

## **В помощь школьному психологу**

### **Принципы консультационной работы с родителями, имеющими детей с особенностями психофизического развития.**

Консультативная работа с детьми с ОПФР не будет успешной без поддержки родителей, которым сначала необходимо разъяснить особенности развития их ребёнка, а затем научить эффективным способам взаимодействия с ним. Поэтому программу консультативной работы с родителями, имеющими детей с ОПФР, целесообразно осуществлять в двух направлениях: Информирование – разъяснение на доступном языке особенностей развития ребёнка, причин возникновения отклонений и отставаний в развитии, а также объяснение того, какие опасные последствия для ребёнка несёт нескоординированное взаимодействие с ним;

1. Обучение эффективным способам взаимодействия с детьми и перенесение сформированных умений и навыков в реальные системы отношений.

Основная цель психологической помощи семьям, имеющим детей с ОПФР, состоит в совершенствовании внутрисемейных отношений, способствующих индивидуально-личностному развитию ребёнка. Психологическое консультирование ведётся по нескольким направлениям:

- 1) оценка уровня психологического здоровья ребёнка;
- 2) информирование родителей о психологических особенностях ребёнка;
- 3) повышение их общей психологической грамотности;
- 4) оказание профессиональной помощи в решении заявленной проблемы;
- 5) мобилизация скрытых психологических ресурсов ребёнка, обеспечивающих самостоятельное решение проблемы;
- 6) коррекция нарушения адаптации и личностных дисгармоний ребёнка;
- 7) выявление психологических ресурсов для дальнейшего развития личности ребёнка.

В системе отношений родителей и детей чаще всего используются следующие способы контроля за поведением ребёнка: негативные (наказание, указание, приказы), нейтральные (безоценочное воспроизведение поведенческих реакций детей) и позитивные (просьба, поощрение, стимулирование, дружеская поддержка).

Система обучения родителей эффективным способам взаимодействия с детьми не предполагает полного исключения какой-то группы способов контроля за поведением ребёнка, однако направлена на изменение фиксированных негативных способов. Чем шире арсенал способов контроля за поведением ребёнка, чем адекватнее они используются, тем эффективнее результат.

На первоначальном этапе консультативной работы с родителями, имеющими детей с ОПФР, необходимо информировать их о той логике развития, которая характерна для их ребёнка, и тех возможных прогнозах, которые последуют в ситуации скоординированного и

нескоординированного взаимодействия. Желательно на этом этапе сформировать положительное отношение родителей к перспективам совместной работы, вселить уверенность в том, что их участие станет самым существенным элементом помощи их ребёнку, если оно будет систематическим, заинтересованным и будет обладать глубоким эмоционально-ценностным содержанием. Здесь целесообразно ориентироваться на мини-лекции, дискуссии, использование наглядной информации. Главным итогом работы может стать определённость в позиции родителей, направленная на обеспечение эмоционально-положительного и эффективного взаимодействия с их ребёнком.

После того, как родители приняли к сведению общие рекомендации, необходимо обратить внимание на индивидуальные особенности конкретного ребёнка, а также внутрисемейное взаимодействие.

Следующий этап предполагает обучение родителей Эффективным способам взаимодействия через проектирование и модифицирование реальных ситуаций общения с детьми. В качестве консультационных приёмов на этом этапе могут быть использованы следующие.

*Репетиция поведения.* Психолог исполняет роль непослушного ребёнка, упрямого, не реагирующего на просьбы и требования родителей в определённых ситуациях. Родители вместе с психологом отработывают эффективные способы. Целесообразно при проведении подобной работы использовать аудио- или видеозаписи как материал для анализа. Приобретённые навыки пригодятся родителям на практике в реальных ситуациях.

*Моделирование.* Психолог представляет родителям ролевые модели поведения, побуждая их подражать моделям. Затем психолог моделирует поведение, усиливая, а потом ослабляя конкретные его фрагменты. Например, родитель должен сначала довести свою реакцию до утрированных форм, а потом снизить её до минимума. Это позволит родителям скоординировать свои реакции в обстановке реальной жизни.

*Неподкрепление.* Непроявление внимания к определённым видам поведения ребёнка – такая позиция родителей может облегчить угасание негативных реакций в поведении ребёнка.

*Положительное подкрепление.* Для того, чтобы усилить определённое поведение ребёнка, психолог рекомендует родителям применять социально подкрепляющие стимулы, такие, как похвала, признание, поддержка.

*Контроль стимула.* Важно объяснить родителям, что от отсутствия или присутствия определённых стимулов зависит частота, с которой встречается та или иная реакция у ребёнка, для того, чтобы побудить его к самостоятельной учебной активности, рекомендуется устранить с того места, где ребёнок занимается, все отвлекающие стимулы, но сразу предоставить их после того, как ребёнок справится со своим заданием.

Следующий этап работы с родителями включает метод саморегуляции их состояний. От того, насколько они способны координировать свои собственные реакции, зависит эффективность их взаимодействия с ребёнком.

В качестве консультативных методов, направленных на повышение уровня саморегуляции состояния родителей можно предложить следующее.

*Идентификация чувств.* Точное обозначение чувств. Например, родители могут говорить, какое чувство, какую эмоциональную реакцию они в данный момент испытывают. При идентификации чувств главную роль играет изучение собственных особенностей эмоциональной сферы. Психолог помогает родителям разобраться с неясными или неверно истолкованными чувствами и эмоциональными реакциями.

*Использование позитивных образов.* Представление какой-либо ситуации - реальной или предполагаемой – связанной с прошлым настоящим или будущим, в которую включены ребёнок или родитель. Положительный эффект позитивных образов включает в себя снижение напряжённости подавление тревоги.

*Временная проекция (или лёгкая пробежка по времени).* Родителям предлагается мысленно вернуться к тем событиям детства, в которых они испытывали те же эмоциональные состояния, что и их ребёнок. Также полезно представить, как могли бы выглядеть их реакции при прошлых ситуациях в настоящем.

*Использование образов, предохраняющих от возможных негативных реакций.* Эта техника помогает готовить родителей к ситуациям, в которых у них, возможно, возникнут негативные отрицательные реакции. Психолог побуждает родителей мысленно представить, как они будут справляться с этими реакциями, т.е. научиться управлять своими реакциями в реальных ситуациях.

*Техника снятия мышечного и эмоционального напряжения.* Обучая родителей методам релаксации, психолог осваивает вместе с ними приёмы снятия мышечного и эмоционального напряжения.

Заключительный этап консультативной работы предполагает вовлечение детей в процесс отработки приёмов эффективного взаимодействия родителей и детей в моделируемых ситуациях с участием психолога. Этот процесс должен проходить поэтапно. Сначала желательно включить ребёнка в работу как бы случайно, непреднамеренно, только потом вывести его на позицию активного участника процесса. В случае несоблюдения данной последовательности ребёнок может отгородиться, замкнуться или, наоборот, утрированно выразить свои реакции. Работу на этом этапе рекомендуется проводить в игровой форме.

Можно использовать следующие техники игровой терапии:

**Техника «Смена ролей».** Ребёнку и родителям предлагается поменяться местами. Ребёнок выбирает ситуацию, в которой, по его мнению демонстрировалась неверная позиция родителей: сначала изображает её, а потом изменяет согласно своему представлению. Родители также ведут себя так, как вёл себя ребёнок в данной ситуации, а потом показывают в своём поведении те реакции, которые хотели бы видеть у своего ребёнка. Работа ведётся и с «детьми», и с «родителями» от первого лица.

**Техника «Строительство».** Родители и дети, используя помощь психолога, строят здание хороших отношений, кирпичиками которого являются те отношения, которые принимаются и детьми, и родителями.

**Техника «Риск ответственности».** Родители и дети учатся принимать на себя ответственность сначала в тех ситуациях, в которых доля риска невелика, а затем ответственность друг за друга.

**Техника позитивных отношений.** Сначала родителям, потом детям психолог предлагает использовать внутренний диалог друг с другом, состоящий только из позитивных утверждений, и найти в каждом те достоинства и положительные качества, которые до данного момента они принимали, как само собой разумеющееся.

Родителям и детям будет полезно проведение релаксационных упражнений.

**Техника «Скульптура».** Может быть использована для снятия мышечного напряжения. Родители и ребёнок по очереди выполняют роль скульптора и скульптуры. По заданию психолога «скульптор» лепит из глины «скульптуру»: ребёнка (взрослого), который всегда доброжелателен, ребёнка (взрослого), который ничего не боится, и т.д. После выполнения задания следует обсудить с детьми и родителями, что они чувствовали, какую фигуру приятно было изображать, а какую – нет.

**Техника «Путешествие».** Помогает снять психоэмоциональное напряжение. Ребёнку и родителям предлагается вспомнить и подробно рассказать о приятном путешествии, которое они совершили вместе. Возможно неоднократное повторение этого рассказа. Затем психолог предлагает ребёнку взять за руки родителей, удобно сесть и, закрыв глаза, ещё раз мысленно совершить это путешествие. Упражнение рекомендуется использовать в тех случаях, когда взрослый и ребёнок столкнулись с очевидным противоречием, и прежде чем его решить, можно активизировать опыт позитивного взаимодействия.

Рассмотренные в данной статье рекомендации по организации и осуществлению психоконсультативного процесса могут служить общим ориентиром в системе практической помощи семьям, имеющим детей с особенностями психофизического развития.

Подготовила: Мышепуд Наталья Павловна,  
педагог-психолог УО «Столинский ГРЦКРОиР»

## Рекомендуемая литература

1. Бодалёв, А.А. Основы психологического консультирования. – М., 1986
2. Захаров, А.И. Предупреждение отклонений в развитии ребёнка. – СПб., 1997
3. Карabanова, О.А. Игра в коррекции психического развития ребёнка. – М., 1997
4. Мамайчук, И.И. Психокоррекционные технологии для детей с проблемами в развитии. – СПб.: Речь, 2004
5. Мастюкова, Е.М., Московкина, А.Г. Семейное воспитание детей с отклонениями в развитии. – М.: ВЛАДОС, 2003
6. Слабодяник, Н.П. Психологическая помощь школьникам с проблемами в обучении. – М., 2004