

Карточная методика для работы с родителями «7 шагов навстречу»

Настоящая методика содержит восемь карточек: семь «шагов», на которых размещены «фразы-обращения» ребенка к родителям, силуэтные рисунки, запросы/вопросы родителям, и одна общая с тезисным изложением остальных. Методика предназначена для обсуждения с родителями потребностей ребенка в их участии, направлена на профилактику проявления аддиктивного поведения детей и подростков, налаживанию детско-родительских взаимоотношений, а также позволяет реализовать другие возможности оказания психологической помощи.

Услышьте своего ребенка! **Семь шагов навстречу** **Живите с ним и слушайте счастье быть родителями!**

- 1 ПОГОВОРИТЕ** со мной со мной, быть может, между слов вы услышите самое главное и оставите меня.
- 2 ПОХВАЛИТЕ** меня... Даже за самую малость. Это придаст мне сил и уверенности идти дальше.
- 3 ПОДДЕРЖИТЕ** меня – словом, взглядом, прикосновением. Мне это очень нужно, даже, если я не говорю об этом.
- 4 ПОВЕРЬТЕ** мне и верьте в меня, и все трудности ничтожём... Ведь мне верит мой родитель!!!
- 5 ПРИМИТЕ** меня таким, какой я есть. Мне так важно быть любимым... Вами, моими родителями.
- 6 ПОКАЖИТЕ** мне себя... Откройте свое сердце и сердце. И вы увидите, на что я способен.
- 7 ПОЗВОЛТЕ** мне быть собой, верой – это Я... Со своими мыслями и чувствами в порой разочарованности.

1 **Поговорите со мной**

- Поговорите со мной о моих самонастроении.
- Поговорите со мной о моих идеалах и мечтах.
- Поговорите со мной о том, как прошёл мой день.
- Поговорите со мной о моих возможностях.
- Поговорите со мной о том, что меня пугает и что радует.
- Поговорите со мной даже о моих глупостях...

Как вы думаете, как мне разговаривать для Вашего ребенка?

! Быть может, между слов вы услышите самое главное и похвалите ему...

2 **Похвалите меня...**

- Похвалите меня за то, что хорошо сделал, например.
- Похвалите меня за полученную оценку, даже, если она не соответствует вашим ожиданиям.
- Похвалите меня за чувство юмора.
- Похвалите меня за вымытую посуду.
- Похвалите меня за личное мнение.
- Похвалите меня просто за хорошее настроение.

Вы, наверное, хотите, и что можно похвалить собственного ребенка. Запишите и похвалите!

! Это придаст ему сил и уверенности идти дальше.

3 **Поддержите меня...**

- Поддержите меня в моих идеях и начинаниях. Это вдохновит меня.
- Поддержите меня в моих неудачах. Это поможет мне удержаться.
- Поддержите меня словом и взглядом, если я сомневаюсь.
- Поддержите меня советом, если я запутался.
- Поддержите меня прикосновением. Через объятия вы передаёте мне собственную силу и уверенность.

Подумайте, в какой поддержке нуждается Ваш ребенок!

! Ему это очень нужно, даже, если он не говорит об этом.

4 **Поверьте мне...**

- Поверьте мне, я говорю правду. Да, я могу лукавить... Но сейчас я говорю правду!
- Поверьте мне, я очень люблю вас, мама и папа, даже, если этого не показываю.
- Поверьте мне всем сердцем и душой. Мне так важна ваша вера в меня.
- Поверьте мне тоже иногда бывает грустно и даже больно.
- Поверьте мне, я очень стараюсь. Просто, у меня не всегда получается.

В родительской мире жаловаться горю не считается особенно важным для Вашего ребенка!

! Верьте в него... И все трудности ничтожём... Ведь ему верит его родитель!!!

5 **Примите меня...**

- Примите меня грустным и веревым.
- Примите меня с моими достоинствами и недостатками.
- Примите меня способным и адекватным.
- Примите меня с моими успехами и неудачами.
- Примите меня с моими мечтами и протестами.
- Примите меня отстаивающим свою точку зрения.
- Примите меня открытым и замкнутым.
- Примите меня уверенным и неуверенным.

Что важно принять в своем ребенке как, чтобы услышать его?

! Ему так важно быть любимым... Вами, его родителями.

6 **Покажите мне...**

- Покажите мне свою любовь. Так я пойму, что нужен.
- Покажите мне мои сильные стороны.
- Покажите мне разные пути, чтобы я мог выбрать подходящий.
- Покажите мои ошибки: без осуждения, осуждений.
- Покажите мне себя: как вы любите, чувствуете. Не прячьтесь.
- Покажите мне ЖИЗНЬ!

Задумалось, а что может увидеть Ваш ребенок?

! И вы увидите, на что он способен!

7 **Позвольте мне...**

- Позвольте мне иметь свое мнение и высказывать его.
- Позвольте мне иногда ошибаться, ведь мне могу во всем вам соответствовать.
- Позвольте мне иногда не сделать уборку или не убрать в комнате.
- Позвольте мне обьяснить вам почему я поступил именно так, а не иначе.
- Позвольте мне никогда не бояться вас, моих родителей.
- Позвольте мне быть нужным и полезным...

Подумайте о потребностях своего ребенка о чем он просит?

! Ведь Ваш ребенок – это Ваш ребенок... со своими мыслями и чувствами, в порой, разочарованности. И он обязательно определит Ваше поведение.

АЛГОРИТМ РАБОТЫ С КАРТОЧКОЙ

1. Определение (наименование) «шага»

- Какие мысли вызывает эта фраза?
- Что первое пришло в голову?
- Важна ли эта потребность для Вас? Почему?
- Важна ли эта потребность для ребенка? Почему?

Комментарий: вопросы для обсуждения предложены примерные, специалист может подобрать 1–2 вопроса с учетом категории родителей, количества участников, особенностей уязвимой сферы отношений и др.

2. Размышление над «фразами-обращениями»

- Как Вы понимаете смысл этих слов?

Комментарий: обсуждаются все фразы; важно понять, с какими из них клиент особенно связывает свои взаимоотношения с ребенком.

— Какое из данных обращений ребенка, на Ваш взгляд, более важно для него?

- Какое высказывание наиболее важно для родителя?

3. Работа с силуэтным рисунком

- Что происходит на рисунке? Кто эти люди?
- Какие чувства у Вас вызывает эта ситуация?
- Какие чувства испытывают изображенные люди?
- Что привело к данной ситуации?
- Что происходило с этими людьми накануне?

Комментарий: если на карточке два изображения, можно поработать с одним; вопросы для обсуждения предложены примерные; важно понять, как высказывания клиента отражают его взаимоотношения с ребенком.

4. Установка на обозначение потребности своего ребенка

Специалист поощряет клиента за рассуждения. Обращает внимание на запрос с карточки и фразу с восклицательным знаком, озвучивает их и просит клиента записать свои мысли:

— А теперь подумайте...(суть запроса с карточки)... Это очень важно...(фраза с восклицательным знаком)... Запишите.

Пример: — А теперь подумайте, какая тема разговора важна для Вашего ребенка. Это очень важно: быть может, между слов Вы услышите самое главное и поможете ему.

Комментарий: если клиент отказывается записать высказывание относительно своего ребенка, не стоит настаивать, но попросить подумать и написать это позже дома нужно.

5. Выражение/обозначение данной потребности ребенка

Специалист уточняет готовность клиента произнести вслух написанную фразу. Просит произнести ее вслух. Благодарит за доверие.

Комментарий: если клиент отказывается озвучивать написанное высказывание относительно своего ребенка, не стоит настаивать; возможно, в размышлении над другими «шагами» он будет более откровенен.

6. Обсуждение потребности – закрепление «шага»

- Почему Вы так думаете?
- Как отреагирует на это Ваш(а) сын или дочь?
- Легко ли это сделать?
- Что изменится в Ваших отношениях?

Комментарий: вопросы для обсуждения предложены примерные, специалист может подобрать 2–3 вопроса с учетом категории родителей, количества участников, особенностей уязвимой сферы отношений и др.

7. Рефлексия

Специалист предлагает дома продолжать реализовывать этот «шаг навстречу», размышляя и фиксируя в карточке, можно на обратной стороне, и выполняя его.

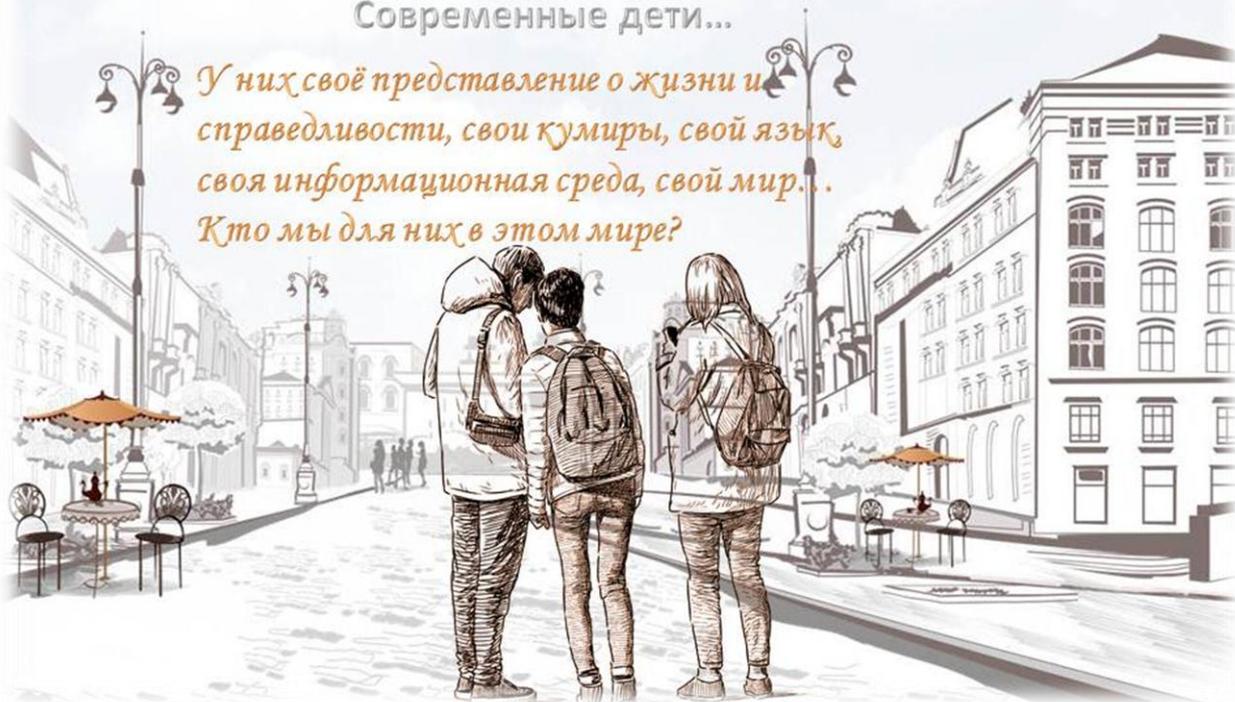
В заключение встречи специалист просит продолжить фразу, сохраняя тематику карточки и акцент встречи, следующим образом: «Я обязательно... (суть ответа клиента на запрос), (перифразирование «Вы» на «Я» фразы с восклицательным знаком).

Пример: Я обязательно буду разговаривать со своим(ей) сыном (дочерью), обсуждать интересующие его(ее) темы, быть может между слов **Я услышу** самое главное и **помогу** ему(ей).

Семь шагов навстречу своему ребенку

Современные дети...

У них своё представление о жизни и справедливости, свои кумиры, свой язык, своя информационная среда, свой мир... Кто мы для них в этом мире?



г.Могилев, ул.Первомайская, 71
каб. 805, 806, 807



директор: 80222 74-93-20
приемная: 80222 73-64-21



mail@mospc.by