



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений



**Автор-составитель – Наталия Буравцова,
кандидат психологических наук, психолог - консультант,
профессор кафедры практической психологии НГИ,
доцент кафедры практической и специальной психологии НГПУ**



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений



Здравствуйте, уважаемые коллеги!

Предлагаю подборку техник, которые можно использовать как для индивидуального консультирования родителей по поводу трудностей в детско-родительских отношениях, так и для групповой работы с участием родителей и детей.

КАКОЙ Я... РОДИТЕЛЬ / РЕБЕНОК

Предлагаем клиенту (в открытую или не глядя) выбрать карту из набора ALLEGORIES и рассказать о себе как о родителе / ребенке.

- какой я как родитель / ребенок
- каковы мои сильные стороны
- как я проявляю их в д/р взаимодействии
- каковы мои слабые стороны
- что я думаю и чувствую в связи с этим
- что я хочу изменить в себе, в связи с этим
- как я дам об этом знать своему ребенку / родителю (возможен выбор дополнительной карты)
- как я смогу осуществить желаемые изменения (возможен выбор дополнительной карты)
- как улучшатся мои отношения с ребенком / родителем (возможен выбор дополнительной карты).

ДАЮ – ПОЛУЧАЮ

Предлагаем клиенту (в открытую или не глядя) выбрать две карты из наборов ALLEGORIES, ОНА, и представить их следующим образом:

- 1-я карта: что очень нужное и важное в настоящий момент я даю своему ребенку (родителю) в качестве родителя (ребенка);
- 2-я карта: что я получаю от него в этих отношениях.

Обсуждаем:

По 1-й карте:

- как я показываю, что даю ему именно это?
- как он к этому относится (принимает, отвергает, обесценивает и т.п.)?
- как я реагирую на такое его отношение?
- действительно ли он нуждается в этом?
- на основании чего сделан такой вывод (реальные факты, социальные установки, что-то еще)?
- какие мои потребности удовлетворяются при этом?
- как по другому я могу удовлетворить эти потребности (если даваемое отвергается или обесценивается)?

По 2-й карте:

- как я показываю ему, что получаю это?
- как он к этому относится (позитивно, обесценивающее, манипулятивно, и т.п.)?
- какие свои потребности при этом удовлетворяю?
- как могу рассказать об этом своему ребенку / родителю?

Автор-составитель – Наталья Буравцова, кандидат психологических наук, психолог - консультант, профессор кафедры практической психологии НГИ, доцент кафедры практической и специальной психологии НГПУ



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений

По ситуации:

- что хочется изменить в сложившейся ситуации?
- как я могу это сделать?
- какие ресурсы у меня есть для этого?
- какие еще необходимы?
- где я могу получить это?
- (возможна замена одной или обеих карт).

Дальнейшая работа направлена на выработку недостающих ресурсов или навыков и проработку стратегий изменения ситуации.

ДОВЕРИЕ – ОТВЕТСТВЕННОСТЬ

Предлагаем клиенту (в открытую или не глядя) выбрать две карты из набора ALLEGORIES и представить их следующим образом:

- 1-я карта: что я готов доверить ребенку, в чем я уверен;
- 2-я карта: какую ответственность я на него возлагаю.

Обсуждаем:

По 1-й карте:

- что именно я готов ему доверить, в чем именно я уверен?
- какие есть для этого основания?
- на чем основан этот вывод (реальные факты, социальные установки, что-то еще)?
- как я даю это понять своему ребенку?
- как он относится к этому?
- какие свои потребности я при этом удовлетворяю?
- на что рассчитываю в итоге?

По 2-й карте:

- в чем заключается эта ответственность?
- какие основания, что ребенок с ней справится?
- на чем основан этот вывод (факты, установки, что-то еще)?
- какие свои потребности я при этом удовлетворяю?
- на что рассчитываю в итоге?

По ситуации:

- что хочется изменить в сложившейся ситуации?
- как я могу это сделать?
- какие ресурсы у меня есть для этого?
- какие еще необходимы?
- где я могу получить это?

Возможна замена одной или обеих карт.

Дальнейшая работа направлена на выработку недостающих ресурсов или навыков и проработку стратегий изменения ситуации.



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений

ОТ САМОПОНИМАНИЯ К ВЗАИМОПОНИМАНИЮ (ДОМ – ДЕРЕВО – ДОРОГА)

Можно работать в открытую или вслепую (или одну карту брать открыто, другую не глядя)

Предложить клиенту выбрать карту из набора ДОМ и представить ее как «Дом, похожий на меня»:

- какой это дом?
- каковы его особенности?
- что демонстрирует его фасад?
- какой он внутри?
- в чем его сила? слабость?
- в чем он нуждается больше всего?
- о чем бормочет по ночам, когда его никто не слышит?

Из набора ДЕРЕВО выбрать карту, и представить ее как образ своего ребенка:

- что это за дерево? какое оно?
- как оно стало таким?
- каковы его сильные стороны?
- где оно берет жизненные силы?
- в чем его слабые стороны?
- в чем оно нуждается?
- к кому может обратиться за помощью?

Из набора ДОРОГИ выбрать карту, и рассказать о ней как о дороге, соединяющей дом и дерево, т.е. родителя и ребенка:

- что это за дорога? какая она?
- чем наполнен ваш путь?
- с чем вы сталкиваетесь на пути?
- чем обладаете, чтобы справиться с трудностями?
- что хочется изменить в сложившейся ситуации?
- как меняетесь вы, идя по этой дороге?
- что скажете, пройдя этот путь?
- с какими словами обратитесь друг к другу?



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений

ПРИНЯТИЕ – ПРИВЯЗАННОСТЬ – СЕПЕРАЦИЯ

Предлагаем клиенту осознанно выбрать из набора ДЕРЕВО карту - образ себя.

- что это за дерево?
- какое оно?
- какой у него характер?
- в чем его сила?
- в чем его слабость?
- насколько оно жизнеспособно?
- как это могут ощущать другие?
- каковы его правила, традиции, привычки?
- как оно чувствует себя сейчас?
- что оно может дать другому?
- на что рассчитывает от близких?

Предлагаем клиенту взять не глядя из набора PERSONITA карту – образ ребенка.

- какой он – этот ребенок?
- какие у него качества?
- какие его черты я принимаю безоговорочно?
- какие черты мне принять труднее?
- что поможет мне принять его таким, какой он есть?

Просим расположить карты в пространстве относительно друг друга.

- как складывается их взаимодействие?
- что каждый может получить от другого?
- какие потребности реализовать?
- чем может поделиться?
- что чувствуют, находясь рядом?
- на что могут рассчитывать?
- как могут улучшить отношения?

Для работы в малых группах

Работа проводится в парах-тройках – ребенок и родители.

Расставание:

Предлагаем участникам представить, что ребенок подросток, он нуждается в познании мира, ему необходимо отправиться в путешествие. Важно:

- с какими напутствиями он покидает родителей (родительское дерево или родительский дом);

- какие слова говорит родителям на прощание,

- каким видится родителям и ребенку предстоящее путешествие.

«Родители» выбирают напутствия (2-3 карточки – фразы из набора ДОМ) и 2-3 карты – образы ожидания (ХАБИТАТ, SAGA, COPE, ОН, КАК, Б.Д.О. и т. п.).

«Ребенок» выбирает карту – образ предстоящего путешествия (ХАБИТАТ, SAGA, COPE, ОН, КАК, Б.Д.О., и т. п.).

Участники обмениваются мыслями и переживаниями (обратная связь):



SMALTA

центр консалтинговых технологий

Коррекция детско-родительских отношений

- как относится ребенок к родительским напутствиям – принимает, не принимает, обесценивает?
- что чувствуют родители по этому поводу?
- совпадают у родителей и ребенка ли по смыслу и чувственному наполнению образы предстоящего путешествия?
- если не совпадают, то в чем?
- что можно изменить, чтобы расставание наполнилось позитивным смыслом?

Время возвращения:

Ребенок вернулся, но он изменился, стал менее знакомым и привычным.

- с чем он вернулся?
- что привнес в нашу жизнь?
- с какими подарками пришел (можно выбрать карты)?
- как вы встретитесь с ним?
- какие слова скажете ему?
- что будете чувствовать?
- как отнесетесь к подаркам?
- как будете строить взаимоотношения?
- что поможет в этом?

Переход на новый уровень отношений:

- какие качества, мысли, чувства помогли пережить расставание? какие помешали?
- как теперь хочется строить отношения с ребенком?
- какие качества в себе развить?
- что хочется осуществить самому / самой?