверенного человека;
- выработать общее представление о герое.

Процедура знакомства

Именные карточки.

Упражнение «Комплимент»

Участники бросают мяч друг другу, называют по имени и говорят комплимент.

Проверка домашнего задания

Обсуждение.

Упражнение «Это удивительно!»

Работа в парах. Родители-опекуны рассказывают друг другу, какое удивительное событие произошло с ними за последние две недели. Подобные упражнения чрезвычайно важны для развития способности видеть позитивные стороны своей жизни. Бывает, что кто-то из участников не может ничего припомнить. Обычно группа замечает какие-либо перемены: прическа изменилась, или кофточка новая, или глаза как-то по-особенному засияли и т. п.

«Погружение в детство»

Ведущий: «Сегодня, как обычно, мы с вами совершим погружение в детство. Я прошу Вас, если Вам так удобнее, закрыть глаза и вспомнить, кто для Вас был героем в детстве. Постарайтесь дать определение слову “герой”. Почему именно этот человек казался Вам героем?» (5 мин. или больше, если кто-то еще не готов). Обсуждение.

Уточняющие вопросы:

Какими чертами характера обладал Ваш герой? Вы хотели быть на него похожим? Как Вы относитесь к этому детскому образу сейчас? Были ли среди героев Ваши родители? Кто герой для Ваших детей? Обсуждение.



Психогимнастика

Ведущий: «Я предлагаю Вам немного отдохнуть. Отдыхать мы будем с героями детских сказок. Я Вам раздам карточки, на которых написаны имена героев. Вы карточку никому не показывайте, а попробуйте от имени своего персонажа объяснить нам, непонятливым, кто же такой герой? Постарайтесь как можно лучше перевоплотиться в свою роль». (Карточки: Царевна-Лягушка, Курочка Ряба, Золушка, Кот в сапогах, Буратино, Иван-Царевич, Мальвина...) Обычно это занятие вызывает оживление, снимает напряжение в группе.

Мини-лекция по теме (с элементами беседы)

Ведущий: «Давайте подведем итоги того, о чем мы говорили. Подлинных героев отличает ряд общих черт. У них есть свои убеждения. Они умеют отстаивать свои взгляды, не унижая и не оскорбляя других. Их слова не расходятся с делами. Они любят учиться, они действуют по правилам. Это похоже на портрет родителей? Всегда ли родители живут по тем правилам, соблюдения которых требуют от детей? Мы уже говорили о том, что дети мало читают. Какую последнюю книгу мы с вами прочитали? Дети видели нас читающими? Мы поделились с детьми своими мыслями о прочитанном? Мы только требуем от них: «Когда сядешь за уроки? Что получил в школе?» И так изо дня в день. Конечно, дети не видят в нас ничего героического. Тогда они находят других «героев». Не будем торопиться осуждать детей. Давайте присмотримся, какие качества они ценят в них. Попробуем вместе разобраться в этом. Что значит «расти и развиваться вместе?»»

Ведущий представляет информацию о родительских ипостасях: **родитель-нянька-воспитатель-учитель-наставник-друг.**

Психогимнастика

Упражнение «Кораблекрушение»

(Это упражнение, а также «Атомы и молекулы» и разнообразные считалочки, кроме снятия напряжения, служат для объединения участников в микрогруппы.) Все встают с мест, закрывают глаза и тихонько прогуливаются по «палубе». В это время раздается команда: «Кораблекрушение! Всем прыгать в спасательные лодки по три человека!». Участники выполняют упражнение с закрытыми глазами. Количество человек в «лодке» зависит от дальнейших задач ведущего.

Дискуссия

Ведущий: «Чтобы лучше понять, кто такой родитель-герой, давайте посмотрим на того, кто **не** является героем для подростков». Участники получают для обсуждения памятку «Как без посторон-

ней помощи просто и эффективно испортить жизнь себе и своему... подростку. Антисоветы». В каждой группе предлагается обсудить по 3 «совета», затем лидер представляет всем присутствующим обобщенное мнение. Обсуждение.

Далее группа делится на две команды, и каждой команде предлагается выработать «План героических действий» на ближайшие две недели. Обсуждение.

В заключение каждая группа за 5 минут готовит инсценировку по «Вредным советам» Григория Остера, напечатанным в памятке. Представление инсценировки.

Процедура прощания

Упражнение «Я могу это делать!»

В парах один из участников делится с партнером планами героических поступков на ближайшее время. Примеры: «Я могу ежедневно делать небольшой комплекс физических упражнений», «Я не буду по вечерам просиживать у телевизора, а придумаю какие-нибудь занятия для себя и внуки», «Каждое воскресенье я с внуком и его друзьями буду ходить в парк, а потом мы починим лавочку у подъезда» и т. п. Партнер же будет все критиковать и подвергать сомнению. Например: «Синоптики обещают плохую погоду», «У тебя нет приличной спортивной одежды», «На следующей неделе начнется потрясающий телесериал» и т. п. Задача первого партнера продержаться 3 минуты и на все возражения убедительно отвечать: «Я могу это делать!». Затем участники меняются ролями.

Попрощаться с группой от имени «своих» сказочных героев.

Домашнее задание

Подготовить к следующему занятию устный рассказ «Мои достижения в жизни». Можно принести фотографии, поделки, рукоделие, грамоты и т. п.

Председатель клуба объявляет, что на следующем занятии будет чаепитие. Время клубного общения. Прощание.

II блок.

Гармонизация внутрисемейных отношений

Тема № 3. Как на самом деле любить детей. Состоятельная и несостоятельная родительская любовь

Цели занятия:

- создать благоприятный эмоциональный настрой;
- способствовать установлению доверительных отношений;
- отработать навыки невербального общения;
- закрепить понятие безусловной родительской любви.



Процедура знакомства

Участники садятся в круг. Звучит музыка Ф. Шуберта «Ave Maria».

Ведущий: «Сегодня я особенно волнуюсь... Не знаю, как у нас все получится, как мы будем говорить о любви, а потом ведь это надо как-то анализировать. Можно ли измерить любовь? Можно ли отличить родительскую любовь от нелюбви? Сегодня у нас именныe карточки необычные — в форме сердца. Почему-то так считается: любовь живет в сердце».

Слово ведущего

Ведущий: «Сегодня мы немного отступим от правил... Сначала я хочу дать вам определение ЛЮБВИ, чтобы мы в течение работы обращались к нему: о том ли мы говорим?» Ведущий читает:

Библия. 1 послание к Коринфянам, гл. 13:

«Любовь — превосходнейший духовный дар».

1. Если я говорю языками человеческими и ангельскими, а любви не имею, то я — медь звенящая, или кимвал звучащий.
2. Если имею дар пророчества, и знаю все тайны, имею всякое познание и всю веру, так что могу и горы переставлять, а не имею любви, — то я ничто.
3. И если я раздам все имение мое, и отдам тело мое на сожжение, а любви не имею, — нет мне в том никакой пользы.
4. Любовь долготерпит, милосердствует, любовь не завидует, любовь не превозносит, не гордится.
5. Не бесчинствует, не ищет своего, не раздражает, не мыслит зла.
6. Не радуется неправде, а сорадуется истине.
7. Все покрывает, всему верит, всего надеется, все переносит.
8. Любовь никогда не перестает, хотя и пророчества прекратятся, и языки умолкнут, и знание упразднится...»

Пауза. Обмен впечатлениями.

Психогимнастика.

Считалочкой «Любит — не любит» разделить группу на пары.

Упражнение в парах «Окружить любовью» (по мотивам упражнения К. Фопеля «Раскрасить любовь»).

Ведущий: «Чтобы хорошо ладить с людьми, нам необходимо ощущать их любовь и поддержку. Иначе в критических ситуациях мы теряем самообладание и не можем сдержать раздражения».

Как вы показываете другим людям, что вы их любите? Как они об этом догадываются? Давайте попробуем это сделать прямо сейчас. (Все встают, становятся парами лицом друг к другу. Звучит тихая

музыка.) Теперь представьте себе, что вы обладаете чудесной, волшебной силой и можете «окружить любовью» человека, который стоит рядом с вами. Вытяните руки и, не прикасаясь к телу, окружите друг друга потоками тепла, нежности, ласки, любви. Ведущий показывает, как это можно сделать. Выполняется поочередно. Обмен чувствами, испытанными во время упражнения.

Упражнение «Похвали себя»

Выполняется в парах.

Ведущий: «Сейчас каждому из вас необходимо рассказать своему партнеру о том, какой вы хороший человек. Это очень важно. Особенно сегодня. Не стесняйтесь, у нас есть время (6 мин., по 3 мин. на человека). Вспоминайте слова: «Возлюби ближнего, как себя самого»».

Затем все по кругу кратко пересказывают то, что услышали друг от друга. Обсуждение.

«Погружение в детство»

Ведущий: «Когда вместе собирается такое большое количество хороших людей, они могут вполне доверять друг другу. Сейчас я прошу вас вспомнить (попытайтесь воспроизвести наиболее ранние воспоминания), как вы узнали о том, что вас любят родители или окружающие вас взрослые? Как вы это почувствовали? Когда?»

Обсуждение.

Упражнение «Приветствие-драка-мир»

Выполняется в парах.

Участники с закрытыми глазами поочередно знакомятся друг с другом при помощи рук, затем дерутся и, наконец, мирятся. (Это упражнение на тактильное восприятие необходимо для дальнейшей работы по теме занятия.)

Мини-лекция по теме

Лекция, сопровождаемая рисунками, построена на книге Р. Кэмбелла «Как на самом деле любить детей». Отличие любви от заботы. Четыре способа выражения любви к ребенку: *контакт глазами, физический контакт, пристальное внимание, дисциплина*. (По ходу чтения лекции выполняются все эти упражнения.) Подростки не меньше нуждаются в любви — это лучшая профилактика ранних сексуальных отношений, наркомании. Чтобы быть героем в глазах своих детей, нужно потратить много времени. Тридцать «поглаживаний» в день — говорят японцы. Вводится понятие эмоционального резервуара ребенка.

Дискуссия

Ведущий вручает участникам памятки по теме «Как на самом деле любить детей». Объединившись по 3 — 4 человека в группе, родители-опекуны обсуждают 4 темы: факторы риска в воспитании, четы-

ре способа выражения любви к ребенку, понятие эмоционального резервуара ребенка и роль дисциплины в воспитании. Далее идет поочередное обсуждение мнений участников в кругу. Подведение итогов.

Психогимнастика

Ведущий: «Мы с вами очень обеспеченные люди, у нас при себе всегда имеется дорогостоящий тренажер воспитания детей — наше собственное детство». Ведущий держит в руках маленькую куклолку, которую передает по кругу. «Этот малыш — это вы сами в детстве. Скажите ему сейчас то, что говорили Вам ваши родители, когда вы почувствовали, что они вас любят, или то, что вы хотели от них услышать». Выполняется по кругу. «Не забывайте сказать эти слова любви вашим детям».

Процедура прощания

Упражнение «Сегодня я благодарна группе за то, что...»

Клубное общение. Прощание.

Тема № 4. Как понять ребенка? Растем и развиваемся вместе

Цели занятия:

- создать настрой к восприятию новых знаний;
- отработать навыки активного слушания;
- закрепить понятие о совместном развитии;
- способствовать проявлениям уверенности и компетентности.

Процедура знакомства

Раздаются именные карточки.

Проверка домашнего задания

Упражнение «Барьеры слушания»

Ведущий предлагает партнерам в парах вести свободную беседу о том, что их интересует. По условному знаку (хлопку) участники должны будут, продолжая беседу, изменять внешние условия диалога (говорить сидя, стоя, когда один сидит, другой — стоит, стоя спинами друг к другу и т. п.).

Обсуждение.

Упражнение «Атомы и молекулы»

Объединение участников в 4 группы.

Слово ведущего

Ведущий: «Продолжим нашу работу и посмотрим, что еще может мешать нам устанавливать контакт с ребенком». Раздает памятки «Активное слушание» (Приложение 1) и после отработки 4-х правил слушания дает задание каждой группе самостоятельно разобрать информацию о помехах на пути активного слушания (по 3 помехи).

Обсуждение. Инсценировка одного диалога от группы. Ведущий принимает активное участие в этой части занятия, помогая каждой группе выполнить задание.

«Погружение в детство».

Ведущий: «Сейчас я прошу вас вспомнить о том случае в детстве, когда вы проявили самостоятельность, когда вы с гордостью могли сказать или подумать: “Это я сделал сам!”».

Уточняющие вопросы:

В каком возрасте это произошло? Как вы себя тогда чувствовали? Как вообще возникла мысль о том, что вы можете это сделать? Что сказали об этом взрослые, какова была их реакция на ваш поступок? Изменилось ли что-то в вашей жизни после этого? Захотелось ли вам попробовать проявить самостоятельность в другой раз?

Обсуждение.

Психогимнастика

Упражнения на групповую сплоченность

Упражнение «Аплодисменты по кругу»

Упражнение «Мы все чем-то похожи»

Дискуссия

«Мой самостоятельный ребенок». Участники в группах обсуждают вопрос о степени самостоятельности современных детей. Чем отличается их детство в этом плане от детства опекунов. Способствуют ли в семье проявлению самостоятельности у детей? Затем ведущий раздает в группы памятки «Мой самостоятельный ребенок». Дискуссия продолжается. Общее обсуждение проблемы.

Мини-лекция ведущего

Как часто бывает в жизни, что мы замечаем, как быстро растут соседские дети, но не видим роста собственного ребенка.

Небольшое исследование, проведенное нами среди детей и родителей, показало удивительную картину: дети, чем старше, тем больше дистанцируются от родителей и готовы принять большую ответственность за свое поведение; взрослые же неизменно в осознании своей родительской роли.

Вечно меняющейся жизни остается нечто застывшее и не склонное к изменениям — жесткая родительская позиция. Не в этом ли случае смысл воспитания сводится к контролю, наказаниям, санкциям? В отношениях нет простора и гибкости. Нет свободы!

Л.С. Выготский выделил пять этапов взросления ребенка. Вместе с ребенком изменяется и взрослый. Пройдет три года, семь лет, четырнадцать... Кому? Ребенку? Да. Но и опыту воспитания этого ребенка.



Воспитателю столько же лет, сколько и воспитаннику. Предположим, ребенку семь лет. Родителям-воспитателям тоже семь лет. Не в том ли смысл воспитания, чтобы расти и развиваться вместе? Попробуем представить эти совместные этапы роста:

1 этап. Младенческий. Ребенок родился, его родили и теперь осуществляют его первые потребности... **Родитель(и).**

2 этап. Раннее детство. Ребенка вынашивает на руках, нянчит, «пестует» (почти забытое русское слово и соответствующее ему по сути, совсем не употребляемое)... **Пестун (нянька).**

3 этап. Дошкольный возраст. Ребенка воспитывает, то есть заботится о внешних и внутренних потребностях, питает... **Воспитатель.**

4 этап. Школьный возраст. Ребенок, как губка, впитывает знания! Новая родительская роль... **Учитель.**

5 этап. Пубертатный возраст. Способствует расширению его кругозора, сам является образцом и героем для подростка... **Наставник.**

Расти и развиваться вместе — значит следовать примерно таким путем. Но совместный путь будет продолжен и дальше. И название родительской ипостаси на всю оставшуюся жизнь — **друг**. Наступают равноправные отношения, соответствующие понятию дружба. Прислушаемся к мнению о значении воспитания А. Лэнгле: «Разумеется, воспитание оказывает — и должно оказывать — влияние на человека. Однако собственная самостоятельная жизнь начинается только тогда, когда человек занимает сознательную позицию в отношении влияния, которое оказало на него воспитание, и решает, сможет ли он сказать «да» тому, чему учили его в детстве». По словам философа-экзистенциалиста Сартра важным является не то, что «сделали из меня», а то, что я сделал из того, что «сделали из меня».

Обсуждение полученной информации в группах.

Психогимнастика

Упражнение «Интервью»

В парах «Корреспондент» спрашивает у родителя-опекуна о том, как это возможно (и возможно ли) применять на практике такую закономерность: «Ра-развиваемся вместе!».

Смена ролей. Обсуждение в группе.

Процедура прощания

Упражнение «Прощание на экзотических островах»

На некоторых еще мало изученных островах в океане живут племена с интересными обычаями. Вдруг мы с вами попадем туда. Надо научиться здороваться, а особенно прощаться по их обычаям. В некоторых племенах прощаются мизинцами рук, а в других: коленками, плечами, носами, пяточками и т. п.

Домашнее задание

За две недели пронаблюдать, насколько самостоятелен Ваш ребенок. Как его самостоятельность соотносится с его ответственностью? Какие перемены в Ваших взаимоотношениях возможны в связи с этим?

Клубное общение. Прощание.

Тема № 5. Почему дети лгут?

Эффективные стратегии поведения взрослых

Цели занятия:

- создать благоприятный эмоциональный настрой;
- получить представление о причинах детской лжи;
- осознать собственную ответственность за поддержку доверительных отношений с ребенком;
- закрепить эффективные стратегии поведения взрослых в ситуациях детской лжи;

Слово ведущего

Психолог кратко представляет новых участников, приветствует всех, благодарит за активность: «Я предлагаю вам посмотреть на происходящее «с высоты птичьего полета». Представьте, как на маленьком пространстве Земли в маленький промежуток времени собрались хорошие люди, чтобы часть своей бесценной жизни провести вместе. За стенами этой комнаты остались наши прерванные дела: может, это большая стирка, а может, любимый телесериал. Но раз уж мы решились на эту встречу, давайте сделаем так, чтобы потом не было горько за бездарно проведенное время. Тем более, что дел у нас всегда бывает невпроворот. Приступим?»

Проверка первого домашнего задания «Заболта о себе»

Психолог: «Все справились с этим заданием? Было оно трудным или легким? Хочет ли кто-то поделиться своим опытом?»

Участницы: «Я стала делать зарядку по совету Валентины Ивановны. Чувствую себя более бодрой».

«Я впервые купила мороженое не только внуку, но и себе. Он даже удивился. Потом мы просто поболтали по дороге домой».

Психолог говорит, что о втором домашнем задании речь пойдет несколько позже. Предоставляет слово двум участницам. Одна из них поделилась тем, как она с помощью мнемотехники (упражнение было дано в группе месяц назад) выучила наизусть все номера телефонов знакомых и родных. Было предложено упражнение на развитие памяти. Другая участница показала несложные упражнения для снятия усталости и напряжения.

Процедура знакомства

На первый взгляд может показаться, что эта часть занятия должна предшествовать проверке

домашнего задания. Однако такая отсрочка процедуры знакомства сделана преднамеренно: новые участники группы должны адаптироваться к непривычной для себя обстановке.

Психолог: «За окнами — весна, а у каждого из нас, наверное, есть любимый весенний цветок. Вообразите, что в центре нашего круга стоит красивая ваза, которую мы сейчас наполним своими любимыми весенними цветами».

Упражнение «Улитка»

Первый участник называет свое имя и свой любимый цветок, второй участник называет имя и цветок первого участника и свое имя, свой цветок... и так по кругу. Психолог завершает упражнение, называя всех участников по именам и составляя «букет группы».

Упражнение «Клубок»

Психолог берет в руки большой мягкий клубок яркой шерсти и говорит: «Как же в клубе можно обойтись без такого чудесного клубочка, ведь у слов этих общий корень, значит, чем-то они похожи. Сейчас посмотрим, чем? Раз уж в этой комнате собрались хорошие люди, почему бы нам честно не сказать об этом друг другу? Делать это будем так: вот я держу кончик нити, а клубок бросаю другому человеку, при этом я называю его по имени и говорю ему что-то приятное. Он крепко держит нить, а клубок бросает кому-то другому, соблюдая условия игры. Начали!». Через несколько минут игры образуется сложная и красочная паутина из ниток. Ведущий ждет, пока клубок снова окажется у него, делает паузу, во время которой все с удивлением рассматривают сложный, запутанный узор. Высказывания участников можно обобщить словами (при этом сматывая пряжу) о том, что те ситуации, которые мы разбираем в клубе, на первый взгляд тоже кажутся сложными, противоречивыми, а порой и безвыходными, однако вместе, помогая друг другу, мы распутываем клубки противоречий, находим верные решения.

Работа в микрогруппах

Психолог: «Не правда ли, нам пора подвигаться?» Включает быструю музыку.

Упражнение «Атомы и молекулы»

При помощи этого упражнения участники разделились на две группы по принципу «в каждой группе — новенький».

Ведущий дает задание группам на отработку базовых технологий конструктивного взаимодействия взрослого с подростком.

Это и было вторым домашним заданием. Сегодня предстоит повторить и объяснить новым участникам, что такое «Я-высказывание». Десять минут группы работают самостоятельно, ведущий лишь изредка подключается к одной из групп, чтобы вы-

слушать или дать необходимые разъяснения. Затем каждой группе предлагается карточка с заданием для ролевой игры.

После игры — краткое обсуждение итогов.

Психогимнастика

Психолог: «Не раз нам приходилось слышать в клубе о том, как сложна школьная программа. Каждый ученик знает, что такое антонимы, давайте и мы вспомним, это несложно. Кто-то уже вспомнил, вот и хорошо: будет ведущим, начнет эту игру».

Упражнение «Антонимы»

Одна команда называет слово, другая подыскивает слово с противоположным значением, потом меняются ролями. Фрагмент игры: добро — зло, близко — далеко, справа — слева (в этом месте можно предложить участникам сделать небольшую разминку и поменяться местами: справа или слева от ведущего), правда — ложь...

Психолог: «Стоп! Вы только что назвали тему нашего сегодняшнего занятия. Давайте попробуем разобраться, почему дети лгут? Что делать взрослым, когда это происходит?»

«Погружение в детство»

Упражнение «Счастливый эпизод моего детства»

Выполняется в парах. Психолог предлагает участникам разбиться на пары (лишь развернуться лицом друг к другу) и выполнить это упражнение в течение двух минут (один рассказывает, другой слушает, и наоборот). Затем участники «в кругу» делятся приятными впечатлениями услышанного от партнера.

Психолог: «А теперь я предлагаю вам вспомнить, когда впервые вы... солгали? Или этого не было? Попытайтесь вспомнить, что вы чувствовали тогда? Как реагировали на вашу ложь взрослые?»

Обычно родители-опекуны охотно передаются воспоминаниям (психолог тоже является участником этого фрагмента занятия). Даже горестные впечатления детства передаются пожилыми людьми как нечто ценное, дорогое, необходимое в жизни человека. От ведущего требуется максимум сосредоточенности и внимания к эмоциональному состоянию участников. Теплый взгляд, легкое прикосновение, улыбка — все это поможет человеку справиться с нахлынувшими чувствами. Хорошо иметь под рукой пакет с одноразовыми носовыми платочками. Эта мелочь поможет сохранить особый настрой притихшей группы и спаст от неловкости кого-то из участников.

Далее ведущий предлагает поделиться воспоминаниями с группой. Можно это сделать самому или попросить пересказать эпизод из своего детства партнеру. Идет процесс «погружения в детство».



Дискуссия

Психолог: «Раз уж мы учимся вместе распутывать клубки, давайте распутаем и этот. Посмотрим, что у нас получится...». Ведущий делит доску на четыре части и, по мере обсуждения проблемы в группе, заполняет таблицу. В окончательном виде она выглядит, например, так (табл. 1).

В результате дискуссии участники группы пришли к выводу о том, что у них было много причин для лжи; что ложь, как правило, вынужденное поведение ребенка. Родители-опекуны с удивлением обнаруживали, как многолика ложь детей, она бывает наивной и коварной, случайной и преднамеренной, проходящей с возрастом и превращающейся в болезненную привычку. В группе было высказано мнение о том, что почти всегда за ребенком, который лжет, стоит взрослый, провоцирующий эту ложь или потворствующий ей.

Горячо обсуждался вопрос о наказании за ложь. Сама ложь является наказанием как для ребенка, так и для взрослых, так как именно она нарушает близость, вносит ненадежность в отношения членов семьи. Восстанавливать пошатнувшееся доверие должен именно взрослый.

Мини-лекция по теме

Психолог раздает участникам дискуссии памятку родителям «О детской лжи» (Приложение 2), делает краткие пояснения к тексту и более подробно говорит о лжи в подростковом возрасте, причины которой в мере свободы и ответственности ребенка, а также и степени самооценки. Завершается обсуждение темы практическим упражнением, нацеленным на профилактику детской лжи: «Ребенок пришел из школы в плохом настроении, не хочет ни о чем говорить. Ваши действия».

Процедура прощения

Упражнение в парах «Я могу это делать!»

Музыкальная релаксация «Росток», завершающаяся словами: «...есть много полезных книг и много знающих специалистов, но ИМЕННО Я ЛЮБЛЮ ЭТОГО РЕБЕНКА. ОН НУЖЕН МНЕ, А Я НУЖНА ЕМУ. МЫ ВМЕСТЕ И МЫ СЧАСТЛИВЫ!»

Домашнее задание

Наблюдение «Доверие и открытость в нашей семье».

Прощание участников

Упражнение «Сегодня я благодарна группе за то, что...»

ПРИЛОЖЕНИЕ 1

ТЕХНИКА УСТАНОВЛЕНИЯ КОНТАКТА С РЕБЕНКОМ — АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ

4 правила активного слушания

1. Разговаривать лицом друг к другу
2. Дать ребенку обратную связь:
 - а) задать уточняющие вопросы (ты решил...?)
 - б) назвать чувства ребенка (...и ты обиделся...)
3. Держать паузу! (Молчать после каждой реплики.)
4. Полезно повторить ребенку то, что вы услышали от него. Обозначить его чувства.

12 помех на пути активного слушания

1. **Приказы, команды:** Убери! Вынеси ведро! В кровать! Замолчи! Сейчас же перестань!
2. **Предупреждения, угрозы:** Если ты не прекратишь... Еще раз это повторится...

Табл. 1

Поступок ребенка	Причины лжи	Чувства ребенка	Чего ребенок ждал от взрослых?
1. Украл авторучку, сказал: «Нашел».	Хотел иметь хорошую вещь, но знал, что это невозможно.	Было стыдно и страшно, прятался.	Чтобы купили такую же ручку, как у других ребят.
2. Нечаянно убила цыпленка.	Хотела избежать неминуемого физического наказания.	Очень страшно! Стыдно перед котом, которого наказали.	Чтобы поверили, что это произошло случайно.
3. Сказала подругам, что платье очень дорогое	Хотела доказать подругам, что родители ее любят.	Страх разоблачения, угрызения совести.	Чтобы родители заботились не только о старшей сестре.
4. Залез в чужой огород, не признался.	Был голоден, хотел есть.	Стыдно, «прятал глаза».	Чтобы кто-то угостил, накормил.
5.



3. *Мораль, нравоучения*: Ты обязан вести себя хорошо. Каждый человек обязан...
4. *Готовые решения, советы*: По-моему, нужно извиниться... А ты возьми и скажи... Я бы...
5. *Доказательства, логика*: Пора бы знать, что... Сколько раз тебе говорили, что...
6. *Критика, обвинения*: Вечно ты опаздываешь... Все из-за тебя! Сделал не так...
7. *Похвала, оценка*: Ты у меня самая красивая... Молодец! Ты — гений!
8. *Обзывание, высмеивание*: Плакса-вакса! Дубина! Лентяй! Не будь лапшой!
9. *Догадки, интерпретации*: Я знаю, почему ты... Я вижу тебя насквозь...
10. *Расследования*: Нет, ты все-таки скажи... Ну, почему ты молчишь? Опять...
11. *Уговоры, увещевания*: Не обращай на него внимания... Успокойся, это не важно...
12. *Уход от разговора*: Не до тебя! Отстань! Мне некогда. Подумаешь...

3 выгоды активного слушания

1. Ослабнет отрицательное переживание ребенка.
2. Ребенок начнет рассказывать о себе все больше.
3. Он сам продвигается в решении своей проблемы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2

ПАМЯТКА ОПЕКУНАМ О ДЕТСКОЙ ЛЖИ

Чтобы доверие, близость и надежность процветали в семье, необходимо говорить правду. С появлением лжи возникает недоверие, растет беспокойство, чувствуется ненадежность, наносятся обиды, занимают оборонительные рубежи, нарушается близость. Правильные решения зависят от точности информации. Дезинформированный родитель может разрешить то, что следовало бы запретить. Ложь — это проба сил. Ребенок создает фальшивую действительность, чтобы манипулировать взрослыми. Поэтому нужно показать ему, как плохо быть обманутым, описать последствия лжи и постараться восстановить утраченное доверие.

Почему дети лгут?	Что делать взрослым?
чтобы замаскировать свои проступки чтобы избежать наказания чтобы им разрешили то, что было строго запрещено чтобы компенсировать недовольство собой чтобы не огорчать родителей чтобы отсрочить разоблачение чтобы остаться хорошим в глазах окружающих	проверить информацию через другие источники не торопиться с разоблачением и наказанием подумать о том, что могло ребенка отдалить от вас постараться понять, какую информацию скрывает ребенок перенести разговор на другое время, если чувствуете, что эмоции «захлестывают» вас рассказать историю о том, как честное признание возвращает доверие и близость