

ОКСАНА ОЛЕКСЮК

ПСИХОЛОГІЯ БАТЬКІВСТВА

Організація самостійної роботи студентів
в умовах дистанційного навчання



Миколаївський національний університет
імені В. О. Сухомлинського

ОКСАНА ОЛЕКСЮК

ПСИХОЛОГІЯ БАТЬКІВСТВА

**Організація самостійної роботи студентів
в умовах дистанційного навчання**

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

Миколаїв
Видавець Румянцева Г. В.
2022

УДК 88.576
ББК 159.9
О-53

Рецензенти:

Павелків Роман Володимирович – перший проректор, доктор психологічних наук, професор, академік Академії наук Вищої школи України, завідувач кафедри вікової та педагогічної психології Рівненського державного гуманітарного університету;

Грищенко Світлана Владиславівна – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри соціальної роботи та освітніх і педагогічних наук Національного університету «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка;

Опанасенко Людмила – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології Чорноморського національного університету імені Петра Могили

Чугуєва Інна Євгенівна – кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри соціально-гуманітарних дисциплін Національного університету кораблебудування імені адмірала Макарова

*Рекомендовано до друку на засіданні вченої ради
Миколаївського національного університету імені В. О. Сухомлинського
(протокол № 12 від 26 грудня 2022 року)*

Олексюк О. Є.

О-53 Психологія батьківства. Організація самостійної роботи студентів в умовах дистанційного навчання : навчально-методичний посібник // автор-укладач: Олексюк О. Є. – Миколаїв : СПД Румянцева, 2022. – 152 с.

ISBN 978-617-729-132-8

Навчально-методичний посібник містить завдання самостійної роботи з дисципліни «Психологія батьківства», яка є варіативною для студентів спеціальності 053 Психологія. Навчально-методичний посібник містить упорядкований матеріал до самостійної роботи студентів, методичні вказівки щодо процедури виконання завдань самостійної роботи під час дистанційного навчання.

Для використання викладачами та студентами університету у навчальному процесі.

УДК 88.576
ББК 159.9

© Олексюк О. Є., 2022

ISBN 978-617-729-132-8

© МНУ імені В. О. Сухомлинського, 2022

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	4
РОЗДІЛ 1. ЗАВДАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ	
Самостійна робота № 1	
Скласти тест або кросворд	5
Самостійна робота № 2	
Інформаційне повідомлення	15
Самостійна робота № 3	
Аналіз книги з психології батьківства	19
Самостійна робота № 4	
Перегляд фільму з наступним аналізом	22
Самостійна робота № 5.	
Твір-роздум «Моя подяка»	25
Самостійна робота № 6.	
Написання та захист реферату з психології батьківства	28
Самостійна робота № 7.	
Анкетування	30
Самостійна робота № 8.	
Аналіз психотерапевтичної ситуації	36
Самостійна робота № 9.	
Аналіз психолого-педагогічної ситуації	57
Самостійна робота № 10.	
Розробка психологічного тренінгу	62
РОЗДІЛ 2. ДОДАТКОВИЙ МАТЕРІАЛ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ	
<i>Додаток 1. Психологічні методики</i>	63
<i>Додаток 2. Психологічна вправа</i>	74
<i>Додаток 3. Психотерапевтичні ситуації</i>	78
<i>Додаток 4. Цікавинки для самостійного опрацювання</i>	124
ЛІТЕРАТУРА	150

ПЕРЕДМОВА

Батьківство є базовою життєвою місією, важливим станом та значною соціально-психологічною функцією людини. Характер батьківства відображається на якості нащадків, стає гарантом особистого щастя людини та основою майбутнього суспільства.

Правильне виховання підростаючого покоління у сім'ї, розуміння батьками психологічної складової виховання дітей, відповідальність за вміле використання методів сімейного виховання, виконання покладених на них функцій – це завдання, що стоять перед самими батьками та психологами, які ведуть психолого-педагогічну та профілактичну роботу з батьками учнів.

З метою озброїти студентів з питань батьківства як психологічного явища й було запроваджено вибірккову дисципліну «Психологія батьківства».

Актуальність підготовки навчального посібника «Психологія батьківства. Організація самостійної роботи студентів в умовах дистанційного навчання» очевидна, оскільки такого роду навчально-методичні посібники поповнюють методичну базу вивчення дисципліни, стають на допомогу студентам в розумінні змісту та виконанні завдань самостійної роботи.

Навчально-методичний посібник містить завдання самостійної роботи, в яких чітко прописана процедура їх виконання. Зміст завдань є методично обґрунтованим, корисним та цікавим для студентів. Запропоновані у навчально-методичному посібнику психологічні методики збагачують його зміст, надаючи студентам певний психологічний інструментарій вивчення батьківських стосунків. Наведені психологічні ситуації до завдання самостійної роботи з досвіду роботи психотерапевта націлює студентів на розуміння специфіки роботи психолога, а ігрові ситуації озброюють досвідом вирішення конфліктних ситуацій.

Підготовлений навчально-методичний посібник значно розширить можливості студентів у вивченні дисципліни «Психологія батьківства» та виконанні самостійної роботи.

РОЗДІЛ 1. ЗАВДАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

У розділі подані завдання самостійної роботи студентів з зразками їх виконання. До деяких завдань студентам пропонуються для виконання різні варіанти завдань (за вибором студента). Інший варіант завдання студент, за бажанням, теж може виконати, при цьому отримавши додаткові бали.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 1.

СКЛАСТИ ТЕСТ АБО КРОСВОРД (за вибором студента)

За теоретичним матеріалом лекцій скласти тести або кросворд, враховуючи вимоги, що описані в завданні. Студенти мають право виконати обидва завдання й отримати додаткові бали.

Складання тесту за теоретичним матеріалом лекцій

Мета: активізувати студентів до ознайомлення з теоретичним матеріалом тем дисципліни Психологія батьківства.

Завдання: за обраною темою лекційного матеріалу скласти тести різних рівнів (не менше 10 питань).

Зміст письмового звіту: подати до звіту матеріал за двома блоками: 1-ий блок – питання тесту, 2-ий блок – відповіді на питання тесту.

Зміст усного звіту: на практичному занятті на вимогу викладача або за бажанням виступити з питаннями тесту.

Складання кросворду за теоретичним матеріалом лекцій

Мета: активізувати студентів до вивчення теоретичного матеріалу дисципліни Психологія батьківства.

Завдання: за обраною темою лекційного матеріалу скласти кросворд (не менше 20 питань).

Зміст письмового звіту: подати до звіту матеріал за двома блоками: 1-ий блок – питання кросворду, 2-ий блок – відповіді на питання кросворду. Матеріал має бути оформлений у форматі Microsoft Excel.

Зміст усного звіту: на практичному занятті на вимогу викладача або за бажанням виступити з питаннями кросворду; під час проведення заняття перевірки самостійних та індивідуальних завдань виступити з захистом кросворду.

Приклад виконання задання

Блок I. Тести

Тести до теми «Шлюб та його психолого-педагогічні засади»

I рівень

1. Союз, який укладають чоловік і жінка на офіційних правових засадах, закріплюючи свої матеріальні й особистісні інтереси, - це:
 - а) сім'я;
 - б) шлюб;
 - в) спільна справа.
2. За сутнісними ознаками розрізняють:
 - а) первинну і вторинну сім'ї;
 - б) єдину та відокремлену сім'ї;
 - в) первинну та функціональну сім'ї.
3. Внаслідок спілкування з батьками, іншими людьми у дитини формуються:
 - а) фізичні якості;
 - б) статево-сімейно-рольові якості;
 - в) особисті та професійні якості.
4. Хто з науковців запропонував концепцію п'яти шлюбних чинників для діагностування шлюбних союзів, які переживають кризи:
 - а) Г. Васильченко;
 - б) Ю. Решетняк;
 - в) І. Юнда.
5. Матеріальний чинник шлюбного потенціалу зумовлюється:
 - а) співвідношенням інтелектуально-культурних запитів членів подружжя;
 - б) внеском партнера у спільний матеріальний статус сім'ї;
 - в) єдністю та цілісністю людської поведінки.
6. Сприятливий шлюбний вік визначається:
 - а) психологічною зрілістю;
 - б) соціальною підготовленістю до подружнього життя;
 - в) усі відповіді правильні.
7. Скільки стадій розвитку шлюбу виокремлює американський

психолог Д. Вітакер?

- а) 6;
- б) 10;
- в) 11.

8. Союз чоловіка та жінки без офіційної реєстрації стосунків:

- а) гармонійний шлюб;
- б) цивільний шлюб;
- в) розірваний шлюб.

II рівень

9. Установіть відповідність між етапами розвитку партнерських взаємин:

- 1. Етап первинної адаптації
- 2. Етап прогресуючої адаптації
- 3. Етап стабільної адаптації

А) Охоплює перші роки подружнього життя, яким притаманні встановлення стійкого сексуального стереотипу.

Б) Відбуваються відкриття нових можливостей у сексуальних контактах.

В) Триває до згасання сексуальної активності

III рівень

10. Надайте розгорнуту відповідь:

- Опишіть стадії розвитку шлюбу (Д. Вітакер).

Блок II. Відповіді

I рівень

1. б); 2. а); 3. б); 4. а); 5. б); 6. в); 7. в); 8. б)

II рівень

9. 1 – Б; 2 – А; 3 – В

III рівень

10. Американський психолог Д. Вітакер виокремлює такі *стадії розвитку шлюбу*:

1) *трикутник відносин з родичами*. У цьому трикутнику чоловік думає, що одружувався з жінкою, а насправді він одружився з іншою сім'єю. Він повинен здобути, забрати від них цю жінку, оскільки її

біологічний зв'язок із сім'єю набагато сильніший, ніж психосоціальний зв'язок із чоловіком, за якого вона недавно вийшла заміж. Те саме стосується і дружини: вона думає, що оволоділа чоловіком, а насправді стала дочкою («другого гатунку») для його батьків, які сподіваються скористатися нею для продовження своєї сім'ї, але не хочуть відповідати за неї як за «свою»;

2) *пошук спостерігача за процесом двосторонньої психотерапії*, що відбувається серед подружжя. Це може бути залучення товариша, знайомого до розв'язання подружніх проблем, звернення до професійної терапії з наміром знайти керівника у спробах бути одночасно психотерапевтами і пацієнтами один для одного.

3) *руйнування прихованого бар'єра «батьки-діти»*. Воно відбувається завдяки переходу від саркастичного тону спілкування до нормального, усвідомленню, що кожний партнер є рівноправним у стосунках;

4) *свідоме прагнення до єдності*. Подружжя, готуючись до появи дитини, заводять яку-небудь тварину, купує машину тощо, вважає, що це їхнє, спільне. Завдяки цьому вони з'ясовують, чи дадуть раду чомусь меншому, ніж людина, але такому, що вимагає спільних дій;

5) *приєднання до своїх рідних і повторна індивідуалізація*. Жінка може по-дорослому спілкуватися зі своєю сім'єю, одночасно належати до двох сімей: тієї, в якій вона народилась, і тієї, яку вона створює. Таким може бути зі своїми батьками і в новій сім'ї чоловік;

б) *стосунки двох цілісних особистостей - чоловіка і дружини*. На цій стадії виникає кохання, яке не залежить від сексуального потягу або сексуальної привабливості. Воно не подібне на первинну закоханість, зречення від особистих прав заради належності до системи (шлюбу, сім'ї), яка створюється;

7) *свідоме залучення сторонніх (фахівців) у трикутник стосунків для спільного прийняття рішення*. Такі наміри і дії мають на меті зробити свою команду ефективнішою, гнучкішою, сильнішою;

8) *рівні стосунки*. Взаємини у сім'ї стають настільки міцними,

що члени подружжя можуть віддалятися один від одного та наближатися один до одного, усвідомлюючи, що вони є індивідуальностями і єдиним цілим;

9) *психологічне розлучення і новий результат шлюбу*. Відкриття радості і болю психологічного розлучення є основою цілковитої зрілості, спонукає уважно поставитися до небезпеки відмови від рішення продовжувати життя в єдиній сім'ї;

10) *народження дитини*. У шлюбній парі раптом виникає новий трикутник (мати, батько і дитина), що змінює стосунки між членами подружжя;

11) *створення союзу двох сімей (рівнозначних)*, звідки вийшли він і вона. Досягти такого союзу на емоційному рівні буває важко і неможливо, тому його нерідко імітують, подаючи псевдосоюзи між однією сім'єю і кимось з іншої сім'ї як союз двох великих груп.
Автор – студ. І.В.

Приклад виконання

Запитання до кросворду

За вертикаллю

1. Який шлюб охоплює зачарування першим коханням, переборені перші побутові розчарування, прийняття партнера з усіма його перевагами та недоліками, трансформацію міжособистісних стосунків на різних етапах життя?
2. Що називають процес розірвання подружнього зв'язку?
6. Хто є прикладом у хлопців статево-сімейно-рольових якостей?
7. Що є частою причиною розлучень?
11. Хто встановив, що подружнє життя має характерні особливості у трьох основних вікових фазах?
12. Який шлюб сприймають як вищу форму зобов'язання?
14. Поява кого у сім'ї змінює стосунки подружжя?
16. Назвіть один із чинників загального шлюбного потенціалу
18. Кому за законом України дозволяється вступати в шлюб з 17 років?

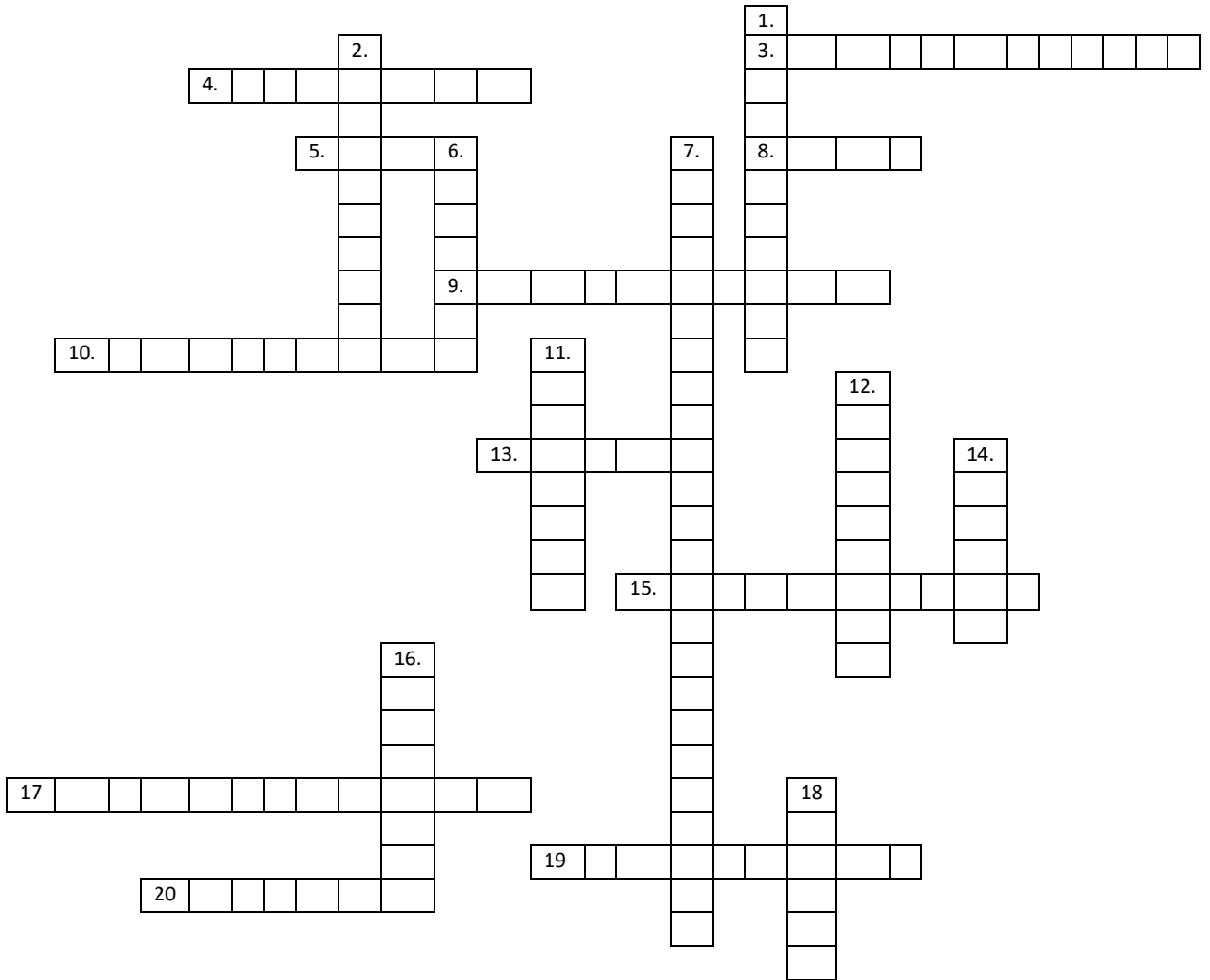
За горизонталлю

3. Яка сумісність має особливе значення для гармонійного спільного життя?
4. Про який шлюб йдеться мова, коли домінують конфлікти з різних приводів?
5. Як називається союз, який укладають чоловік і жінка на офіційно правових засадах?
8. Хто є прикладом у дівчат статево-сімейно-рольових якостей?
9. Який чинник шлюбного потенціалу залежить від співвідношення інтелектуально-культурних запитів членів подружжя?
10. Скільки стадій розвитку шлюбу виокремлює психолог Вітакер?
13. Хто є ініціатором розірвання шлюбних стосунків майже в 70% випадках?
15. Як називають шлюб, в якому є кохання одного з подружжів та повага іншого члена подружжя?
17. Дайте назву етапу розвитку партнерських взаємин, який може тривати перші роки подружнього життя?
19. Як називають союз чоловіка та жінки без офіційної реєстрації стосунків?
20. Який підпис являє собою визнання відповідальності за іншого, готовності слугувати інтересам сім'ї, іноді навіть усупереч своїм?

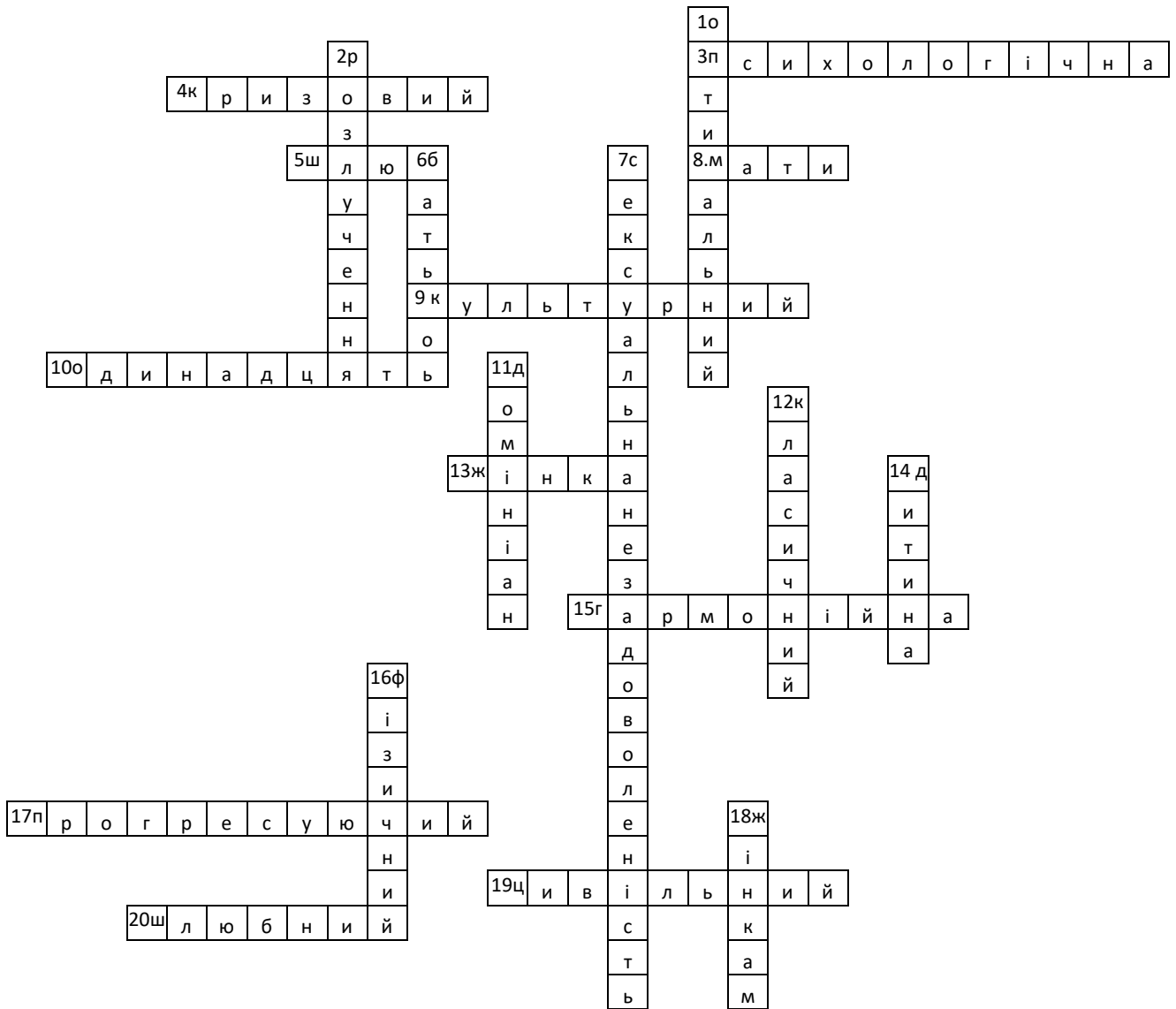
Відповіді до кросворду

За вертикаллю – 1. Оптимальний; 2. Розлучення; 6. Батько; 7. Сексуальна незадоволеність; 11. Домініан; 12. Класичний; 14. Дитини; 16. Фізичний; 18. Жінкам.

За горизонталлю – 3. Психологічний; 4. Кризовий; 5. Шлюб; 8. Мати; 9. Культурний; 10. Одинадцять; 13. Жінка; 15. Гармонійний; 17. Прогресуючий; 19. Цивільний; Шлюбний. Автор – студ. М.П.



Мал 1 Схема кросворду



Мал. 2 Кросворд з відповідями

За горизонталлю

1. Союз, який укладають чоловік і жінка на офіційних правових засадах, закріплюючи свої матеріальні й особистісні інтереси.

3. Який потенціал формується на основі фізичного, матеріального, культурного, сексуального та психологічного чинників?

6. ... шлюб - союз чоловіка та жінки без офіційної реєстрації стосунків

12. Функція сім'ї яка полягає в підтримці здоров'я, життєвого тону, організації дозвілля й відпочинку, сім'я стає оздоровчим середовищем, де будь-який член сім'ї може сподіватися на турботливе ставлення рідних і близьких.

14. Який чинник шлюбного потенціалу (КЧ) залежить від співвідношення інтелектуально-культурних запитів членів подружжя.

За вертикаллю

2. Як називається шлюб коли переважають стосунки без достатньої поваги або надмірна прихильність одного з членів подружжя наражається на байдужість, неповагу іншого, що провокує сварки, патологічні прояви ревнощів;

4. Який чинник шлюбного потенціалу визначає єдність і цілісність людської поведінки?

5. Етап якої адаптації охоплює перші роки подружнього життя, яким притаманні встановлення стійкого сексуального стереотипу, активне ритмічне статеве життя з повноцінним взаємним задоволенням, народження дітей?

7. Одна з найважливіших форм організації життя людей, яка має фундаментальне значення як для індивіда, особистості, так і для суспільства.

8. Стосунки, для яких характерним є протистояння окремих членів сім'ї і небажання жодної сторони іти на компроміс.

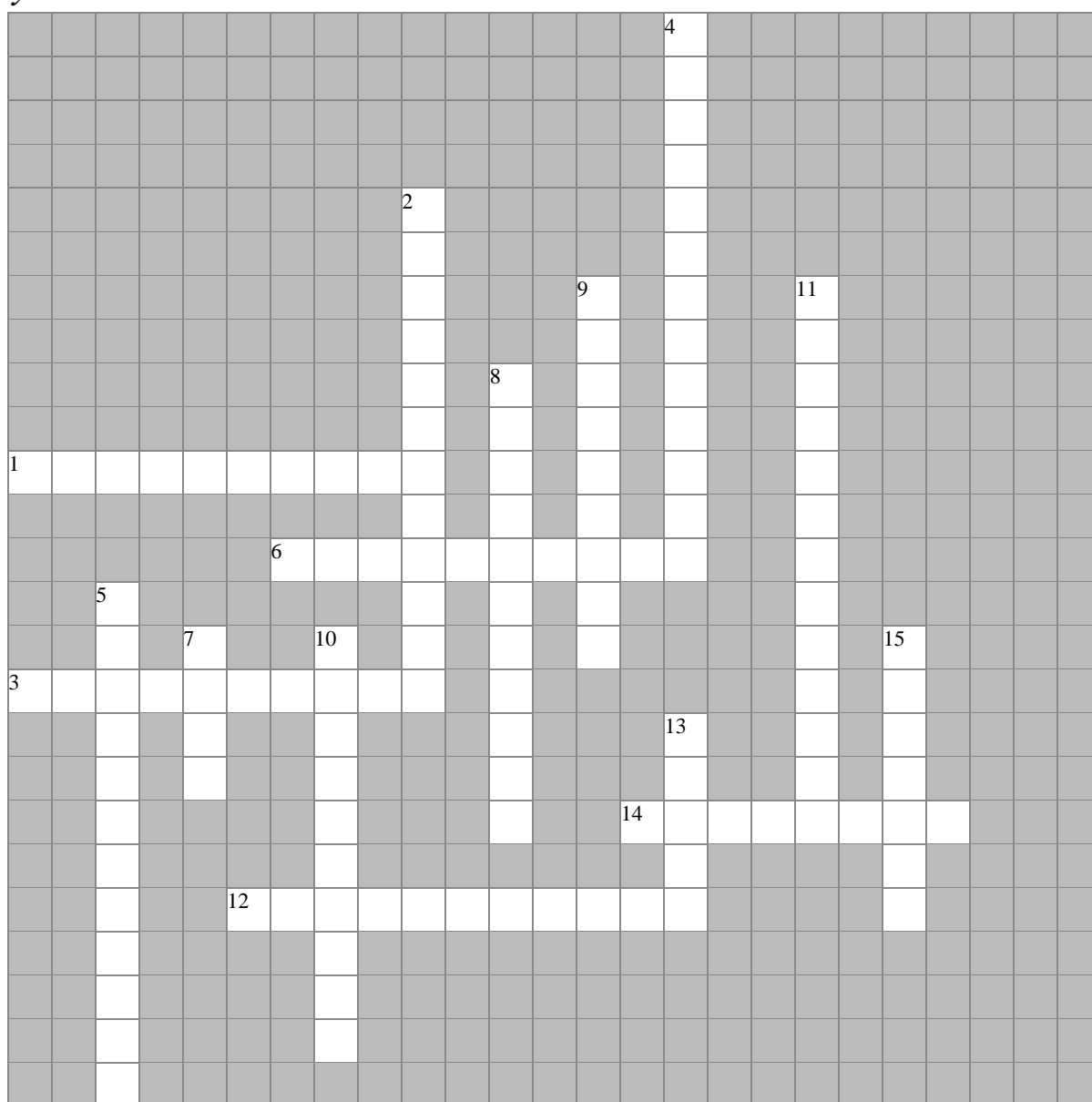
9. Домінування стосунків, коли переважає прагнення кожного довести свою зверхність над іншими за будь-яку ціну.

10. Стосунки, які базуються на прагненні окремих членів родини перевершити один одного в якійсь справі.

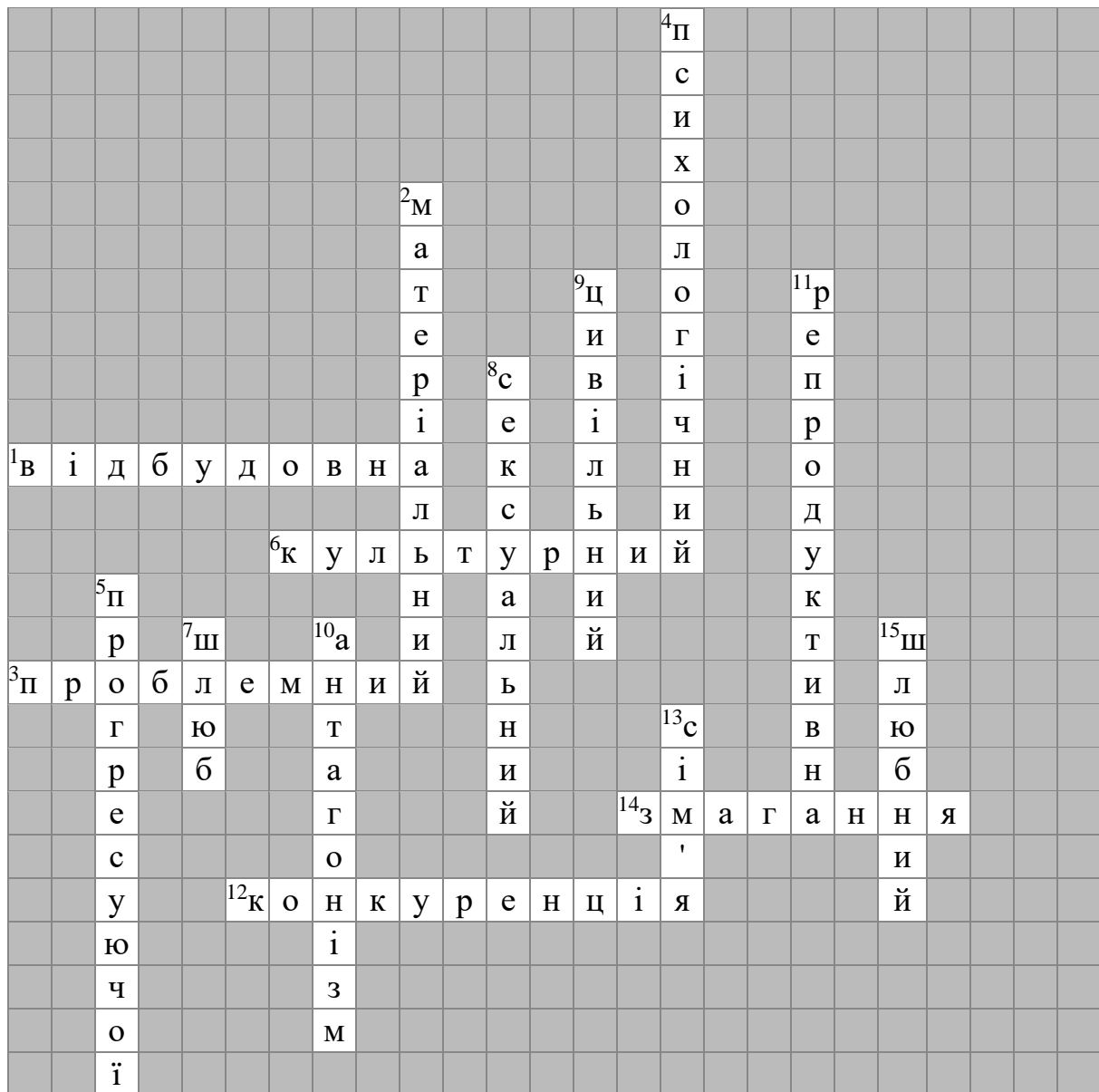
11. Функція яка містить у собі відтворення в дітях чисельності батьків, тобто бере участь у кількісному і якісному відтворенні населення.

13. Який чинник шлюбного потенціалу (СЧ) ґрунтується на відповідності реальної програми інтимної близькості кожного партнера очікуванням іншого?

15. Який чинник шлюбного потенціалу (МЧ) зумовлюється внеском партнера у спільний матеріальний статус сім'ї, відповідністю цього внеску вимогам та очікуванням іншого партнера? Автор – студ. К.С.



Мал. 3 Схема кросворду



Мал. 4 Кросворд з відповідями

САМОСТІЙНА РОБОТА № 2.

ІНФОРМАЦІЙНЕ ПОВІДОМЛЕННЯ З ТЕМИ (тема за вибором студента)

«Як підготувати дитину до появи малюка в сім'ї» або «Тактика формування позитивних стосунків між старшим і молодшим поколінням у сім'ї»

Написати на 3-5 сторінок матеріал щодо обраної теми, в якому розкрити теоретичний аспект окресленої проблеми та можна подати приклади практичних порад для конкретного віку дитини.

Приклад виконання завдання

Як підготувати дитину до народження братика або сестрички?



Незабаром у вашої дитини народиться брат чи сестра. Це хвилююча подія для всієї родини, і Ваш малюк не повинен бути осторонь. Питання лише в тому, як і чому вона повинна бути присвячена. Чи варто дітей старшого віку

водити на сеанси УЗД, чи дозволяти їм брати участь у виборі імені? І головне, як, яким чином повідомити про майбутню подію?

Дуже важливо вибрати правильний момент для повідомлення про вагітність матері. Не поспішайте, краще дочекайтеся третього-четвертого місяця, коли ризик викидання знизиться, і ви адаптуєтесь до свого «положення». Але не відкладайте розмову до тих пір, поки не почне рости живіт. Не ізолюйте дитину від того, що відбувається, дайте їй можливість брати участь в очікуванні нового члена сім'ї.

Повідомляючи про вагітність матері, батьки не повинні відчувати провини і виправдовуватися, нібито вони зробили щось не так зі своєю старшою дитиною. Також не кажіть, що йому вирішили народити дитину, щоб було з ким грати. Старша дитина не повинна розділяти відповідальність, пов'язану з появою малюка, це справа батьків і тільки батьків. Народження братика чи сестрички має якомога менше змінити життя старшої дитини, особливо якщо він був єдиним у родині. З появою нової дитини первістки особливо гостро переживають відчуття покинутості, адже вони звикли бути в центрі уваги батьків і не з ким не ділитися любов'ю. Тому, якщо старшого потрібно переселити в іншу кімнату або відправити в дитячий садок, зробіть це заздалегідь, щоб він не пов'язував зміни у своєму житті з

появою новонародженого і не вважав, що його відсунули на «задній план».

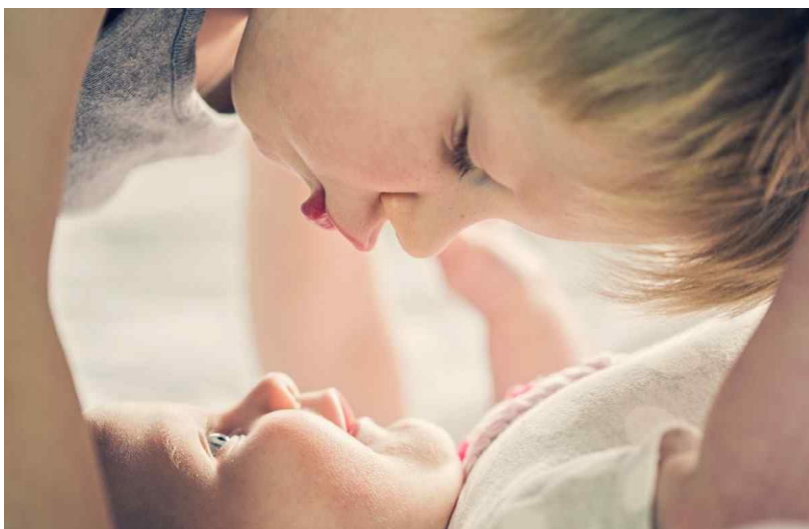
Як повідомити дитині про майбутню подію? Краще, якщо батьки зроблять це разом, наприклад, так: «У нас для вас хороша новина. Наша сім'я скоро стане більше, у нас народиться дитина. А у вас буде брат чи сестра. Ми дуже раді цьому». Не питайте відразу дитину, чи щаслива вона. Він не повинен думати, що почуття, які він відчуває, можуть вплинути на хід подій.

Якщо вашій дитині менше 18 місяців, пояснення можна обмежити простими словами: «У мами в животику малюк, він там ростиме, а потім народиться. Мама зараз буде більше втомлюватися і не зможе брати тебе на руки». Малюк в цьому віці ще не відчуває муки ревнощів, але він помітить, що мама не завжди може з ним поводитися, побігати, пограти. Поясніть йому, що до народження малюка пройде багато днів і ночей. Розкажіть йому, яким малюк буде спочатку і як за ним доглядати. Поясніть, що новонароджений не грає в ігри, не розмовляє, багато спить. Якщо попередити про це старшу дитину, він буде менше розчарований при появі малюка.

Діти від 2 до 5 років, здебільшого, відчувають сильне почуття ревнощів, коли в сім'ї з'являється новонароджений. Дитячі ревнощі проявляються в різноманітних формах. Багато 2-3-річних дітей (а іноді і 4-5-річних) при появі в будинку новонародженого всіляко демонструють батькам бажання стати такими ж маленькими, як він. Наприклад, дитина може просити погодувати її з пляшечки, покачати на руках або покатати в колясці. Він раптово починає мочитися в ліжечко, смоктати великий палець, намагаючись у всьому бути схожим на немовля. Він хоче, щоб мама робила з ним всі ті, як йому здається, надзвичайно приємні процедури, які вона робить з немовлям. До речі, розвитку почуття ревнощів може сприяти і не зовсім коректна поведінка тата, бабусі і дідуса. Буде краще, особливо на перших порах, якщо тато буде більше уваги приділяти старшому. Йому це потрібно набагато більше, поки малюка цілком влаштовує мамине суспільство. Нехай бабуся і дідусь, приходячи провідати

новонародженого, також приділяють увагу старшій дитині, приносять подарунки кожному з дітей.

Діти до 5 років ще дуже залежні від батьків, їхні інтереси в основному пов'язані з колом сім'ї, тому вони особливо гостро реагують на зміну свого становища в сім'ї. Не придушуйте в малюка почуття ревності, не соромте його. Він має право на ці почуття. Щиро поговоріть з малюком, скажіть йому, що ви будете любити його не менше, коли з'явиться малюк, але також поясніть, що малюк займе певне місце в сім'ї і забиратиме час у батьків. Розкажіть йому, яким він був у дитинстві. Нагадайте йому, як він ріс, ставав все більш спритним і самостійним. Скажіть йому, що він може навчити малюка того, що вмів робити сам. Опишіть ті радісні моменти, які



супроводжують народження малюка: ви можете взяти його на руки, дати йому соску, допомогти йому викупатися. Але також скажіть, що якщо вам не хочеться, він не може мати справу з дитиною. У такому небажанні немає нічого поганого.

Після 6 років дитина, як правило, дещо віддаляється від батьків, для нього стають важливими стосунки з однолітками, його життєвий простір розширюється і починає виходити за межі сім'ї, з'являються хобі та улюблені заняття. Він, звичайно, може відчувати ревності, але не дуже сильні. Йому легше змиритися з тим, що з появою нового члена сім'ї він на деякий час відійде для батьків на другий план. У цьому віці він вже досить чітко уявляє собі, яким буде його спілкування з майбутнім братом або сестрою. Тому, швидше за все, він не піде на непередбачувану реакцію на появу маленького.

Практичні поради для тат і мам

1. Попросіть дитину зробити гарний малюнок, помістити його в рамку і повісити в кімнаті новонародженого.

2. Нехай стежить за днями, що залишилися до народження малюка, відриваючи листочки з календаря з веселими картинками, віршиками або загадками.

3. Запропонуйте йому зіграти роль фотокореспондента (якщо дитина досить доросла), коли малюка привезуть додому з пологового будинку. Він буде гордий і поглинений цією роллю, що позбавить його від деяких переживань і дозволить відчувати причетність до того, що відбувається.

4. Поговоріть з ним про його власне народження, подивіться на дитячі фотографії, поговоріть про щастя, яке ви пережили в ті дні. Нехай він вибере для свого особистого альбому фотографії, які здаються йому найважливішими. Покажіть дитині, що для вас важлива кожна хвилина її життя.

<https://publish.com.ua/ditlakh-y-i-dity/yak-pidgotuvati-starshu-ditinu-do-narodzheniya-molodshogo.html>

САМОСТІЙНА РОБОТА № 3.

АНАЛІЗ КНИГИ з психології батьківства

Прочитати книгу про сімейні стосунки, виховання дитини у сім'ї та підготувати її аналіз-презентацію.

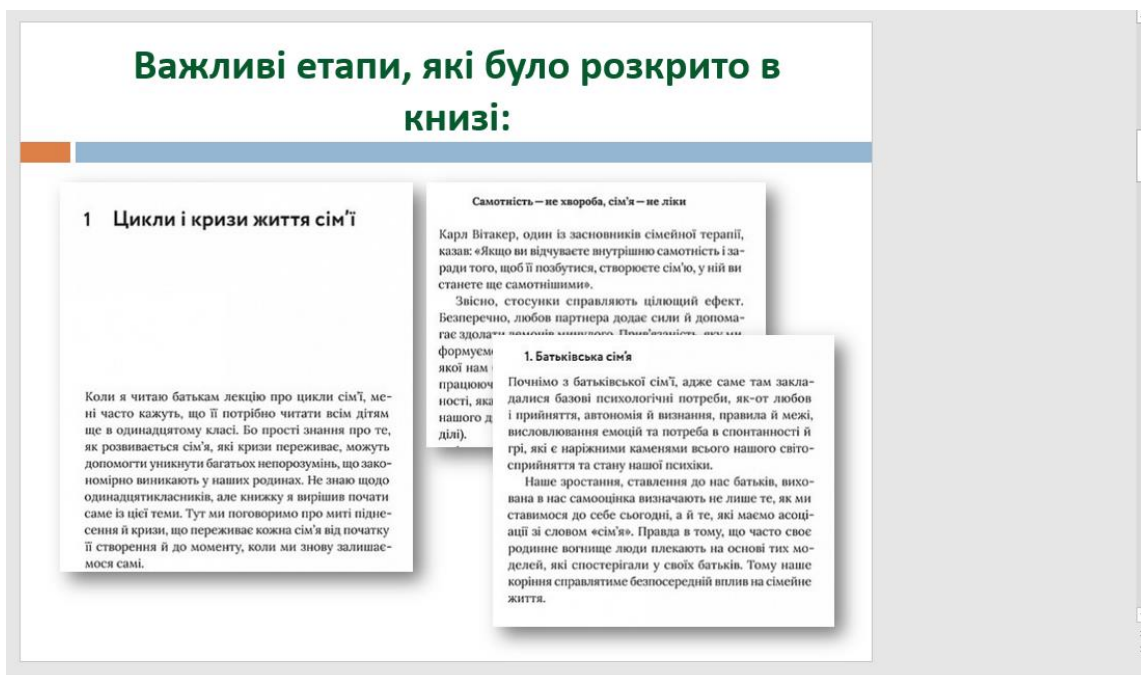
Мета: активізувати пізнавальний інтерес студентів до ознайомлення з науковими, науково-популярними дослідженнями та публікаціями науковців з психології батьківства.

Завдання: студент повинен прочитати книгу з психології батьківства, занотувати цікаві цитати до читацького щоденника з власними примітками, письмово та усно звітувати про прочитану книгу.

Зміст письмового звіту: письмово оформити звіт об'ємом від 2 сторінок – надати бібліографічний запис посилання на книгу, у вільній творчій формі навести свої думки, враження від прочитаної книги, підтверджуючи їх посиланнями на конкретні цитати.

Зміст усного звіту: виступити перед студентами академічної групи з розповіддю про прочитану книгу: назвати автора, назву книги; протягом 5-7 хвилин розповісти, що корисного та цікавого можна взяти з цієї книги для свого майбутнього життя та майбутньої професійної діяльності.

Приклад виконання завдання



Мал. 5. Скріни зі слайдів мультимедійної презентації про зміст книги

Мої враження від книги

□ Легко і пізнавально

- Після прочитання цієї книги я одразу подумала про те, що обов'язково замовлю іншу його книгу. Дуже подобається те, що написана вона легко, чітко і ясно без психологічних термінів, саме тому підходить для читання будь-кому, хто бодай трохи зацікавлений в стосунках між людьми. Володимир Станчишин не відкриває Америку своєю книгою, а проте на певні моменти відкрив мені очі.
- І хоча, зазвичай, я важко читаю літературу нон-фікшн, цю прочитала швидко. Єдине, на що я раджу звернути увагу перед тим, як купувати книгу – це те, що її опис трошки вводить в оману. Коли я купувала, думала, що там буде більше про стосунки між закоханими людьми, проблеми, ситуації, травми, кризи, з якими вони стикаються, але так вийшло, що саме про це йде перший розділ книги.

Мої враження від книги

- Інші ж розділи розкривають проблеми алкогольності в сім'ї, сімейне насилля, виховання підлітків та виховання дітей з інвалідністю. Ці теми, звісно, прямо пов'язані з головною темою книги – для стосунків потрібні двоє; проте, можливо, не всіх зацікавлять, оскільки більшість з таким не стикалося, а люди схильні читати те, що зможе відкрити їм щось про себе чи про близьких. Відповідно, це може стати як навпаки мотивацією точно купити книгу, якщо ви зацікавлені в подібних темах, або ж навпаки – пошукати щось інше, щось, що більше детально розкриє стосунки як такі. Я неодмінно раджу цю книгу для прочитання, а перед цим взяти в руки олівець і закладки.



віхОла

Мал. 6 Скрини зі слайдів мультимедійної презентації про враження від книги

САМОСТІЙНА РОБОТА 4.

ПЕРЕГЛЯД ФІЛЬМУ з наступним аналізом

Підготувати аналіз фільму «Історія кохання» про сімейні стосунки та вплив батьківської любові на формування особистості дитини.

Мета: спрямувати студентів до розуміння психо-фізіологічних процесів любові до дитини та показати його значення у формуванні особистості.

Завдання: переглянути в Інтернеті науково-популярну стрічку «Тайна любови» і у формі есе написати власні роздуми щодо значення любові у житті людини.

Зміст письмово звіту: подати твір на оцінювання викладачу.

Зміст усного звіту: співбесіда з викладачем за змістом есе, виступ на практичному занятті або на занятті з самостійної роботи. Представити своє розуміння змісту фільму та фрагментів про психологічні аспекти виховання дітей в сім'ї.



<https://www.youtube.com/watch?v=Z2LaH9jpX5o>

Приклад виконання завдання

У фільмі «Історія кохання» розповідається про сімейні стосунки та вплив батьківської любові на формування особистості дитини. Він про те, чому із сотень людей ми обираємо одного і готові піти на все, щоб бути з об'єктом своєї пристрасті. Яким чином це почуття робить нас за одну мить такими щасливими, а в інше нескінченно нещасними. Географія цього фільму – це весь світ.

Міркування філософів, погляди представників різних конфесій, несподівані припущення антропологів та біохіміків, унікальні

результати багаторічних досліджень допоможуть нам наблизитися до розгадки найбільшої таємниці.

Геній створив цей фільм. Я вдячна цій роботі, яка була створена вченими та кінематографами. Вона відкрила мені очі на реальний світ, яким він є насправді.

«І на мить тобі відкрився сенс усього... Зірки стали ближче, трава яскравіша. Щось підхопило тебе і забрало далеко-далеко. Ти відчуваєш, що летиш... відчуваєш, що живеш... Це любов, любов» - це почуття відоме всім людям, воно відбувається в самий неочікуваний момент вашого життя, воно не знає віку.

Кохання стійке мов металева стіна, нелогічне та нематеріальне. Сучасна наука, що вивчає природу цього явища, виявила фантастичні зміни в мозку закоханих людей - любов пригнічує почуття страху, негативні емоції та критику. Чому у закоханої людини частішає пульс, дихання? Дослідження біологів вказують на те, що любов подібна до наркотичного сп'яніння. Хіміки стверджують, що ми відчуваємо кохання завдяки викиду в кров певних гормонів. Однак і ті, й інші визнають, що любов не можна пояснити лише за допомогою науки. Це почуття та хімія, яка виникає у будь-якої людини на землі - це не пояснити наукою.

На мою думку, появу кохання не зможе пояснити саме та людина, яка дуже закохана. Причин кохати якусь людини може бути дуже багато, але саме чому воно з'явилося, не зрозуміло... В цьому винні гормони? Біологічні чинники? Природа? На всі ці питання, ви знайдете відповідь у фільмі!

Я ніколи не розуміла чому саме у мене з'являється закоханість, чому я відчуваю ці почуття виключно тільки до однієї людини в світі. Звісно у моєму житті було багато «фальшивого» кохання, воно як правило, відбувалося тільки в дитинстві, мені подобалися в один час декілька хлопчиків. Зараз такого вже не відбувається. Не знаю справді чи це кохання, чи закоханість, або це проста симпатія, але я дуже великий час думаю лише про одну людину... Немає нікого, як зараз на мою думку, кращого за нього. Я й і досі не можу впевнено

сказати, що це 100% справжнє кохання. Адже я розумію, на що я повернула свою увагу, що мені справді сподобалася тільки його зовнішність, а його внутрішнього світу я ще не бачила. Але пізнати його внутрішній світ мені щось заважає. Коли він проходить повз мене, я відчуваю хвилю емоцій, які не пояснити, не передати словами...

«У чудового почуття як кохання є зворотня сторона. Ми стаємо вразливі, нас легко образити, ще простіше обдурити. Любов обеззброює, позбавляє амбіцій, волі. Ти тепер не належиш собі. Є тільки надія, що інший тебе прийме, а інакше тобі ні куди тікати...» - ця цитата є дуже реальною і життєвою. Зі мною таке відбувалося частіше ніж я про це думала.

Я хочу процитувати розмову з фільму, яка справді є дуже глибокою, якщо замислитися на цим питанням : «Кохання – це біль, – сказав Імператор, – хіба ти не знаєш?— Знаю, — відповів лікар. — Але я знаю також солдатів, які без рук, без ніг, з кишками, що волочитися за ними, зубами рвали ворога, бо на них чекали вдома кохані жінки. Я пройшов разом із ними через сімнадцять великих битв, і знаю, чиї імена вони вихаркують разом із кров'ю, коли відрізаю їм загангренені руки та ноги. Я знаю, кого вони звать, коли лежать, вивернуті навиворіт, на моєму залитому кров'ю операційному столі... Вони звать своїх жінок. І тільки тому й виживають, що ті, в їх задимленому больовим шоком свідомості, приходять до них і співають пісні про кохання, і кладуть їм руки на голови — і ті виживають. Не тому, що я хороший лікар, а тому, що їм є за що триматися в цьому пеклі. Так, їхня професія — ненависть. Але це зовні. А з середини... Ви знаєте, що тримає їх зсередини?...».

Хто тримає вас у цьому житті? *Автор – студ. А.В.*

САМОСТІЙНА РОБОТА № 5.

ТВІР-РОЗДУМ «Моя подяка...»

Написати твір-роздум «Подяка ... (вказати соціальну роль людини по відношенню до Вас – моїм батькам, рідним, знайомим тощо) за ...». Обсяг – 1 сторінка А4.

Мета: надати студентам можливість проаналізувати власне дитинство, зрозуміти, хто із рідних, знайомих. на їхню думку, зробив певний вклад у їх виховання, у процес становлення як особистості.

Завдання: написати у формі твору, есе лист подяки за гарні випадки з дитинства, за методи виховання тощо.

Зміст письмово звіту: подати твір на оцінювання викладачу.

Зміст усного звіту: співбесіда з викладачем за змістом есе, виступ на практичному занятті або на занятті з самостійної роботи.

Зразок виконання завдання

Приклад 1. Лист-подяка

Для мене лист подяки – це можливість висловити свої думки, якщо не можеш сказати словами, як саме в моєму випадку. Я така людина, що складно говорити в очі слова подяки, вибачення або коли мене щось турбує. Тому я скористаюсь цією нагодою подякувати людям, які дійсно зробили великий вклад в моє життя.

Звичайно велика подяка моїй мамі, яка стала найголовнішою людиною в моєму житті. В дитинстві вона дала мені все, що могла, ті якості, якими я володію: доброта, наполегливість, впевненість у собі та своїх діях, милосердя та повага. Вона навчила мене тому, чого ніхто інший не зміг зробити, а саме: я піклуюсь про свою сім'ю, поважаю бабусь та дідусів, в мене є ціль, до якою я йду великими кроками завдяки її підтримці та допомозі. Мама – це найдорожчий скарб який в мене є. Але не можу не сказати про мого батька. Він дуже строгий та любить, щоб все було по правилам, але я для нього маленька принцеса, яку він оберігає всіма силами та ставиться до мене з такою ніжністю, що ніколи його таким з іншими (крім моєї мами) я не бачила. В мене є два брати, тому я порівняно з ними для тата ніжне і тендітне янголятко, яке мусить турботи та ласки. Саме

тато забезпечує мене всім, що я вимагаю. Мій батько найрозумніша людина в моєму житті, він як ходяча «Вікіпедія», в нього є відповіді на всі мої питання. За це я хочу сказати йому дякую.

Я вже казала, що в мене є два брати (обидва старші), почну з найстаршого. Я хочу йому подякувати за його мужність, адже саме в цей час він боронить нашу країну заради майбутнього нового покоління. В дитинстві ми дуже часто бешкетували та билися, але зараз все змінилось, він навчив мене відстоювати свої права та нікому не давати себе скривдити, і тепер, коли в нього є донька, я намагаюсь її навчити всьому, чого в свій час дав мені брат. Також хочу сказати дякую своєму середньому брату за те, що саме він проводить зі мною найбільше часу, особливо в дитинстві він найбільше часу грався зі мною, поки страшний брат готувався до екзаменів. Хочу подякувати йому за його силу волі та сміливість, адже в нього була можливість залишитися за кордоном коли почалась війна, але він тут. Так, середній брат не на фронті, як старший, але він охороняє нашу сім'ю. Поки батько на роботі, ми з мамою відчуваємося в безпеці за його спиною. Хочу сказати їм обом дякую, за те, що завжди мене вислуховують та дають поради. Вони мої справжні захисники і я ще більше відчуваю себе в безпеці, коли є не тільки тато, а ще й два люблячі і сильні старші брати.

Хочу окремо подякувати своєму дідусю. Рік тому його не стало, але він сказав слова, які перевернули моє ставлення до життя. В останній записці дідусь написав: «Живіть тут і зараз, поки ви молоді. Я став німічним старим (потому що в нього був рак) і нічого не можу вже зробити сам. Я так багато не встиг в цьому житті.» Я довго думала над цими словами і зрозуміла, не можна гаяти ані хвилини свого життя. Не треба витратити зайві хвилини на людину, яка тобі потворна, не треба витратити час на заняття, від якого тебе нудить. Потрібно жити в своє задоволення.

Завдяки цьому листу мені стало трохи легше дихати, адже я змогла написати все те, що не можу сказати рідним в очі. Дякую вам, Оксано Євгенівно, за змогу висловитися, за завдання, які потребують

нашої уваги. Автор – студ. М.П.

Приклад 2. Лист-подяка

В цьому житті є люди, які вплинули на формування мене як особистості і посприяли або сприяють тому, щоб у цьому світі я почувалася якомога щасливішою. Тому саме їм я і хочу подякувати.

Я хочу подякувати своїм батьками за те, що вони не такі батьки, яких я часом зустрічала серед інших сімей (у хорошому сенсі, звісно). Я вдячна своєму татові, який любить нас із мамою більше за усе на світі і намагається зробити наше життя якомога кращим. Я вдячна своїй мамі, яка завжди, що б не сталося, говорила і говорить: «Головне, щоб ти була хорошою людиною, не важливо, які успіхи на роботі або у навчанні ти робиш». Я хочу подякувати їм за те, що вони підтримали мене у моєму виборі супутника життя – для мене це дійсно важливо. Хоча в нас з батьками часто бувають суперечки та конфлікти, багато у чому наші думки різняться, я усе-таки рада, що батьки до мене прислухаються і запитують моєї думки з якогось приводу. І за це я теж дякую.

Я хочу окремим абзацом подякувати мамі за те, що вона навчила мене читати і привила мені любов до книжок. Це захоплення, яке зі мною поруч усе життя і яке я так боюся втратити. Завдяки читанню я навчилася добре писати тексти, формувати власну думку, обґрунтовувати її і багато чого іншого. Мама дивується, звідки це все у мене взялося, але я впевнена, що на мене так повпливали саме книги. Тому я безмежно вдячна мамі за це.

Я хочу подякувати своїм педагогиням з музичної школи: вчительці фортепіано та вчительці музичної літератури. Це жінки, які настільки істотно доклалися до мого культурного розвитку, що у світі мистецтва, я почуваюся ніби у казці. Я вдячна за їхню чуйність, за їхнє прихильне ставлення до мене, за їхню безмежну підтримку, яку вони мені надавали у найскладніші моменти. Це педагогині, які залишили вагомий слід у моїй пам'яті і увійшли у перелік найкращих вчителів, що були колись у моєму житті.

Я дякую своєму другу Іллі, з яким ми пройшли тяжкий шлях від

міцної дружби до прірви і зараз переживаємо новий злет у дружніх взаєминах. Це людина, з якою завжди можна поговорити на будь-які гостросоціальні та особисті теми, людина, яка завжди вислухає і ніколи не засудить і людина, з якою я дуже обережна, оскільки пам'ятаю наші минулі негаразди, але за якою я дуже сильно сумую і якій я безмежно вдячна.

І наостанок – я вдячна своєму хлопцеві, якого маю намір за кілька років назвати чоловіком. Я і зараз називала би його чоловіком, оскільки більш чуйної, турботливої, люблячої людини я не зустрічала жодного разу в житті. Я часто недовірлива, але якщо запитати, чи є в мене людина в житті, якій я можу довіряти безмежно і усім серцем – я з гордістю відповім, що це мій чоловік і точно не помилюся у своїй думці. І, важливо, я хочу також подякувати його батькам за те, що вони виховали неймовірну людину і прийняли мене до своєї сім'ї.

Тож, як би там не було і які б негаразди не траплялися у моїх взаєминах з вищезазначеними людьми, я усе одно їм дякую, адже без них моє життя не було б таким, яким є зараз, а я – була б не я. Дякую!
Автор – студ. Т.М.



САМОСТІЙНА РОБОТА № 6. НАПИСАННЯ ТА ЗАХИСТ РЕФЕРАТУ З ПСИХОЛОГІЇ БАТЬКІВСТВА

Студент обирає тему реферату із запропонованого списку або пропонує свою тему реферату. Студенти, після узгодження обраних

тем з викладачем, приступають до написання реферату за алгоритмом, що поданий у завданні. Захист реферату відбувається на практичних заняттях, на заняттях із захисту завдань самостійної роботи.

Мета: передбачає глибокий та детальний аналіз проблеми, винесеної у темі реферату

Завдання: студент повинен ознайомитися з переліком поданих на практичне заняття тем рефератів і обрати одну з них.

Зміст письмового звіту: за вимогами, що подані вище, підготувати реферат.

Зміст усного звіту: виступити перед студентами академічної групи на практичному занятті з темою реферату.

Підготовка рефератів передбачає глибокий та детальний аналіз проблеми, винесеної у темі реферату.

Алгоритм підготовки.

- 1) Ознайомтеся з вимогами до реферату.
- 2) Підберіть літературу, у якій розкривається тема реферату. При підборі літератури Ви можете користуватися бібліотечними каталогами (алфавітним, предметним або систематичним).
- 3) Складіть план реферату.
- 4) Опрацюйте літературні джерела, користуючись порадами до конспектування першоджерел.
- 5) Систематизуйте опрацьований матеріал відповідно до плану реферату.
- 6) Дайте власний критичний аналіз та оцінку висвітленої проблеми.
- 7) Оформіть реферат відповідно до вимог.
- 8) На основі реферату підготуйте усну доповідь на практичне заняття.

Виконання, оформлення та захист реферативної роботи здійснюється студентом в індивідуальному порядку відповідно до методичних рекомендацій.

Реферат повинен містити: Титульну сторінку (із вказаною темою, прізвищем автора, назвою інституту, дисципліною, прізвищем

викладача, роком); Зміст реферату; Вступ (актуальність теми); Основну частину; Висновки; Список використаних джерел (автор, назва книги чи статті (в останньому випадку – назву журналу, його рік і номер), місце і рік видання)).

Обсяг реферату: 10-15 сторінок друкованого тексту (формат А4). У рефераті потрібно розкрити суть проблеми, дати визначення основних понять, огляд стану проблеми і основних підходів до її вивчення.

Орієнтовний перелік тем рефератів

1. Значення спілкування у сім'ї для розвитку особистості дитини.
2. Вплив особистісної зрілості батьків на характер сімейного виховання
3. Особливості неповної сім'ї концепції, основні проблеми.
4. Психологічні особливості батьківського ставлення до єдиної дитини.
5. Психологічні особливості багатодітної сім'ї.
6. Особливості подружніх взаємин у сім'ях, що мають дитину з особливими потребами.
7. Профілактика дитячої агресивності у сім'ї.
8. Моделі спілкування у сім'ї.
9. Психологія емоційних стосунків у сім'ї як основа гармонійного виховання дитини.
10. Супровід природнього розвитку дитини в сім'ї.
11. Стиль сімейного виховання як фактор розвитку особливостей спілкування дитини
12. Особливості стилів сімейного виховання дітей різного віку.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 7.

АНКЕТУВАННЯ

Студенти проводять анкетування на встановлення типів стосунків у сім'ї за методиками, що подані у переліку, серед рідних або знайомих. Методику 1. Анкета на визначення типу сімейних

стосунків обов'язково ще й проходять самі. Зробити аналіз отриманих результатів.

Методика 1.

АНКЕТА НА ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ СІМЕЙНИХ СТОСУНКІВ

Питання № 1 *У моїй майбутній сім'ї...*

(вказати характер майбутніх взаємин, можливі труднощі).

Питання № 2 *Прикладом майбутніх сімейних відносин для мене є сім'я...*

Питання № 3 *Найкраще, якщо дітей в сім'ї...*

Питання № 4 *Найважливіше в сімейному житті...*

Питання № 5 *У нашій сім'ї мене хвилює...*

(вказати життєві проблеми, які хвилюють зараз).

Питання № 6 *Я думаю, що батьки будуть допомагати мені в сімейному житті...*

Питання № 7 *У моїй сім'ї можуть бути конфлікти з приводу...*

Питання № 8 *Конфлікти в сім'ї я буду усувати за допомогою...*

Питання № 9 *Більшість шлюбів...*

Питання № 10 *Я мрію, щоб моя сім'я...*

Питання № 11 *Діти – це...*

Питання № 12 *Якби я був на місці своїх батьків...*

Питання № 13 *Найяскравішим спогадом у моєму житті...*

Питання № 14 *Наша сім'я могла б бути щасливою (ще щасливішою), якби...*

Питання № 15 *Я люблю свого (свою)(вказати кого), ... тому що...*

Методика 2.

ТЕСТ НА ВИЯВЛЕННЯ БАТЬКІВСЬКОГО СТИЛЮ

СПІЛКУВАННЯ З ДИТИНОЮ

(за Оленою Мерзляковою)

Для перевірки способу спілкування з власною дитиною – пропонуємо виконати такий тест. Запропонована методика – спрощений і дещо модифікований варіант відомого в середовищі

психологів тесту батьківського ставлення.

У нашому випадку її результати можна використовувати як додатковий привід для роздумів, але не як повноцінний психодіагностичний інструмент.

Нижче запропоновані деякі твердження, які відображають можливе ставлення батька або матері до власної дитини. Якщо ви згодні з тим чи іншим твердженням – зафіксуйте у бланку для відповідей поруч з номером твердження позначку «+» або «так».

Якщо не згодні – відповідно позначку «-» або «ні».

Бланк для відповідей

- | | | | | | | |
|----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. | 7. | 13. | 19. | 25. | 31. | 37. |
| 2. | 8. | 14. | 20. | 26. | 32. | 38. |
| 3. | 9. | 15. | 21. | 27. | 33. | 39. |
| 4. | 10. | 16. | 22. | 28. | 34. | 40. |
| 5. | 11. | 17. | 23. | 29. | 35. | 41. |
| 6. | 12. | 18. | 24. | 30. | 36. | 42. |

Текст опитувальника

1. Моя дитина подобається мені такою, яка вона є.
2. Основна причина капризів моєї дитини – це егоїзм, лінощі і впертість.
3. Я завжди зважаю на думку дитини.
4. Я завжди співчуваю своїй дитині.
5. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла того, що особисто мені не вдалося в житті.
6. Моя дитина росте непристосованою до життя.
7. Я поважаю свою дитину.
8. Моя дитина часто робить такі вчинки, що заслуговують на осуд.
9. Батьки повинні не тільки вимагати від дитини, але і самі пристосовуватися до неї, ставитися до неї з повагою, як до особистості.
10. Потрібно якнайдовше тримати дитину подалі від реальних життєвих проблем, якщо вони її травмують.
11. Дитину з дитинства варто тримати у жорстких рамках, тільки

тоді з неї виросте гарна людина.

12. Стосовно своєї дитини я часто відчуваю досаду.

13. Я охоче проводжу з дитиною свій вільний час.

14. Якщо проводити відпустку з дитиною, то неможливо нормально відпочити.

15. Я завжди беру участь в іграх і справах дитини.

16. Гарні батьки захищають дитину від труднощів життя.

17. Суворі дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер.

18. Мені здається, що інші діти глузують з моєї дитини.

19. Я люблю, коли друзі моєї дитини приходять до нас додому.

20. Коли я порівнюю свою дитину з її однолітками, то вони здаються мені вихованішими і розсудливішими.

21. Я дуже цікавлюся життям своєї дитини,

22. Я намагаюся виконувати всі прохання і побажання моєї дитини.

23. Я вважаю своїм обов'язком знати все, про що думає моя дитина.

24. Моя дитина, як губка, усмоктує в себе все найгірше.

25. Я відчуваю дружні почуття стосовно дитини.

26. Моя дитина спеціально поводить себе погано, щоб дошкулити мені.

27. Діти рано починають розуміти те, що батьки можуть помилятися.

28. Я часто шкодую про те, що моя дитина дорослішає, і з ніжністю згадую той час, коли вона була ще зовсім маленькою.

29. Дитина повинна дружити з тими, хто подобається її батькам.

30. До моєї дитини постійно «липне» все погане.

31. Я поділяю захоплення моєї дитини.

32. Виховання дитини – це суцільні нерви.

33. Я часто визнаю, що у своїх вимогах і претензіях дитина по-своєму права.

34. Я захоплююся своєю дитиною.

35. Дитина не повинна мати секретів від батьків.

36. Я невисокої думки про здібності моєї дитини і не приховую цього від неї.

37. Прикрості моєї дитини мені завжди близькі і зрозумілі.

38. Коли в компанії говорять про дітей, мені іноді стає соромно, що моя дитина не така розумна і здібна, як інші.

39. При прийнятті рішень в родині варто враховувати думку дитини.

40. Найголовніше – щоб у дитини було спокійне, безтурботне дитинство.

41. За суворе виховання діти потім дякують своїм батькам.

42. Моя дитина не в змозі зробити щось самостійно, і якщо вона це робить, то обов'язково щось виходить не так.

Обробка результатів

Підрахуйте кількість позитивних відповідей «так» за кожним рядком у вашому бланку-таблиці. У правій колонці ви можете прочитати, що означають бали за кожною з обраних 6 шкал.

Підрахуйте кількість «+» в кожному рядку

1. 7. 13. 19. 25. 31. 37. \sum «+» Прийняття дитини

2. 8. 14. 20. 26. 32. 38. \sum «+» Відторгнення дитини

3. 9. 15. 21. 27. 33. 39. \sum «+» Кооперація

4. 10. 16. 22. 28. 34. 40. \sum «+» Симбіоз з дитиною

5. 11. 17. 23. 29. 35. 41. \sum «+» Контроль

6. 12. 18. 24. 30. 36. 42. \sum «+» Ставлення до невдач

Шкала «Прийняття дитини» та «Відторгнення дитини»

В ідеалі шкала «Прийняття дитини» повинна набрати якнайбільше балів, а шкала «Відторгнення» – якнайменше або зовсім не набрати. Та в реальному житті не все буває ідеально. Порівняйте кількість набраних балів за цими показниками. Яка тенденція переважає у вашому випадку?

Високі бали за шкалою (6-7) «Прийняття» свідчать про те, що батько або мати має виражене позитивне ставлення до дитини. Дорослий приймає дитину такою, яка вона є, поважає і визнає її

індивідуальність, схвалює її інтереси, підтримує плани, проводить з нею чимало часу і не шкодує про це.

Високі ж бали за шкалою «Відторгнення» свідчать про те, що доросла людина відчуває стосовно дитини частіше негативні почуття: роздратування, злість, досаду. Такий дорослий частіше вважатиме дитину невдахою, не вірить у її майбутнє, низько оцінює її здібності і нерідко своїм ставленням травмує дитину.

Шкала «Кооперація»

Високі бали за шкалою «кооперація» (7-8 балів) є ознакою того, що дорослий виявляє щирий інтерес до того, що цікаве дитині, високо оцінює її здібності, заохочує самостійність та ініціативу, намагається бути з нею на рівних. Такі батьки, як правило, довіряють своїм дітям та намагаються зрозуміти їхню точку зору під час вирішення суперечливих питань.

Низькі бали по цій шкалі (1-2 бали) свідчать про те, що дорослий стосовно дитини поводить ся навпаки і не може претендувати на роль гарного педагога.

Шкала «Симбіоз»

Високі бали за шкалою «симбіоз» (6-7) балів достатні для того, щоб зробити висновок про те, що ця доросла людина не встановлює психологічну дистанцію між собою і дитиною, намагається завжди бути ближче до неї, задовольняти її потреби, захищати від неприємностей.

Батько або мати нібито відчуває себе одним цілим з дитиною. У таких батьків тривога за дитину значно підвищується, коли дитина починає відстоювати «власну автономію». За власною волею ця категорія батьків ніколи не дасть дитині самостійності, чим, безумовно, заважатиме її розвитку.

Низькі ж бали за цією шкалою (1-2 бали) є ознакою того, що дорослий, навпаки, встановлює значну психологічну дистанцію між собою і дитиною. Що це – повага до особистості дитини чи батьківська байдужість – зрозуміти допоможуть інші показники методики.

Шкала «Контроль»

Високі бали за шкалою «контроль» (6-7 балів) свідчать про те, що доросла людина поводиться занадто авторитарно стосовно дитини, вимагаючи від останньої незаперечної слухняності і задаючи дитині жорсткі дисциплінарні рамки. Вона нав'язує дитині майже в усьому свою волю. Така поведінка батьків далеко не завжди може бути корисною для дітей, тому що сприяє розвитку пасивності, психологічної загальмованості та інфантилізму.

Низькі бали за цією ж шкалою (1-2 бали) навпаки, свідчать про те, що контроль за діями дитини з боку дорослої людини практично відсутній. Це може бути не дуже добре для навчання і виховання дітей. Найкращим варіантом оцінки педагогічних здібностей дорослої людини за цією шкалою є середні оцінки, від 3 до 5 балів.

Шкала «Ставлення до невдач дитини»

Високі бали за шкалою «ставлення до невдач дитини» (7-8 балів) є ознакою того, що доросла людина вважає дитину маленькою невдахою і ставиться до неї як до нетямущої істоти. Інтереси, захоплення, думки і почуття дитини здаються дорослій людині несерйозними, і вона ігнорує їх. Навряд чи такий дорослий може стати гарним вчителем і вихователем для дитини.

Низькі бали за цією ж шкалою (1-2 бали), навпаки, свідчать про те, що невдачі дитини дорослий вважає випадковими і вірить у неї. Ця віра, як правило, передається самій дитині. І навіть якщо дійсно були якісь негаразди – дитина завдяки батьківській вірі та підтримці обов'язково їх подолає.

Нагадуємо ще раз, що результати цієї методики – лише додатковий привід замислитися над власними настановами вихователя та краще зрозуміти ставлення до своєї дитини.

САМОСТІЙНА РОБОТА № 8.

АНАЛІЗ ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНОЇ СИТУАЦІЇ

У даному завданні самостійної роботи використані ситуації, які описані психотерапевтом Катериною Мурашовою в її книгах.

Студентам пропонується ознайомитися із ними та обрати ту, яка зацікавила їх якнайбільше. Написати свій погляд на ситуацію та на майстерність і професійність її автора у застосуванні певних психологічних прийомів та підходів.

Мета: озброїти студентів психотерапевтичними методиками на прикладі розглянутих ситуацій.

Завдання: прочитати ситуацію, проаналізувати її зміст та правильність підбраного підходу для компетентного вирішення.

Зміст письмового звіту: письмово прописати у довільній формі аналіз ситуації та власні висновки щодо її вирішення.

Зміст усного звіту: виступити перед студентами академічної групи на практичному занятті.

Перелік ситуацій

Ситуація 1. Виховати правильно

Цей візит не задався від самого початку. Не надто молоді, добре одягнені і старанно причесані чоловік і жінка один за одним увійшли до мого кабінету, уважно озирнулися (я помітила, що їм дуже не сподобалося протікання на стелі) і акуратно посідали поряд на стільцях. Дитини з ними не було.

Я ще не встигла вимовити своє традиційне «слухаю вас», як чоловік заговорив сам – вагомо і переконливо:

– Ми хочемо, щоб ви одразу зрозуміли: батьківство для нас – це не випадковість як для більшості сучасних молодих людей, а найважливіший, глибоко усвідомлений акт.

Мені раптом здалося, що зараз він пред'явить якийсь важливий папір, завірений великою печаткою. Акт батьківства.

– Так, звичайно, – сказала я, погасивши усмішку, і почала чекати, що буде далі.

– Оскільки ми серйозно підходимо до цього питання, ми ще до народження дитини багато читали – і книг, і в інтернеті – і зіткнулися з сумним фактом: відомості про виховання дітей, які там даються, напрочуд суперечливі.

Я закивала: звісно, звісно.

– Це стосувалося навіть найважливіших, можна сказати, базових тем виховання, – жінка продовжила думку чоловіка. – Як годувати, як карати, як розважати, розвивати та виховувати дитину, на якій основі організовувати її спілкування з іншими дітьми. І кожна з позицій – інколи протилежних – виглядала цілком аргументованою, підкріплювалася думками лікарів, психологів, педагогів...

Мене трохи напружило, що покарання вона назвала другим важливим пунктом відразу після годування. Щось у цьому було від циркового дресирування – батіг і пряник. Але я, звісно, продовжувала слухати. Цікаво, скільки років їхній дитині? Якщо вони прийшли до мене, отже, десь в усвідомленому батьківстві їх вже спіткала невдача... Отже, зараз її й обговоримо.

– Ми, звісно, замислились: де ж вихід? Адже у нас всього одна дитина, ми не можемо собі дозволити експериментувати на ній покладаючись на думку різних фахівців, які заперечують один одному.

– Дуже розумно, – кивнула я.

– І ось ми вирішили: треба вибрати якусь одну систему, яка здається нам здоровою, і надалі дотримуватись її. Тут нам до рук потрапила ваша книга «Незрозуміла дитина», і дуже багато в ній здалося розумним, без крайнощів. Важливо й те, що ви живете з нами в одному місті, тому завжди можна буде проконсультуватися особисто. Коротше, ми обрали вас.

Обличчя обох залишалися цілком серйозними, а в мене в голові миттєво виплила «дражнила» з дитинства – з незабутнього французького фільму жахів: «Мені потрібен труп. Я вибрав вас. До скорої зустрічі. Фантомас».

Я не втрималася і пирхнула. Вони подивилися здивовано та докірливо.

– Скільки років вашій дитині?

– Одинадцять місяців.

Я зітхнула і заговорила, намагаючись зберігати серйозну міну.

– Розумієте, світ, до якого приходять дитина, може бути дуже

різним. Міська квартира та сільський будинок, палац та юрта у степу, самотня мовчазна скандинавська мати та величезна криклива родоплемінна родина африканських негрів. Дитина не знає, куди вона потрапила, і в неї є вроджена здатність адаптуватися до всього перерахованого вище. Вже до року вона може їсти протертий шпинат, упакований у стерильні баночки, і прожовану матір'ю горіхову кашку, хрумтіти спеціальним дитячим печивом і підсмаженими на багатті личинками жуків, будувати пірамідки з дерев'яних кубиків, пофарбованих екологічно чистими фарбами, і з коржів сушеного лайна, яке використовується батьками як паливо, спати в спеціально обладнаному ліжечку, на скрині або в гамаку, підвішеному до стелі.

Батьки дивилися на мене з жахом, округливши очі, – мабуть, жваво уявляли, як їхня дитина хрумає личинки, складаючи в пірамідки сушене лайно.

– І все це по-своєму правильно...

– Заради Бога! – Вигукнув батько. – Наша дитина не живе і ніколи не житиме в юрті чи вігвамі! Нас цікавлять конкретні реалії нашої нормальної цивілізації: що можна давати як іграшки, в які ігри корисно грати, з якого віку краще віддавати в садок, чи можна включати мультики по телевізору, надалі – з якого віку треба починати вчити літери, коли рекомендується перше залучення до комп'ютера.

Добре, спробую інакше, – сказала я. – Будь-якій дитині справді потрібні правила. Це необхідно для стійкості його світу. Ці конкретні, унікальні для вашої сім'ї правила визначаєте ви – мама та тато, попередньо домовившись між собою. А потім повідомляєте їх дитині у доступній для неї формі.

– Так, але на що ми при цьому маємо спиратися? Як врахувати інтереси дитини і не розпестити її?

– Ви спираєтеся на те, що вам зручно. А дитина підлаштовується до правил життя у вашому будинку так, як би підлаштувалася б до життя в юрті чи в королівському палаці. У жодному разі не навпаки: коли дорослі підлаштовуються до інтересів дитини, це непосильне

навантаження на її нервову систему і веде це прямо до неврозу, тому що у дитини виникає ілюзія, що вона може керувати дорослими людьми. А вона не може, їй не відпущено на це сили. Тільки пристосовуватись.

– Тобто ми маємо жити як нам зручно, і тоді все буде правильно?

– Саме так!

– Гаразд, це за побутом. А як же інтелектуальний, зрештою, духовний розвиток дитини? Як це правильно формувати?

«Зрештою, духовний розвиток» мене доконав.

– Шановні, поки ви не зрозумієте, що погодувати разом із дитиною поросят так само важливо, захоплююче та духовно розвиває, як сходити до театру на «Аїду» чи до етнографічного музею, просвітлення вас не наздожене. І ще важливо: ніхто не вимагає від вас, щоб, живучі на провулку біля Центральної площі, ви неодмінно завели на балконі поросят, а живучі на фермі, щотижня тягали дитину до театру.

– Дякую, – вони піднялися так само одночасно, як увійшли до мого кабінету. – Ми зрозуміли вашу думку. Мабуть, ми пошукаємо іншого фахівця, який дасть нам більш конкретні рекомендації з питань, що нас цікавлять.

– Хай щастить. Ви, звісно, знайдете, – пообіцяла я. – Але пам'ятайте про всяк випадок і те, про що ми сьогодні говорили.

– Ми, безумовно, не забудемо, – вони багатозначно переглянулися, і в їхніх очах я виразно побачила міцно зафіксований образ немовляти, яке хрумає личинки.

«Ну хоч щось», – похмуро подумала я, проводжаючи їх поглядом.

Це, безперечно, була моя невдача.

Аналіз ситуації

В історії йде мова про не дуже молодих батьків, які прийшли на консультацію до психолога. Відразу слід зазначити, що консультація не була вдалою (про це зазначає сам психолог на початку історії і в кінці).

Сімейна пара ледь не з порогу повідомила, що батьківство для них запланований, продуманий, усвідомлений процес, до якого вони готувалися ще до вагітності. Батьки не знайшли однозначної відповіді щодо виховання та влаштування побуту своєї дитини в книгах та інтернеті, тому звернулися до психолога. Психолога обурило таке «стерильне» планування *правильного* виховання і вона почала пояснювати, що не важливо як влаштований побут і не потрібно зациклюватися над тим з чого саме дитина буде складати пірамідку (головне, щоб складала). Але для батьків наведені приклади виховання дитини в різних умовах були занадто різкими і незрозумілими.

Чоловіка з жінкою можна охарактеризувати як людей флегматичного темпераменту: помірні, спокійні, зі слабким зовнішнім проявом емоційних станів. Таке враження, що вони схожі на роботів, а їхні дії – це виконання певного алгоритму.

Психолог намагалася пояснити, що виховання дітей має вигляд більш творчого процесу. Нажаль, подружня пара не захотіла прислухатись і пішли шукати іншого спеціаліста.

Не думаю, що у таких емоційно холодних батьків може рости щаслива дитина. Бо дитинка буде постійно чинити щось не заплановане... Так, зазвичай процес виховання вимагає від батьків постійних імпровізацій, креативу, творчих підходів; іноді поступок і поблажок, а іноді правил і суворості. Розвиток когнітивної та емоційно-вольової сфери дитини відбувається в процесі ігрової діяльності. І тут не обов'язково посадити дитину за стіл і «правильно виховувати».

Виховання і розвиток проходить без надриву, не нав'язливо. Достатньо просто з дитиною спілкуватись, говорити, сміятись, обіймати і т. п.: «Якого кольору машина поїхала?», «Понюхай квіточку як мама. Пахне? Приємно! Якого кольору квіточка?», «Погладимо кошеня. Яке воно? М'якеньке...», «Позбираємо камінчики. Які вони? Тверді, холодні...» ... Такий взаємозв'язок батьків з дитиною дасть кращий результат, ніж заплановані дії за певним алгоритмом. *Автор – студ. Н.Б.*

Ситуація 2. Сіра мишка

Як же я її недооцінила за нашої першої зустрічі!

Зовнішність, про яку зазвичай із сумішшю жалю та глузування говорять: ні пики, ні шкіри. Дев'ять класів школи без найменших успіхів в одному з селищ та після – навіть жодного ПТУ, просто працювала касиром у магазині. Сім'я – двоє маленьких синів (майже погодки), чоловік – робочий (кранівник чи екскаваторник, не пам'ятаю) та ще батько чоловіка – дід, що міцно випиває, слюсар на заводі.

Не пам'ятаю і того, з чим вона звернулася до мене вперше. Здається, щось цілком неврологічне у молодшого хлопчика – ходив навшпиньки і тряс підборіддям, коли лякався. Я переглянула картку, не побачила нічого страшного, дитина в цілому розвивалася начебто за віком. З анамнезу зрозуміла, що невропатолог через відсутність часу (і бажання?) направив її мені просто «поговорити». Як могла заспокоїла стривожену матір, спробувала пояснити про необхідність рольових ігор для розвитку дітей. Обговорили і ще одне актуальне питання: що робити з тим, що сини скажено, з будь-якого приводу змагаються і б'ються один з одним.

– Я намагаюся й одному і іншому порівну дати, а вони все одно ревуть і незадоволені, – нарікала жінка.

– Вони близькі за віком та однією статтю, – сказала я. – Тому конкурують за все, зокрема – і чи не насамперед – за вашу увагу. Цього не можна відмінити, але можна використовувати. Якоюсь мірою ваша материнська і жіноча увага – дефіцитний товар у вас у родині, хоч як дивно і навіть аморально це не звучало...

Вона працювала в магазині, я намагалася говорити зрозуміло для неї, але якщо чесно сказати, ні на що особливо не сподівалася.

«Ех, бідна маленька мишка, – співчутливо думала я. – Адже розкотять тебе ці чотири мужики в млинець! Будеш найближчі п'ятнадцять-двадцять років крутитися, обслуговувати їх по-різному, а допомоги ніякої, та ще вони будуть усім незадоволені, тому що на всіх все одно ніколи не вистачить... А сини будуть брати приклад зі

старших чоловіків...»

Але як показало подальше спілкування, найменше ця жінка потребувала мого заступництва.

Звали її гарно – Маргарита. І ось що вона зробила після нашої з нею першої зустрічі (у наступні роки ми зустрічалися ще кілька разів з різних приводів, і я, з дедалі більшим подивом і повагою, могла відстежити весь процес).

Товар? Дефіцитний? Дуже добре, вирішила Маргарита. Товаром треба торгувати.

– Щось я втомилася сьогодні, – говорила вона синам, які каталися по ковдрі в конкурентній сутичці за якусь іграшку (одному два з половиною, другому чотири роки). – Рознімати вас мені нема часу. Приляжу я. А от хто б мені тапочки приніс – чи не бачу їх щось?

Дворічка, який явно програє в сутичці зі старшим, сильнішим братом, зрозумів, що йому надають можливість почесного відступу.

Вантажівка дісталася старшому, тапочки матері розшукані та принесені.

– Ах ти моя ластівка, ось мати поважає, мені самій під ліжко лізти незручно...

Старший моментально відчув, що призова вантажівка втратила всі свої фарби. Спробував силою відтіснити молодшого від матері.

– Не чіпай помічничка мого, – рикнула мати. – А хочеш добро зробити, то піди на кухню, дістань з холодильника каструлю з супом і миску з котлетами, хліб, та капусту квашену в салатнику, та вилки-ложки, та все це на плиті, на столі по порядку розташуй. Скоро батько з роботи прийде, мені його годувати треба.

Старший вихором виноситься на кухню. Молодший тягнеться за ним – він смакував, йому хочеться і батькові допомогти. Старший, звісно, зустрічає його на порозі кухні з кулаками.

– Гей, гей! – З дивана кричить мати молодшому. – Не лізь. Подумай, чого там удвох метушитися? А от хто батькові тапки в коридорі приготує, світло у ванній запалить, рушник подасть? Йому

ж, перш ніж їсти, помитися треба буде...

Молодший, стукаючи маленькими п'ятами, біжить у коридор. Мати лежить на дивані, дивиться серіал про «Просто Марію», її очі зволожуються від жалю до страждань героїні.

Потім екскаваторнику, який прийшов з роботи, вона розповідає, як сини допомагали матері, готувалися до його зустрічі. Чоловікові приємно. Назавтра обидва біжать уже без прохання, тільки старший питає: «Мам, чого тато сьогодні їсти буде? Чого діставати?»

Пішли до дитячого садка. Усі вироби, звісно, приносять матері. Їй збирають зворушливі весняні букетики мати-й-мачухи, кожне її слово та бажання ловлять на льоту. Мати не нахвалиться синами – на лавці з бабками, на роботі, вдома... Причому хвалить не марно, а лише за вже зроблену справу і (інтуїтивно, ніхто не вчив) у формі «я-послань»: «Уже як я зраділа і здивувалася – таке він вигадав...».

Поступово чоловік відчув себе ущемленим – його годують, його доглядають, але щось таки не те... Напружив мозок і зрозумів: та в нього ж перед синами є відмінна конкурентна перевага – він гроші заробляє, йому не треба мати-і-мачуху під парканом збирати і будиночки на картонці клеїти!

Придумавши якийсь привід, приніс дружині величезний букет з квіткового магазину. Маргарита зашарілася: як приємно, дівчатам у магазині розповім – заздять, що в мене такий чоловік! А ось кажуть ще, у місті театри красиві, я не бачила давно вже вистави, а ти-то, знаєш усе... Насилу розтискаючи зведені судоною щелепи, екскаваторник попросив у театральній касі квиток на виставу.

Для синів настав час гуртків. Як зазвичай роблять, коли в сім'ї два хлопчики, близькі за віком? Правильно: віддають в той самий гурток, водити і забирати простіше, і взагалі. Маргарита і тут пішла своїм шляхом.

Старшого, безстрашного та агресивного віддала на гандбол.

Молодшого, спокійнішого і боягузливого, «пустила по художньої частини» (вираз самої Маргарити).

В результаті хлопчики перестали конкурувати на одному полі і

навіть отримали можливість розглядати успіхи брата як власний ресурс. «Ось мій брат прийде і так тобі насує! – лякає кривдника молодший. – У нього, між іншим, уже другий юнацький розряд...» – «А мій молодший братик чудово малює, – хвалиться симпатичній йому дівчинці старший. – Його картину навіть на дитячій виставці виставляли. Ось ти мені дай свою фотку, і він з неї твій портрет намалює, побачиш, як схоже буде!

А куди брати несуть усі ці грамоти, кубки, дипломи? Звичайно, до ніг матері, гордої та щасливої їх успіхами Маргарити.

Тим часом п'янчужка-дід вийшов на пенсію і засумував: немає йому місця на цьому святі життя. Пішов було в тривалий запій.

– Господи, як нам пощастило! – вигукнула Маргарита. – Я вже з ніг збилася, по гуртках їх тягне ...

– Ну я, в принципі, міг би іноді... – пробурчав дід.

Забирати онуків із гуртків випивши не дозволяла робоча честь: що культурні люди скажуть? А гуртки у двох хлопчаків майже щодня...

Звільнений від випивки час старий рукастий слюсар тепер присвячував домашнім справам:

– Ритко, ти відпочинь поки, я посуду помию і кран заразом налагоджу – адже капає, зараза ...

Щастя невістки було рясним і непідробним.

І знаєте, яка дивовижна річ: з роками Маргарита не старіла, а ставала все красивішою та красивішою! І коли я бачила її в останній раз (профорієнтація, вибирали коледж для старшого сина), вона була зовсім не зовсім схожа на сіру мишку.

Аналіз ситуації

Я вважаю, що Маргарита вчинила як дуже мудра жінка. Тому що, задумалася над порадою, що їй дали і зробила свої висновки.

Переосмислила свій підхід до дітей, змінила спосіб виховання. Після того, як змінилися стосунки з дітьми, ставлення чоловіка до неї теж змінилося.

Мені дуже сподобалося, що вона давала дітям доручення з

якими вони могли впоратися (приймаючи до уваги вік дітей).

Також, Маргарита хвалила дітей тільки за вже зроблену справу, що я вважаю, дуже правильним підходом.

Також вона віддала дітей у різні гуртки незважаючи на те, що здати в один було б набагато простіше. І через те, що вона не пішла легким шляхом, надалі їй став більше допомагати дідусь, оскільки їй було важко. Згодом він став менше пити і допомагати їй по дому.

Загалом проблем з вихованням дітей поменшало після того, як Маргарита змінила метод виховання. *Автор – студ. Ю.Г.*

Ситуація 3. Багатий тато на білому коні

Я завжди нервую, коли мені доводиться працювати з підлітками, у яких була спроба невдалого суїциду. Відмова від життя у людини, котра ще навіть не жила – що може бути більш неприродньо?

В даному випадку, я була збентежена ще й тим, що сама історія була дуже банальною. І ледь не коштувала життя 15-літньої дівчинки.

Колись давно її батьки зійшлися по великому, і як їм здавалось, справжньому коханню. Майже одразу, народилася дитина, дівчинка – дуже хорошенька. Вони дуже раділи цьому і разом стояли біля її ліжечка. Проте, раділи вони не дуже довго. Донька хворіла та кричала по ночам. Мама, звичайно, не висипалася, нервувала та нічого не встигала. Їй так хотілося надійності, стабільності, щоб її втішили та підтримали. Тато ж навчався та працював. Він також втомлювався та хотів, щоб вдома був затишок та спокій, тепло надійного тилу. Жоден із них не вміли бути великодушними, почали відображати свою образу та втомленість один на одному. Грошей постійно не вистачало, в країні відбувалось казна що, ніхто не міг сказати, що буде далі. Дівчинка все відчувала і від цього ставала ще більш капризною.

І як наслідок, у молодого тата здали нерви, він пішов. В перспективі, намагався прийти, щоб провідати свою доньку. Проте, колишня кохана, була дуже на нього ображена і категорично заявляла: «Йдучи – йди. Ти нас зрадив в тяжку годину, тепер можеш

про нас забути». Він змирився з цим, але йому не стало від цього легше.

Жінці було нікуди йти, вона залишилась. Віддала дівчинку в ясла, та забувши про свої професійні амбіції, влаштувалась на роботу поруч із їх будинком. Вона навчилась бути сильною та самотньою.

Вона заробляла гроші, щоб їх вистачило на двох. Плакала в подушку, в той час, коли донька вже спала. Дівчинка зростала розумною, ласкавою та миловидною. Дивлячись на неї, мама раділа та розуміла, що все було не дарма.

Вони жили вдвох та їм було дуже добре разом. Якось одного разу донька запитала про батька. Мати відповіла дуже коротко: «Він пішов, покинув нас, коли ти була зовсім ще крихіткою. Ти часто хворіла, заважала йому спати...» – «Козел» – промовила скрізь зуби мати.

Тато тим часом, звільнившись від сім'ї, подався з головою в роботу.

Працював по 18 годин в добу, не жалів сил та коштів на професійний розвиток. У нього багато чого виходило. Заснована ним компанія росла, від неї відкривались філіали, збільшувалась чисельність залежних від нього людей, примножувались проблеми та відповідальність. Проте, він справлявся. Особисте життя, звичайно, було. Проте будувалось на кшталт приказки: «Обпікшись на молоці, на воду дує» – глибоких відносин чоловік постійно уникав, йому вистачало різноманітних та ні до чого не зобов'язуючих веселощів у вільний від роботи час.

Роки минали, та якось непомітно настав той період, котрий зазвичай називають «кризою середнього віку». Складне запитання: «Нащо це все?» – з'явилося одразу на горизонті, а потім і геть почало турбувати. Зі звичним ентузіазмом, обговорюючи зі співробітниками чергове розширення асортименту послуг та географії впливу фірми, чоловік раптово запнувся на півслові... Ввечері він відмінив заплановане заздалегідь побачення з гарною жінкою і нікуди не поїхав. В пустій квартирі, де не було навіть собаки (хто ж з нею буде

гуляти, якщо я цілий день на роботі), в голову приходили дивні та незвичні думки.

Жінка не стала перешкоджати, коли раптово з'явився після довгих років відсутності батько, який захотів зустрітись із донькою-підлітком. «Ну, батько, все-таки говорять, що у нього своя фірма, велика, може, пальто зимове тобі купить» – практично наставляла вона доньку, яка збиралася на перше побачення з батьком.

У батька «знесло дах» після першої ж зустрічі з донькою. Уявіть собі: перед ним була юна дівчина, яка по-перше, являлась його кровною донькою, спадкоємицею та людиною, яка буде продовжувати його рід та справи (ось він – сенс всього життя). По-друге, вона була доволі схожа на свою матір, його колишню юну дружину, в яку він закохався, на котрій одружився в ранній молодості. Давно не відчував таких сильних і неоднозначних почуттів.

І чоловік по повній програмі «розпустив хвіст». Театри, боулінги, аквапарки, ресторани, магазини та бутики, поїздка закордон. Скромна, не розбалувана «шмотками» та розвагами дівчинка за все була йому вдячна, всім захоплювалась, заглядала татку в рот, готова була слухати все, що він захоче промовити, та у всьому з ним погодитись. Мрія будь-якого чоловіка! – «Познайомтесь, це моя донька!» – «Та ти що! Така доросла?! І така скромна та вихована! Та де ж ти раніше ховав таку красуню?!»

Вдома благодаті не було ніколи. Дівчинка звинувачувала в цьому матір:

– Ти говорила, що мій батько дурак та поганець. А він – чудова, щедра людина з двома вищими освітами. На нього працюють півтисячі людей.

У нього дві квартири та будинок за містом. А ти хто? Скільки ти заробляєш? Чому ти вигнала його та ховала мене протягом скількох років? Ми з ним скільки всього втратили!

– Ніхто його не виганяв і тебе не ховав! – у відчаї кричала мати, переходячи на вереск. – Він сам втік! Де ж він був, коли ти в три роки

хворіла та місяць могла спати лише у мене на руках? А коли впала з гойдалки, зламала ключицю, тебе треба було годувати з ложечки? А коли мене в перебудову скоротили і не брали на іншу роботу з маленькою дитиною...А тепер – явився не запилився, на все готове. Ти не роззявляй рота: він награться і знову тебе кине!

– Це все брехня! – заливаючись сльозами промовила донька. – Ти...ти зла і дурна!

Одного разу, використавши всі аргументи та не справившись з собою, мати з криком, вперше в житті, заявила дочці: «Ну так і йди до нього!».

Дівчинка вибігла в коридор, схватила куртку та побігла вниз по сходам, тремтячими руками нажимаючи кнопки нового суперського мобільного телефону подарованого татом.

– Тато, я буду тепер з тобою жити, – сказала вона, випивши, щоб заспокоїтись, склянку колекційного червоного вина і забравшись з ногами в шкіряне крісло. – Ти ж не проти, правда?

Тато сидів, прикривши очі. Думки його маячили зі сторони в сторону. Він навіть не уявляв, як вони будуть жити разом. Він не розумів підлітків. Саме зараз він думав про друге одруження та про сина-спадкоємця: він вже зрозумів, що доньку геть не цікавить його бізнес. Вона хотіла стати співачкою або дизайнером. В кінці кінців, тепер можна найняти дитині няню чи гувернантку.

Від довгих сліз, фізіономія його доньки здавалась схожою на млинець.

Ображена татова подружка гучно кидала щось на кухні. Розуміється, вона ні за що в житті, не стане жити з чужою для неї дівчиною, котра молодше її та симпатичніше. Вони ж будуть без зупину сваритися, закликаючи його бути суддею в їхніх конфліктах...Чоловік в жаху помахав головою.

– Розумієш, донечко, – обережно почав він. – Те, що ти придумала, це якось не дуже добре по відношенню до твоєї мами. Вона звичайно також погарячкувала, але її можна зрозуміти...Звичайно, ми з тобою маємо спілкуватися, але... Давай я

зараз сам їй зателефоную та спробую про все домовитись.

Дівчинка-підліток підскочила з крісла та випрямилась, упустивши пустий бокал. Вона розуміла: тепер її зрадили всі! Нічого не лишилось! І нікого! Чи є сенс жити, якщо всі люди такі?

Мама з татом прийшли до мене разом. Та наперебій намагались звинуватити в чомусь один-одного. «А навіщо ти?...А от якби ти тоді...» – «А ти завжди...»

Обидва продовжують шукати винного. Не помічники – ні мені, ні донечці.

Розповідати дівчинці, що все так добре, розповідати про красу світу? Не почує, ще не минув афект. Можливе повторення наміру. А що, якщо ця спроба на цей раз вже буде «вдалою»?!

Був такий психолог, якого я поважала – Віктор Франкл. Він розробив метод парадоксальної інтенції, фактично доведення від протилежного. Початок розробок припав на період перебування автора в фашистському концтаборі...

Що ж? Не можна довести, що все добре, буду доводити протилежне.

– Взагалі-то в твоєму віці, зациклюватись на проблемах з предками – вже не круто. Інших справ немає?

– Я не крута, – відповіла вона, підозріло дивлячись на мене.

– До речі, а що сказав твій хлопець з приводу тієї фігні, яку ти влаштувала?

– У мене немає хлопця.

– Як?! Гм-м...Ну, а взагалі, в твоїй тусовці як – ухвалюють?

– Я не тусуюсь.

– Чому? В комп'ютері сидиш? А у тебе в ЖЖ скільки френдів?

– Дванадцять.

– Пф-ф! Навіть у мене – старої калоші і то – сто дев'яносто сім.

Вона не стрималась:

– Так це по життю ваші знайомі! А скільки взаємних?

– Жодного! – із захватом говорю я. – Я взагалі нікого не френдила. Можеш перевірити, я тобі скажу нік.

Дівчинка розумна, вмiє скласти два до двох.

– Що ви хочете мені довести? Що в моєму житті взагалі нічого не виходить? Що всі мене вважають лохушкою?

– Не треба вважати, що люди думають про тебе погано. Вони взагалі про тебе не думають.

Розізлилася:

– А психолог в лікарні говорила, що я ще зустріну багато чудових людей і все в мене буде добре.

– О-ла-ла...

– А тато з мамою, мене проміж всього, люблять. У тата навіть був серцевий напад. І вони сказали, що я можу жити з ким захочу...

– Гм-м...

– І дві мої подружки кожного разу, коли дозволяли, приходили до мене в лікарню.

– О-о...

– І Михайло Осін мені смс-ку надіслав: «Ти що з глузду з'їхала? Не дури більше!»

Попалась. Далі вона мені доводила, що світ вартує того, щоб жити. Я іноді в'яло сперечалась, іноді, погоджувалась.

Віктор Франкл – форева!

На останок, порада подружжям з дітьми – банально, але перевірено. Якщо розлучились, ніколи не говоріть поганого про другого опікуна. Якщо не знайдеться доброго слова, краще мовчіть. Заново встановлюючи контакт з дитиною після розлуки, не намагайтесь пускати пил в очі – на довго не вистачить. Не старайтесь «купити» подарунками. Краще поділіться часом та шматочком душі.

Аналіз ситуації

Я повністю у всьому погоджуюсь із психологом. На жаль, дуже багато сімей так живуть. Як на мене, батько слабак. Він не був готовий до народження дитини, до того, що прийдеться нести відповідальність. Це було зроблено несвідомо, що і потягло за собою наступні наслідки. Протягом всієї ситуації, можна прослідкувати, що батько так і не набрався розуму. Навіть, коли донька прийшла до

нього, він розгубився та не знав, що йому робити. Плануючи сина, не вміючи навіть спілкуватись із власною донькою. Типовий нарцис, для якого своє життя і задоволення на першому місці. Мама велика молодець, що не опустила рук. Проте, вважаю, що її помилкою було заборонити спілкування батька з донькою. Можливо, якби донька з ним спілкувалась, вона б і раніше зрозуміла, який він. Почала б більше цінувати свою матір. Також, вважаю, що не треба було настроювати доньку проти батька. Адже, який би він не був, він все одно батько, так вже склалося. Краще сказати дитині як є, аніж наговорювати. Так сталося і в ситуації. Дитина почала звинувачувати маму, бо та звинувачувала батька. По результату історії, я для себе зрозуміла, що батьки так і не набралися розуму. Мати переповнена своїми образами, а батько, як завжди у своєму світі. Психолог дуже коректно підбрала метод для дівчинки. Вказала на те, що вона має усвідомити свою цінність і зрозуміти, що життя прекрасне. Воно не замикається лише на конфліктах в які її втягнули батьки. *Автор – студ. Ю.Щ.*

Ситуація 4. Любити свою дитину

– Я прийшла без дитини, бо в нього все гаразд, – сказала жінка і замовкла, склавши руки на колінах і дивлячись кудись усередину себе.

Я спробувала їй допомогти:

– Але оскільки ви прийшли до дитячої поліклініки, а не звернулися до дорослого психотерапевта, то, мабуть, все таки...

– Так! – погодилася жінка і знову замовкла. Я вирішила дати їй час «дозріти». – Мені соромно сказати, – нарешті зізналася вона.

– Та гаразд... – я легковажно махнула рукою.

На жодні страшні гріхи ця серйозна немолода жінка явно не тягла. Може, розлютившись на щось, з'їздила своєму синові–підлітку по «нахабній морді»? Чи назвала його дебілом? Чи нарешті вирішила створити сім'ю, а синочок обранця матері категорично не прийняв? Все це цілком прості, життєві речі.

– Чи бачите, вся річ у тому, що я не люблю свою дитину, – сказала жінка.

– А скільки йому років?

– Дванадцять.

– Це відчуття з'явилося у вас лише зараз?

– Ні, я його ніколи не любила.

Мені здалося, що вона вимовляє це із задоволенням. З полегшенням, принаймні.

– Мені здається чи?.. – одразу уточнюю я.

– Ні, – спокійно підтверджує вона. – Я справді відчуваю полегшення, сказавши це вголос. Я ніколи цього нікому не говорила. Із самого початку відчувала себе якоюсь... неповноцінною, але таїла всередині. Потім якось не витримала і зізналася матері. Вона завжди була найближчою для мене людиною, у всьому мене підтримувала, завжди була на моєму боці, коли я народила Андрія, допомагала мені стовідсотково. Без неї я не впоралася б...

Почувши моє зізнання, мати відвернулася від мене, назвала «зозулею» з холодним серцем. З тих пір у нас стосунки майже формальні, а Андрія вона всіляко балує і кудяхче над ним так, ніби він – нещасна страждаюча сирітка, такий собі Олівер Твіст. Не можу передати, як це мене дратує. Але при цьому розумом я розумію, що вона має рацію: адже дитину має хтось любити...

– Розкажіть мені про свою сім'ю.

Жінка на ім'я Регіна називає своє життя благополучним. Народилася в сім'ї службовців, була єдиною дитиною, яку всі любили. Здобула вищу освіту, відразу і за своїм бажанням була орієнтована на кар'єру. Робила її успішно. Вийшла заміж за товариша по службі. Прожили разом три роки. Розлучилися без скандалів, залишилися добрими знайомими. Дітей у шлюбі не було.

Загалом Регіна завжди знала, що діти (або принаймні одна дитина) у жінки повинні бути. Не пам'ятає, щоби цю думку їй хтось нав'язував. Коли перевалило за тридцять, вона сприймала як належний тиск рідних і подруг, що наростав на неї. Помер батько, і

на похороні вбита горем мати дозволила собі закид: «Пішов і так і не побачив онуків, про яких мріяв...». Батько ніколи не ділився подібними думками з Регіною, він взагалі був людиною небагатослівною. Регіна відчула різке почуття провини.

Через півроку в майже випадковому для Регіни романі раптом настала вагітність. Що робити? За порадою жінка звернулася не до чоловіка, а до матері. Мати висловилася однозначно:

– Чи не п'яниця? Чи не божевільний? Тоді, звісно, – народжуй! Чого ще чекати? Поки я на ногах, дитину підніmemo.

Регіна недовго думаючи погодилася. Начебто все було як треба: під час вагітності дотримувалася всіх порад лікарів, правильно харчувалася і ходила в басейн. Легко народила здорового хлопчика. Друзі та подруги радісним натовпом зустрічали з пологового будинку. Від фірми подарували диво–візочок. Бабуся взяла на руки новонародженого Андрійка і заплакала світлими сльозами.

– Розумієте, всі говорять про якийсь материнський інстинкт. Так от він у мене так і не включився. Я робила все, що потрібно робити з немовлям, але нічого не відчувала. Добре, що моя мама могла з ним сюсюкати, пестити його. Інакше – я читала в Інтернеті – мав би якісь незворотні зміни. А так він цілком нормальний. Я годувала його до року. Моя подруга тиждень плакала, відлучивши дочку від порожніх грудей: «Як мені цього не вистачає!». А мені терапевт сказав: вистачить, мабуть. Я одразу поїхала на два дні до тітки, а мама почала годувати його з пляшечки.

Повернулась, забула про груди... Я чудовисько?

– Андрій вас дратує?

– Іноді, як усі діти, мабуть. Але загалом я до нього байдужа.

– Ви проводите з ним час?

– Звісно. Займаюсь математикою. Ходімо на ковзанку, у басейн. Катаємось на гірських лижах. Роблю те, що хлопчикові потрібне, а бабуся не може йому дати. У театр, музеї, дача, поїздки до моря, на південь – це все моя мама. Я лише оплачую.

– Так було всі дванадцять років, – сказала я. – Ви вже мали

пристосуватися і, безперечно, пристосувалися. Життя вашої родини організоване, Андрій навчається, розважається, спілкується з друзями. Чому ви саме зараз вирішили звернутися до фахівця? Що вас турбує? Ваші стосунки із мамою?

– Ні... – Регіна знову замовкла, але я бачила, що вона просто підбирає слова.

– Розумієте, він уже скоро зовсім виросте... піде... я бачила, як це відбувається в сім'ях моїх друзів, подруг... А я так і не впізнала, не зрозуміла, що це було. Я справді чудовисько з холодним серцем? Просто виродок? Але чому так вийшло, адже я сама виросла у звичайній родині?

– А що ви такого незвичайного в собі побачили? – трохи наіграно здивувалася я. – Чи не було особливого бажання сюсюкати з дитиною? І що з того?

– Але ж я маю його любити, – нерішуче заперечила Регіна. – Як написано...

– Кохання за обов'язком – марення і нісенітниця! – відрізала я. – А коли я росла, скрізь було написано, що ми всією країною ось-ось збудуємо комунізм. І що ж? Є речі, які ви, якщо вже народили дитину, безумовно, мали робити: годувати її, взувати-вдягати, лікувати, якщо знадобиться, вчити і забезпечувати їй будь-який розвиток. Ви це робите?

– Звісно. У повному обсязі, я ж розумію.

– Є, навпаки, те, чого ви не повинні робити: бити дитину, принижувати її гідність, виганяти її з дому...

– Та що ви ... – Регіна невпевнено посміхнулася. – Тобто, ви хочете сказати, що це... те, що я нічого такого не відчуваю... Це нормально?

– А ви справді нічого не відчуваєте? – Уточнила я. – Коли Андрій має якісь успіхи? Коли він зазнає невдачі? Коли він хворіє?

– Ну, я ж нормальна людина. Звісно, відчуваю. Радію чи, навпаки, засмучуюсь. Або турбуюся. Але ж це... не те! Це я відчуваю і коли друзі, знайомі... Тут же особливе, він моя дитина, я ж винна...

ну, тобто, я могла б його любити, – наполегливо повторила Регіна.

– У двадцяти відсотків сучасних матерів цей інстинкт не працює чи працює збочено, – повідомила я. – Одна п'ята.

– Правда?! – Регіна, здається, зраділа. – Дякую. Я тепер розумію, і мені стало спокійніше. Добре, що є мама.

– Про маму! – перервала я. – У мене до вас пропозиція. Можна сказати експеримент. Цього року на південь із Андрієм поїдете ви.

– Ой, ви знаєте, я один раз з ними поїхала, мені було так погано, та й Андрій звик тільки з бабусею, адже я набагато суворіша...

– Ви не зрозуміли. Жодна бабуся не поїде! Тільки ви та син.

Ситуація виглядала досить зрозумілою. Регіна, яка народила дитину «за збігом обставин», і справді була психологічно не готова до материнства. Інстинкт у таких випадках включається не відразу, а як би поступово «підлаштовується» до ситуації, що змінилася. Але на шляху цього «підстроювання» встала бабуся Андрійка, яка з самого початку сприйняла онука як «свого» дитинча, посланого їй долею замість чоловіка, що пішов.

Наполегливо та впевнено вона відтісняла Регіну від емоційного спілкування із сином, залишаючи їй важливу роль «годувальниці».

Ця роль була для Регіни зрозуміла і звична, і вона не дуже чинила опір. А потім «щиросердне визнання» дочки, що хвилюється про те, що відбувається (і підсвідомо здогадується про роль матері), дозволило бабусі закріпити ситуацію. У дитини майже офіційно утворилися «холодна» мати і бабуся, що любить. Андрійко, який ніколи не знав нічого іншого, природно, пристосувався до цього стану речей. Бабуся фактично втратила дочку, зате знайшла онука в практично нероздільне емоційне користування.

Усіх все влаштовує? Ні. Всі ці роки Регіна відчуває занепокоєння. Вона читає книги та матеріали в Інтернеті, намагається зрозуміти те, що відбувається. І врешті–решт приходиться до фахівця.

Якщо моя гіпотеза вірна, то варто хоча б на якийсь час прибрати з рівняння бабусю, і пригнічена емоційність Регіни сама, в обхід розуму, прокладе дорогу до її єдиного сина.

Я збиралася зателефонувати їм восени. Але, звісно, забула. Знову згадала лише наступної весни. Прокинулася цікавість. Знайшла та набрала номер.

– А Регіночка заміж вийшла, – пробуркотіла бабуся. – Бажаєте, дам їй новий телефон?

– Стривайте, а Андрійко? Андрійко де? З ким?

– Андрійко з мамою, звісно. У нього з Регіночкіним чоловіком на подив хороші стосунки вийшли. Два мужики таки. А до мене він щовихідних приїздить. Так я не зрозуміла: вам когось потрібно?

Та взагалі вже нікого, подумала я, записуючи номер Регіни. Очевидно, емоційний потік, який відразу змив бар'єр між матір'ю і сином, виявився сильнішим, ніж я думала. Розбудженої сили звільнених емоцій вистачило і на влаштування особистого життя жінки. Залишалось лише побажати їм усім удачі. *Автор – студ. Л.Н.*

САМОСТІЙНА РОБОТА № 9.

АНАЛІЗ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНОЇ СИТУАЦІЇ

Студенти отримують педагогічні ситуації, в яких мають знайти вирішення. Студент обирає одну із запропонованих ситуацій

Ситуація № 1

Ваш син читає – захоплений книжкою. Ви побачили безладдя на його столі.

- Сергію, підійди сюди!
- Зараз! – говорить син, не відриваючись від книжки.
- Не «зараз», а моментально, раз тебе кличуть!
- Ох, тату... Найцікавіше місце!..

Книжка, вирвана сильною батьківською рукою, летить убік.

Чи можна після такого початку розмови чекати від сина слухняності або просто доброзичливого ставлення до претензій батька? Тим більше, що розгніваний батько не вибирає висловів:

- Що це за безладдя у тебе на столі? Негайно ж усе прибрати! Чому не ідеш, коли тебе кличуть! Нахаба! Розпустився! Невже я повинен вичікувати, поки... і т. д. і т. п.

Ковалева Л. Е. *Микроклимат семьи*. М.: Знание, 1979. С. 37.

1. Проаналізуйте ситуацію. У чому батько неправий?
2. Чи можна в такий спосіб добитися поваги дітей?

Педагогічно правильно «програйте» цей епізод.

3. Чи рахуетесь ви із справами своїх дітей, їхніми смаками, думкою? Як це позначається на ваших стосунках?

Ситуація № 2

Зайшла вранці знайома і запросила матір Люби в гості. Та обіцяла, а увечері прийшов втомлений, затримавшись на роботі, батько. Матері не хотілося іти одній, і вона сказала йому:

- Я також не піду, не хочеться чогось!

Люба чула це.

Наступного дня прийшла ця ж знайома.

- Як жаль, що ви не прийшли.

— У мене так розболілась голова, що...— почала виправдовуватися мати.

— Ні, не голова,— підказала Люба, — тобі, мамулю, не хотілось іти, ти навіть татові так сказала.

Після того як пішла гостя, Люба була покарана. Вона стояла в кутку і гірко плакала, але не відчувала себе винною. «Адже треба говорити правду», – повторювала вона крізь сльози. Мати підкликала до себе дівчину, посадила її поряд.

— Знаєш, ти ще маленька і не повинна втручатися в розмови старших. Буває брехня серйозна і несерйозна. Я не хотіла образити добру тітку Марію Іванівну і сказала, що в мене боліла голова, а якщо б я сказала, що не хотілося піти, вона могла б образитися.

Писарева Л. В. Из практики воспитания детей. Медгиз.1963. С. 22, 23.

1. Оцініть ситуацію. Чи придатні для дітей пояснення матері про серйозну і несерйозну брехню?

2. Як може позначитися на дівчині цей випадок? До розвитку яких рис характеру може спричинити?

3. Як би ви вчинили на місці матері?

Ситуація № 3

— Мамо, можна я з Валею погуляю? Я вже уроки зробила, — просить дівчинка.

— Не можна.

— Чому? Я все зробила і кімнату прибрала. Можна?

— Ні, не можна! — дратується мати.

— Ну чому — не можна? Я своєчасно буду вдома.

— Завелася «чому-чому?» Сказано — не можна!

Федосеєнко Л. Дисципліна желаний // Уроки педагогического мастерства для родителей. К.: Рад. шк. 1976. С. 59.

1. *Оцініть поведінку дитини і дорослого в наведеній ситуації.*

2. *Одні батьки вважають, що вимоги дорослих повинні бути обґрунтованими і зрозумілими для дітей, інші — що в цьому немає необхідності. Якої думки додержуєтесь ви?*

3. *Як може відбитися поведінка матері на її подальших стосунках з дочкою?*

Ситуація № 4

Маленький хлопчик їде з татом у метро. Поїзд відійшов від станції і виїхав у тунель. Хлопчик збуджений.

— Тату! Чому стало темно за вікнами? Там ніч? А чому вогники?

— Сиди спокійно!

— Тату! А ці вогники — це зірки? А там ліс і будинки?

— Сиди, я тобі кажу!

Зав'язує синові шапку. Той крутиться.

— Стій на місці!

— А мені лоскотно! Ти мені сильно затягнув!

— Стій, я тобі кажу!

Шльопанець. Гіркий плач.

М а с с А. Бумеранг//Семья и шк, 1983, № 1, С. 33.

1. *Чи здивувався б тато, коли б йому сказали, що він поводить з своєю дитиною нешанобливо, нетактовно?*

2. *Спробуйте уявити цю ситуацію інакше. Пригадайте епізоди з власної сімейної практики.*

3. *Скільки часу ви приділяєте спілкуванню з дітьми? Багато це чи мало? Що є змістом вашого спілкування? Чи подобається вам проводити час з дітьми?*

Ситуація № 5

Проаналізуймо ситуацію.

Одного разу вчителька запитала першокласницю, тиху, задуману дівчинку:

— *Чого тобі найбільше хочеться?*

— *Я хочу захворіти.*

— *Чому?* — *здивувалася вчителька.*

— *Коли я хворіла, мама сиділа біля мене, розмовляла, розказувала мені казки, читала книжки. Мені було так добре.*

Познайомимося з казкою.

Казка для батьків

«Жила-була маленька дівчинка. Були у неї мама і тато. Дівчинка знала, що її любила мама, але не розуміла, як. Мама завжди була заклопотана, завжди сумна і втомлена. А тато або не був вдома, або він сердито розмовляв з мамою.

Дуже часто дівчинка жила у бабусі, яка її, напевно, теж любила, але була суворою. І мріяла дівчинка про день, коли побачить маму. Але маму біля себе вона бачила, коли починала хворіти. І тому хворіти дівчинка дуже любила.

Одного разу, коли мама була дуже далеко, в іншому місті, дівчинка не зуміла розрахувати своїх сил і захворіла так, що її поклали до лікарні. Без мами. Дівчинка була дуже налякана, вирішила, що нікому не потрібна, якщо її відправили жити в чужий будинок, з чужими тітками, де їй роблять тільки боляче.

Не встигла дівчинка зрозуміти, за що її так покарали, як хтось сказав, що їй не можна виходити навіть в коридор. І тут дівчинка подумала, що гірше, ніж вона, нікого на світі немає. І змирилася.

Вона не стала чинити опір. Вона лягла в ліжку. Дівчинка не

бачила, заради чого можна захотіти піднятися знову.

Однак надія на те, що раптом з'явиться мама, крихка надія – маленькими промінчиками – ще залишалася.

Час від часу дівчинка виходила із забуття, звідкись із темряви, і бачила то тарілку на тумбочці із незайманою кашею, яка здавалася дерев'яною, то пляшечки і трубочки, по яких щось капало і капало... І побачивши голку в своєму тілі, дуже дивувалася, що не відчуває болю.

А мами все не було... Один за одним загасали промінчики надії.

Вона не знала, скільки днів та тижнів минуло.

Розплющивши очі, дівчинка побачила на сірому підодіяльнику білого черв'ячка і не змогла згадати, що з нею і де вона. Тільки дивилася і дивилася на черв'ячка. І побачила ніби себе зі сторони. Вона і ця маленька жива істота – не огидне, не прекрасне – ніяке. Поруч...

Згас останній промінчик. Дівчинка закрила очі. Вона нічого не бачила і не чула. І лише темрява. Дівчинка майже "там"...

Раптом – дуже слабке відчуття тепла! Звідкись, крізь стіни. Вона боялася повірити. Напружувалася. Так, навіть «звідти» вона відчула свою маму.

Дівчинка знала, що мама її любить, але не розуміла як.

Дівчинка ще не бачить і не чує, але якимось розуміє, що мама не сама прийшла, що маму покликали подивитися на дівчинку.

Дівчинка ще не знає, чи потрібна вона мамі тепер. Вона напружилася. Вона чекає...

Раптом вона відчуває, як тепло, мамине тепло огортає її з голови до ніг. Дівчинка відкриває очі, бачить маму, але швидше здогадується, ніж чує: «Донечко, ти щось хочеш?»

Дівчинка, все ще боячись повірити, швидше думає, ніж говорить: «Помалюй мені».

Це перше прийшло в голову, аби перевірити, переконатися, не відкладаючи: чи правда, що для неї, для дівчинки, щось хочуть зробити?

І мама зрозуміла... І почала малювати. Мама малює із захватом. У дівчинки прокидається майже згасла душа. Вона вже бачить і чує. Вона розуміє, що мама малює для неї. Для дівчинки! Заради дівчинки!

Здається, і мама боїться повірити, що дочка її вже тут, із нею. Мама відчуває, що як тільки вона перестане малювати, дівчинка знову піде від неї, піде назавжди.

І мама малює. Старанно. Майже не дихаючи. Не відволікаючись.

У дівчинки ніби ростуть крила. Вона просить посадити її. Вона хоче бачити свою маму. І як мама малює.

А мама малює помаранчевий кленовий листок. Потім ляльку. Потім ще щось... Дівчинка дивиться і дивиться.

Відчиняються двері, входить жінка в білому халаті і від подиву, ніби натикається на скляну стіну. Вбігає ще хтось... І ще. Всі стоять і дивляться.

Мама з дівчинкою відчувають себе трохи винними. Мама не піднімає голову, боїться відірвати олівець від паперу.

І все промінчики надії раптом знову спалахнули, ожили і перетворилися на помаранчеве сонце на маминому малюнку.»

Це реальна історія семирічної дівчинки.

1. *Про що свідчать ці дві ситуації дівчинки?*

2. *Чому так часто нашим дітям не вистачає уваги батьків?*

САМОСТІЙНА РОБОТА № 10.

РОЗРОБКА ПСИХОЛОГІЧНОГО ТРЕНІНГУ

Студенти самостійно обирають цільову аудиторію для проведення тренінгу, визначають мету тренінгу та складають сценарій його проведення.



РОЗДІЛ 2. ДОДАТКОВИЙ МАТЕРІАЛ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

ДОДАТОК 1

ПСИХОЛОГІЧНІ ТЕСТИ

ТЕСТ «ЧИ ХОРОШІ ВИ БАТЬКИ»

Перша цифра після кожного запитання відповідає ствердженню «так», друга — запереченню «ні», третя означає — «іноді».

1. Чи дає вам підстави для хвилювання стан здоров'я та фізичний розвиток вашої дитини? (0, 4, 2)
2. Треба чи ні давати дітям гроші на «кишенькові витрати» залежно від їх потреб? (4, 0, 2)
3. Чи дозволяєте ви дитині допомагати вам по господарству, хай навіть ця допомога незначна? (4,0,3)
4. Чи вважаєте ви, що незначна брехня з боку дитини допустима? (0, 4, 2)
5. Чи має ваша дитина шанси переконати вас у суперечці? (5, 0, 3)
6. Чи можуть ваші діти мати від вас секрети? (3, 0, 2)
7. Чи засуджуєте ви суворість у вихованні дітей? (5, 0,0)
8. Чи легко налагоджуєте ви контакти з приятелями вашої дитини? (4, 0, 2)
9. Чи просите ви пробачення у дитини, якщо несправедливо її покарали? (5,0,3)
10. Чи систематично ви цікавитесь навчанням дитини у школі? (4, 0, 1)
11. Чи дотримуєтесь ви у вихованні дітей традицій вашого роду і народу? (4, 0, 1)
12. Чи формуєте ви у своєї дитини почуття національної самосвідомості, честі й гідності? (5,0,0)

Тепер підсумуємо. Знайдіть суму. Якщо вона становитиме

50 – ви ідеальні батьки, такі ідеальні, що можна замислитися, чи на всі питання відповідали щиро.

35-45 – ви дуже любите дитину, відчуваєте всю важливість своїх обов'язків перед нею.

30-34 – взагалі ви непогані батьки, хоча часом і припускаєтесь помилок, які «підривають» ваш авторитет перед дитиною.

25-29 – на жаль, у багатьох ситуаціях ви не є досконалі вихователі, й діти, мабуть, не почуваються з вами досить добре і просто.

20-24 – ви зовсім непослідовні у вчинках, надто часто робите те, чого не варто робити ніколи. Діти не знають, коли і в чому вони можуть на вас покластися.

19 та менше – маємо надію, що такої суми не набрав ніхто, бо в цьому разі можна лише поспівчувати вашій дитині.

ТЕСТ «МАМА ЧИ ПОДРУГА ...»

1. Якщо у Ваших дітей з'явилися проблеми або вони закохалися, то як Ви про це дізнались?

А. Вони самі мені про це розповіли.

Б. Вони розповіли про це татові або іншій близькій людині.

В. Я – мати, я це просто відчула.

Г. Дізналася про це випадково.

2. Як подружки чи друзі Вашої дитини ставляться до Вас?

А. Як до другої мами.

Б. Замовкають або ж переводять розмову на іншу тему, коли я заходжу.

В. З повагою, але холоднуватого.

Г. З повагою і любов'ю.

3. Чи запрошували Вас діти хоч один раз туди, де вони збираються з друзями?

А. Інколи «витягують» мене в кіно.

Б. Ні, оскільки не хочуть бути зі мною будь-де.

В. Запрошували, проте я відмовилася.

Г. Ті місця, де вони збираються, мене не цікавлять.

4. Багато батьків скаржаться, що дорослі діти часто беруть

їхній одяг, щоб поносити. Чи трапляється це у Вашій родині?

А. Цього не буває, оскільки мої речі їм не підходять.

Б. Цього не відбувається, оскільки вони давно вже вийшли з моди.

В. Мені просто доводиться шукати свої речі в шафі.

Г. Я цього не дозволяю, бо вважаю, що кожен повинен носити свої речі.

5. Виявилось, що Ваші діти дуже зацікавились однією з телепрограм. Які Ваші дії?

А. Я розпитую, чим сподобалась їм ця програма.

Б. Мені не цікаво те, що цікавить їх.

В. Сподіваюся, що вони мені розкажуть про цю передачу.

Г. Якийсь час вникаю в зміст програми, а потім обговорюю її разом з ними.

6. Скільки разів після того, як народилися Ваші діти Ви говорили: «В наші часи було не так»?

А. Один чи два рази, бо я розумію, що все змінюється.

Б. Стільки разів, що й не пам'ятаю.

В. Небагато, адже повторами нічого не доб'єшся.

Г. Я їм цього не говорила, але говорила своїм ровесникам.

Результати:

Від «4» до «6» відповідей позначено буквою «А». Без будь-якого сумніву Ви мати-подруга для своїх дітей. Ви швидше належите до тих людей, які вважають, що любов і повага прекрасно доповнюють одне одного.

Три або менше відповідей позначено буквою «А». Конче потрібно налагодити тісніші взаємини зі своїми дітьми, постарайтеся побільше дізнатися про їхні інтереси, друзів.

Від «4» до «6» відповідей позначено буквою «Б». Увага! Ваші діти не знаходять з Вами взаєморозуміння. Не дозволяйте віковому бар'єру виникнути між Вами.

Ваші відповіді позначено буквами «В» і «Г». Це вже дуже небезпечно. Очевидно, ви «даєте дітям крила і тут же їх підрізаєте». Це породжує в них невпевненість.

АНКЕТА ДЛЯ БАТЬКІВ «ЧИ МОЖЕТЕ ВИ?»

А - можу і завжди так роблю.

Б - можу, але не завжди так роблю.

В - не можу.

1. У будь-яку хвилину залишити свої справи і приділити увагу дитині.

2. Радитись з дитиною, не зважаючи на її вік.

3. Зізнатися дитині, що ваші дії стосовно неї були помилковими.

4. У випадку, якщо були не праві, вибачитися перед дитиною.

5. Володіти собою і зберігати спокій, навіть якщо вчинок дитини вивів Вас із рівноваги.

6. Поставити себе на місце дитини.

7. Повірити хоча б на хвилину, що Ви - добра фея (добрий король).

8. Розповісти дитині повчальну історію зі свого дитинства, яка показує Вас не зовсім у вигідному світлі.

9. Завжди уникати слів, які можуть поранити дитину.

10. Пообіцяти дитині виконати її бажання за умови її гарної поведінки.

11. Виділити дитині один день, коли вона зможе робити все, що забажає, і вести себе, як захоче.

12. Не реагувати, якщо ваша дитина незаслужено вдарила, образила іншу дитину.

13. Не звертати увагу на дитячі сльози та прохання, якщо ви впевнені, що це каприз, швидкоплинна примха.

Порахуйте бали:

А - 3 бали, Б - 2 бали, В - 1 бал.

Якщо Ви набрали від 30 до 39 балів.

Ваша дитина - найбільший скарб к вашому житті. Ви намагаєтесь не тільки зрозуміти, але й пізнати її, ставитесь до неї з повагою, дотримуєтесь найбільш прогресивних методів виховання. Ви на правильному шляху і можете розраховувати на гарні результати.

Якщо Ви набрали від 16 до 30 балів.

Піклуватися про дитину для Вас найголовніше. Ви маєте здібності вихователя, але па практиці не завжди послідовно і цілеспрямовано їх використовуєте. Інколи Ви дуже суворі або занадто м'які, крім того, маєте схильність до компромісів, що послаблює виховний ефект. Вам слід серйозно замислитися над своїм підходом у вихованні дитини.

Якщо Ви набрали менше 16 балів.

У Вас серйозні проблеми у вихованні дитини. Вам не вистачаєш або знань, або бажання і прагнення виховати дитину творчою особистістю, а, можливо, і того, й іншого. Ми ралимо Вам звернутися за допомогою до спеціалістів - педагогів та психологів, ознайомитися з літературою з питань сімейного виховання. Не забувайте, що формування особистості - дуже складний і відповідальний процес. Ось чому виконання батьківського обов'язку приносить людині найбільш моральне задоволення.

ТЕСТ «ЧИ ХОРОШИЙ ВИ БАТЬКО (МАТИ)»

На запитання цього тесту можна відповісти «так», «ні», «не знаю».

1. На деякі вчинки підлітка Ви часто реагуєте «вибухом», а потім шкодуєте про це.
2. Інколи Ви вдаєтеся до допомоги чи поради інших осіб, коли не знаєте, як реагувати на поведінку Вашої дитини.
3. Ваші інтуїція і досвід – найкращі порадики у вихованні дитини.
4. Інколи вам трапляється довірити підлітку таємницю, які Ви нікому іншому не розповіли б.
5. Вас ображає негативна думка про власну дитину інших людей.
6. Вам трапляється просити в підлітка пробачення за свою поведінку.
7. Ви вважаєте, що дитина не повинна мати таємниць від

батьків.

8. Ви помічаєте між своїм характером і характером дитини відмінності, які інколи радують Вас.

9. Ви надто сильно переживаєте неприємності або невдачі своєї дитини.

10. Ви можете втриматися від купівлі якоїсь речі для підлітка (навіть коли маєте гроші), бо знаєте, що їх у нього вистачає.

11. Ви вважаєте, що до певного віку найкращий вихований аргумент для дитини – фізичне покарання.

12. Ваша дитина саме така, про яку Ви мріяли.

13. Ваша дитина завдає Вам більше клопоту, аніж радості.

14. Інколи Вам здається, що підліток учить Вас нових думок і поведінки.

15. У Вас конфлікти із власною дитиною.

Підрахунок результатів.

За кожен відповідь «так» на запитання 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, а також «ні» на запитання 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 – одержуєте по 10 балів.

Підрахуйте одержане.

100–150 балів. У Вас великі здібності до правильного розуміння власної дитини. Ваші погляди й судження – вірні союзники у вирішенні різних проблем виховання. Якщо це на практиці супроводжується такою відкритою поведінкою, сповненою терпимості, вас можна визнати прикладом, гідним наслідування. Для ідеалу Вам не вистачає одного невеличкого кроку. Ним може стати думка Вашої власної дитини.

50–90 балів. Ви стоїте на правильному шляху до кращого розуміння власної дитини. Свої тимчасові труднощі або проблеми з ним Ви можете вирішити, починаючи з себе.

І не намагайтеся виправдати себе браком часу або вдачею своєї дитини. Є кілька проблем, на які Ви маєте вплив, тому намагайтеся це використати. І не забувайте, що розуміти – це завжди означає сприймати. Не тільки дитину, а й власну особистість також.

0–49 балів. Можна більше співчувати вашій дитині, ніж вам, бо вона не потрапила до батька — доброго друга і провідника на важкому шляху здобуття життєвого досвіду. Але ще не все втрачено. Якщо ви справді щось хочете зробити для своєї дитини, спробуйте! Може, знайдете когось, хто вам у цьому допоможе. Це не буде легко, але згодом обернеться вдячністю і вдалим життям вашої дитини.

АНКЕТА «БАТЬКИ І ДІТИ»

1. Чи знаєте Ви здібності своєї дитини?

Ні – 0

Намагаюся взнати - 3

Так - 5

2. Чи вирішуйте разом із дитиною її особисті проблеми?

У дитини проблем не буває – 0

Навряд чи – 3

Думаю, що так - 5

3. Що Ви можете сказати про темперамент своєї дитини?

Нічого – 0

Подібний до мого – 3

Знаю і зважаю на нього - 5

4. Чи звертаєте Ви увагу на фізичний стан своєї дитини (поставу тощо)?

Не маю часу - 0

Думаю, що так - 3

Вважаю, що це дуже важливо - 5

5. Музика, образотворче мистецтво, художня література допомагають вихованню в дитини почуття краси, гармонії?

Це марнування часу – 0

Не знаю – 3

Здається, так - 5

6. Якщо дитина вчинила негарно, чи розумієте Ви, що це може бути результатом Вашого неправильного виховання?

Цього не може бути - 0

Не знаю - 3

Можливо - 5

7. Приходячи з роботи у розлюченому стані, Ви часто вихлюпуєте свій гнів на дитину?

Так - 0

Не замислююся над цим - 3

Намагаюся контролювати свої емоції і залишати за дверима домівки проблеми, які стосуються роботи - 5

8. Якби Вам запропонували цікаву подорож, чи взяли б Ви з собою дитину?

Люблю відпочивати на самоті - 0

Не знаю - 3

Обов'язково, якщо це було б можливо - 5

9. Якщо вчитель нарікатиме на Вашу дитину, Ви зразу розлютитесь?

Так - 0

Дивлячись за що - 3

Вислухаю дитину і постараюся розібратись у суті речей – 5

10. Як Ви вважаєте: дитина скоріше прислухається до Вашої думки, ніж до думки когось іншого (свого товариша)?

Гадаю, що ні – 0

Безперечно – 3

Гадаю, що моя думка має для неї вагу – 5

Підрахуємо бали

0 – 20 Батьки мають приділяти своїм дітям якомога більше уваги.

21 – 35 Батьки звертають увагу на проблеми своїх дітей, але повністю вирішувати їх не мають або можливостей, або знань, або часу.

36 – 50 Гарні стосунки в сім'ї дозволяють спільно розв'язувати проблемні ситуації, прекрасно розуміти один одного. Але не слід забувати про виховання самостійності і самодостатності.

АНКЕТА ДЛЯ БАТЬКІВ

«ПРАГНЕТЕ ВИРОСТИТИ ТАЛАНОВИТУ ДИТИНУ?»

На допомогу Вам – поради Девіда Льюїса, який узагальнив досвід тисячі сімей, у яких ростуть талановиті діти:

1. Я відповідаю на всі запитання дитини терпляче й чесно.
2. Серйозні питання й висловлювання дитини я сприймаю всерйоз.
3. У нас у квартирі стоїть вітрина, на якій дитина може демонструвати свої роботи. Я не сварю дитину за безлад у кімнаті чи на столі, якщо це пов'язано з творчим заняттям і робота ще не закінчена.
4. Я надав дитині кімнату або спеціальний куточок виключно для самостійних творчих занять.
5. Я показую дитині, що її люблять такою, якою вона є, а не за її досягнення.
6. Я надаю дитині можливість проявляти турботу.
7. Я допомагаю дитині будувати плани й приймати рішення.
8. Я намагаюсь розвивати дитину, показувати цікаві місця.
9. Я допомагаю дитині покращити результати її роботи.
10. Я допомагаю дитині нормально спілкуватися з іншими дітьми й радий бачити їх у себе в домі.
11. Я ніколи не говорю дитині, що вона гірша за інших дітей.
12. Я ніколи не караю дитину приниженням.
13. Я куплю дитині книги, пов'язані з її інтересами.
14. Я вчу дитину мислити самостійно.
15. Я регулярно читаю дитині.
16. Я привчаю дитину до читання з дитинства.
17. Я пробуджую фантазію і уяву дитини.
18. Я уважно ставлюся до потреб дитини.
19. Я знаходжу час, щоб щоденно побути з дитиною наодинці.
20. Я дозволяю дитині брати участь у плануванні сімейного бюджету.
21. Я ніколи не сварю дитину за невміння й помилки.

22. Я хвалю дитину за навчальну ініціативу.
23. Я вчу дитину вільно спілкуватися з дорослими різного віку.
24. Я спонукаю дитину вчитися розв'язувати проблеми самостійно.
25. У заняттях дитини я знаходжу щось варте похвали.
26. Не існує тем, які я виключаю з обговорення з дитиною.
27. Я допомагаю дитині бути особистістю.
28. Я допомагаю дитині знаходити телепрограми, що заслуговують на увагу.
29. Я розвиваю в дитині позитивне сприйняття її здібностей.
30. Я ніколи не відмахуюсь від невдач дитини, кажучи: «Я теж не вмію».
31. Я заохочую в дитині максимальну незалежність від дорослих.
32. Я вірю в здоровий глузд дитини й довіряю їй.

Критерії оцінювання правильності обраної виховної стратегії:

- ✓ Якщо Ви чините так лише у 20% аналогічних ситуацій, то Вам необхідно терміново змінити свій стиль спілкування з дитиною.
- ✓ Якщо поради відповідають Вашій програмі виховання на 50%, у Вас усе повинно бути гаразд.
- ✓ Якщо Ви виконуєте ці поради на 90%, дайте більше свободи дитині й собі!
- ✓

**ПРИНЦИПИ ВИХОВАННЯ ДІТЕЙ
АНКЕТА ДЛЯ БАТЬКІВ**

За результатами відповідей можна визначити, чи правильно обрано принципи виховання дітей.

Чи можете Ви:

1. У будь-який момент залишити всі свої справи й зайнятися дитиною?
2. Порадитися з дитиною, незважаючи на її вік?
3. Зізнатися дитині в помилці, зробленій стосовно неї?

4. Вибачитися перед дитиною у випадку, якщо Ви були не праві?
5. Опанувати себе й зберегти спокій, навіть якщо вчинок дитини вивів Вас із рівноваги?
6. Поставити себе на місце дитини?
7. Повірити хоча б на хвилинку, що Ви – добра фея чи прекрасний принц?
8. Розповісти дитині повчальний випадок із власного дитинства, у якому Ви постаєте в невігідному світлі?
9. Завжди утримуватися від слів і виразів, що можуть ранили дитину?
10. Пообіцяти дитині виконати її бажання за гарну поведінку?
11. Виділити дитині один день, коли вона зможе робити все, що забажає, і поводитися, як захоче, а Ви при цьому не будете ні в що втручатися?
12. Не зреагувати, якщо Ваша дитина вдарила або ненавмисно скривдила іншу дитину?
13. Устояти проти сліз, капризів, прохань, якщо відомо, що це – примха?

Варіанти відповідей:

- ✓ можу і завжди так роблю – 3 бали;
- ✓ можу, але не завжди так роблю – 2 бали;
- ✓ не можу – 1 бал.

Результати анкетування:

- ✓ Від 30 до 39 балів – Ви дотримуєтесь правильних принципів виховання.
- ✓ Від 16 до 30 балів – Ваш метод виховання – «батіг і пряник».
- ✓ Менше 16 балів – у Вас немає педагогічних навичок і бажання виховувати дитину.

ПСИХОЛОГІЧНА ВПРАВА**«Принцеса і дракон»**

Мета: сформувати навички аналізу ситуації та напрацювання колективного рішення.

Час: 30 хв.

Обладнання: папір, ручки, ситуація для аналізу «Принцеса і дракон».

Хід вправи: Учасники діляться на групи. Ведучий роздає аркуші з описом ситуації та таблицю для заповнення.

Ситуація «Принцеса і дракон»

За давніх часів в одному старовинному королівстві жила юна і прекрасна принцеса. Вона вийшла заміж за могутнього і багатого лорда і жила разом із ним у великому і гарному замку. Принцеса майже весь час проводила на самоті, бо лорд часто і надовго виїжджав у сусідні королівства. Принцесі це дуже не подобалося. Вона нудьгувала і відчувала себе покинутою і нещасною, і навіть свіжа полуниця, яку їй незмінно приносили до сніданку, вже не радувала її.

Одного разу, коли принцеса гуляла по саду, з лісу, який оточував замок, виїхав на коні чарівний незнайомец. Він побачив принцесу, швидко підкорив її серце і відвіз її з собою.

Але наступного ж дня незнайомец безчесно кинув дівчину. Принцеса раптом зрозуміла, що єдиний шлях в замок лежить через зачарований ліс, де живе страшний і злий чаклун. Побоюючись йти через ліс на самоті, принцеса знайшла свого доброго і мудрого хрещеного. Вона розповіла йому про те, що з нею сталося.

Принцеса каялася у своєму вчинку і просила хрещеного допомогти їй потрапити в замок до того, як туди повернеться лорд. Однак хрещений був вражений зрадою принцеси і відмовив їй у допомозі. Засмучена принцеса, втім, не втратила рішучості і приховавши свою зовнішність, звернулася до самого благородного лицаря в королівстві по допомогу.

Вислухавши сумну історію, шляхетний лицар запропонував свою допомогу, але за невелику плату. На жаль, у принцеси не було грошей, і лицар помчав рятувати інших прекрасних дам.

Принцесі більше не було до кого звернутися, і тоді вона зважилася на те, щоб піти через зачарований ліс без поводитирів. Вона обрала найбезпечніший, як їй здавалося, шлях і вже майже пройшла через весь ліс, але злий чаклун вистежив її. Він покликав вогнедишного дракона, який проковтнув нещасну принцесу.

Інструкція. Для початку спробуйте індивідуально одразу відповісти на питання: «На кому з персонажів лежить **МАКСИМАЛЬНА**, а на кому – **МІНІМАЛЬНА** відповідальність за трагедію принцеси?». Запишіть на листочку відповідь і відкладіть у бік. Потім починайте групову роботу згідно з нижченаведеною інструкцією.

Перед вами сім колонок (по кількості персонажів казки). Заповнення клітин таблиці здійснюється в результаті відповіді на питання «**Хто більше відповідальний з наступних двох персонажів за загибель принцеси...?**».

Послідовно і попарно порівнюються персонажі за принципом «кожен з кожним». Спочатку заповнюється перша строка: «Хто більше відповідальний – принцеса або чоловік?». Результат вашого вибору позначте на перетині клітинок «Принцеса» та «Чоловік(Лорд)».

Потім поставте таке запитання: «Хто більше відповідальний – принцеса або незнайомиць?». Результат вибору поставте в другій вільній клітинці графи «Принцеса» на перетині з клітинкою «Незнайомиць» і т. д. Заповніть останню вільну клітину цієї графи результатом відповіді на питання «Хто більше відповідальний – принцеса або дракон?».

Далі переходьте до заповнення другої графи. При заповненні другої графи перше запитання звучить так: «Хто більше відповідальний – чоловік або незнайомиць?» (на питання, хто більше відповідальний – чоловік чи принцеса, ви вже відповіли, заповнюючи

першу клітку першої графи). Потім відповідаєте на питання, хто більш відповідальний – чоловік або хрещений, і т. д. до розгляду пари «чоловік – дракон».

Подібним же чином працюйте з рештою питань, поступово заповнюючи весь бланк. Позначки:

<i>Принцеса</i>	П
<i>Чоловік (Лорд)</i>	Ч(Л)
<i>Незнайомець</i>	Н
<i>Хрещений</i>	Х
<i>Лицар</i>	Л
<i>Чаклун</i>	Ч
<i>Дракон</i>	Д

	<i>Принцеса</i>	<i>Чоловік (Лорд)</i>	<i>Незнайомець</i>	<i>Хрещений</i>	<i>Лицар</i>	<i>Чаклун</i>	<i>Дракон</i>
Принцеса							
середнє у групі							
Чоловік (Лорд)							
середнє у групі							
Незнайомець							
середнє у групі							
Хрещений							
середнє у групі							
Лицар							
середнє у групі							
Чаклун							
середнє у групі							
Дракон							
середнє у групі							
ВСЬОГО							

Закінчивши роботу, підрахуйте кількість балів (тобто виборів) по всій таблиці, що випали на кожного персонажа. Той (або ті) персонаж (і), який набрав найбільшу кількість балів, є, на загальну думку, найбільш відповідальним за трагедію принцеси.

<i>Принцеса</i>	<i>Чоловік (Лорд)</i>	<i>Незнайомець</i>	<i>Хрещений</i>	<i>Лицар</i>	<i>Чаклун</i>	<i>Дракон</i>

Рефлексія. Спробуйте визначити підстави, критерії, спираючись на які ви визначили ваш вибір при порівнянні відповідальності в тій або іншій парі. Чи підтвердили отримані вами групові результати вашу індивідуальну попередню оцінку ступеня відповідальності кожного персонажа? Чи не вплинула ваша попередня оцінка ступеня відповідальності на прийняття групових рішень у ситуації парного порівняння?

Поясніть свою позицію в процесі обміну думками з іншими учасниками. Здалися вам точки зору інших учасників обговорення вартими уваги? Вплинули вони на вашу позицію? У кожному разі спробуйте визначити причину згоди або незгоди. Які почуття у вас викликають люди, не згодні з вами? Як ви могли б сформулювати правила, які допомагають вирішувати це завдання?

Приклад виконання завдання

<i>Принцеса</i>	<i>Чоловік (Лорд)</i>	<i>Незнайомець</i>	<i>Хрещений</i>	<i>Лицар</i>	<i>Чаклун</i>	<i>Дракон</i>
2	2	4	5	2	3	2

Мал. 7 Загальна кількість виборів по групі щодо встановлення винуватого у трагедії

	<i>Принцеса</i>	<i>Чоловік (Лорд)</i>	<i>Незнайомець</i>	<i>Хрещений</i>	<i>Лицар</i>	<i>Чаклун</i>	<i>Дракон</i>
Принцеса		Ч(Л);Ч(Л);П	П;Н;П	Х;Х;П	П;П;П	П;Ч;Ч	П;Д;Д
середнє		Ч(Л);	П	Х	П	Ч	Д
Чоловік (Лорд)			Н;Н;Н	Ч(Л);Х;Х	Ч(Л);Ч(Л);Л	Ч(Л);Ч;Ч	Ч(Л);Д;Д
середнє			Н	Х	Ч(Л);	Ч	Д
Незнайомець				Н;Н;Н;	Н;Н;Н;	Н;Н;Н;	Н;Н;Н;
середнє				Н	Н	Н	Н
Хрещений					Х;Х;Х	Х;Х;Х	Х;Х;Х
середнє					Х	Х	Х
Лицар						Л;Л;Л	Л;Л;Л
середнє						Л	Л
Чаклун							Ч;Д;Ч
середнє							Ч
Дракон							
середнє	2	2	4	5	2	3	2

Мал. 8 Результати роботи у групі щодо встановлення винуватця трагедії

ДОДАТОК 3

ПСИХОТЕРАПЕВТИЧНІ СИТУАЦІЇ

Ситуація 5. «Вперед і вгору» або «Стояти і не рухатися»

У цієї дитини не повинно бути неврозу. Але він був. І я губилася у здогадах.

Сім'я із трьох осіб – тато, мама та дванадцятирічна донька Арина. Все очевидно, не напоказ, люблять одне одного. Усі троє відкриті, легко відповідають на будь-які питання та готові до співпраці з психологом, тобто зі мною. У минулому сім'ї – жодних трагічних подій.

Арина навчається у шостому класі англійської школи. Майже відмінниця. Вчитися їй подобається. Найбільше приваблюють мови – англійська і німецька, що недавно додалася. Втім, «математика – це теж цікаво». Особливо складні завдання. Багато й без понукань читає. Віддає перевагу реалістичним творам про життя однолітків – будь-яких часів і народів. Арина вже п'ятий рік займається у музичній школі за класом фортепіано. Любить кататися на гірських лижах. І малює – при школі є студія, дівчинка ходить туди з першого класу, і Ариніні успіхи у малюванні явно більші, ніж у музиці. Малює Арина переважно краєвиди, і нещодавно мала навіть персональну виставку – в районній бібліотеці.

Ще в Арини рецидивуючий дерматит, що переходить до екземи. Знайти діючі алергени та підібрати дієту так і не вдалося. Одні й самі продукти то дають реакцію, то не дають. Але якби тільки це! Дівчинка регулярно обгризає до м'яса нігті так, що гра на піаніно завдає їй болю.

Крім того, у Арини бувають різноманітні тики, нічні страхи та іноді навіть нічний енурез. На жаль, із роками всі ці симптоми, мабуть, посилюються. До школи був лише дерматит, все інше приєдналося останні два роки.

Невропатолог, до якого звернулися рік тому, прописав таблетки. З таблетками симптоми вщухли, але сама дівчинка стала такою млявою та «нецікавою», що на сімейній раді було ухвалено рішення від них відмовитися. Арина це рішення активно підтримала. «Це була вже не зовсім я, – пояснила вона мені. – Я, звичайно, тоді очима не моргала і нігті майже не гризла, але взагалі теж страшно – хто це там усередині мене оселився?!»

Потім поставили «модний» діагноз про усунення кудись якихось хребців та порушення кровообігу. Варто зауважити, що останні три–чотири роки з цим діагнозом до мене приходять дедалі більше пацієнтів. А коли методика аналізу кровотоку не була такою поширеною, цього діагнозу взагалі не ставили. Пробували лікуватись у остеопату. Витратили багато грошей – симптоми майже не

змінювалися. Арина дуже переживала: «Краще б ці гроші на щось інше витратили – корисне. Собаку купили б, чи що... А остеопат неприємний – у нього руки, як коріння». На зміну остеопату прийшов гомеопат. Акуратна Арина швидко привчилася ковтати горошки по годинниках між своїми різноманітними заняттями. Симптоми ввічливо «зробили кніксен» перед давньою наукою гомеопатією, а потім повернулися на своє місце.

Двічі Арина ходила до дитячого психоаналітика. «Вибачте, тато і мамо, але – ні!» – Спокійно оголосила вона своє рішення. Тато та мама не наполягали. «Я не знаю, звичайно, – згадувала Арина у мене в кабінеті. – Може, їх спеціально так навчають... Але вона мені такі запитання ставила, що я подумала: у неї самої все в житті гаразд?» – «А що могло б їй допомогти, по-твоєму?» – спитала я про всяк випадок. – «Хай би послухала музику, на етюди на річку з'їздила. І ще цуценя нехай заведе...» – без жодної запинки відповіла дівчинка.

Що ж далі?

Жодних сумнівів з діагнозом не виникало ні в мене, ні в інших фахівців. Невроз – це завжди, як правило, внутрішній конфлікт, що перейшов у соматичну. Але де тут конфлікт?

– Може, надто велике навантаження? – вкотре питаю я батьків. – Нервова система не справляється... Щось прибрати, хоча б як експеримент...

– Та ми сто разів пропонували! – хором вигукують мама з татом. – Це перше, що запрошуюється! Вона сама не хоче – їй все це на втіху, і все легко дається.

– А чи немає якогось конфлікту у школі? В одному із гуртків? З учителями, з подружками? У цьому віці, чи знаєте...

– Та що ви! Вчителі нам на зборах її нахваляють, подружки телефон обривають – Арина ж усім допомогти готова, успіхами своїми не хизується, завжди всіх підносить: «Алла набагато краще за мене грає, Вадик краще на лижах катається, у Іри такі приголомшливі картини, ось би в мене таке світло було, мені ще вчитися та вчитися!»

Нічого не розуміючи, я звернулася до гіпотези про те, що хтось

із родини тяжко і безнадійно хворий... На щастя, це не підтвердилося.

Всі раціональні способи розібратися в тому, що відбувається, я вичерпала. Психоаналітик у цій історії вже був. Можливо, щось підкажуть проєктивні методики?

Арина із задоволенням вислухала завдання і принесла цілу пачку малюнків – «моя сім'я», «я та мої друзі», «моя школа» тощо. Малюнки добре і не без здібностей виконані, ретельні та світлі. Нема за що зачепитися. Одні позитивні емоції! Гм–м...

Мені просто не було чого сказати батькам, що прийшли до мене. Не знаючи, чим їх зайняти, я запропонувала намалювати малюнок «родина» ним самим. Зітхнувши, науковці взяли по кульковій ручці і взялися до справи.

За десять хвилин я знала, в чому корінь проблеми. За двадцять хвилин це усвідомили для себе батьки Арини. За півгодини був готовий план дій.

Перший – це малюнок люблячого тата. Очевидне завдання батьків у його інтерпретації – підштовхнути дитину вперед і вгору до світлого майбутнього. До зльоту готовий! Він вчив Арину плавати, кидаючи її у воду, він поставив її на лижі і зіштовхнув із невеликої гірки. Він ставить перед нею завдання підвищеної складності і сміється, дивлячись, як вона намагається їх вирішити. Він пояснює їй математичні формули, які клас проходить через три–чотири роки. Арина обожає тата, він відкриває їй нові горизонти.

Другий малюнок – це малюнок люблячої мами. Людей малюнку пов'язують тісні відносини. Чи може ця (намальована) дитина зробити хоч крок уперед? Не кажучи про те, щоб злетіти?

Мама досі зустрічає Арину зі школи (відвозить – на її прохання – тато на машині). Ідучи ввечері до театру з чоловіком, мама дає Арині від п'яти до п'ятдесяти настанов: як поводитися, щоб не сталося чогось жахливого. Лікувати хвору навіть на нежить Арину – найважливіша справа, в якій не може бути дрібниць. Тільки цього року Арині вдалося переконати маму, що вона здатна сама вимити голову. Якщо порадитися з мамою щодо домашніх завдань, вона

насамперед цікавиться рекомендаціями вчительки чи підручника. Постійно і звідусіль Арина повинна дзвонити мамі, щоб та знала, що все гаразд... Арина дуже любить маму і не хоче, щоб вона хвилювалася.

Вона довіряє обом батькам і вважає, що вони обоє мають рацію.

– Розумієте, у вас лише одна дитина! – пояснюю я. – Вона не може бути водночас тихим небезпечним домосідом і відкривачем нових шляхів. Але хоче догодити вам обом... І це є конфлікт, що тільки посилюється з роками.

– А як правильно? – Запитав тато. – То як у мене, чи так, як у дружини?

– Немає нічого правильного. У суспільстві потрібні різні люди – такі, і такі. Ви подивіться на саму Арину. Яка вона?

– Серединка на половинку, – відповіла мама. – Не така стрімка, як Олег, але й не домосідка, як я.

Чоловік кивнув, погоджуючись.

– От і домовтеся між собою, – запропонувала я. – І не висувайте дитині суперечливих вимог.

Для кількох успішних науковців виробити єдиний алгоритм із заявленої теми – проста справа. І мамі, і тату довелося десь «наступити на горло власним пісням». Натомість невротичні симптоми зникли у Арини протягом місяця. Навіть неприємний багаторічний дерматит майже здав свої позиції.

Аналіз ситуації

Можна зробити висновок, що батьки просто залюбили дівчинку. Вони хотіли бути ідеальними батьками. Хотіли, щоб в них була ідеальна донька, ідеальна у всьому.

Гіперопіка батьків призвела до неврозу у дівчинки.

Найчастіше дитина батьків, які душать її або турботою, або «заборонами на благо», не може здобути незалежність, навіть ставши дорослою. Залежність – це завжди погано, але є різні варіанти її прояви. Так, співзалежність через надмірну опіку вважається проблемою – на відміну від поважних відносин, що підтримують, між

дорослим і дитиною.

І справа стосується не лише побутової незалежності (хоча це найважливіший фактор адаптації до дорослого життя), а й емоційної. Швидше за все, такі діти у дорослому віці зазнають труднощів у спілкуванні з людьми. Замість того, щоб проявляти себе такими, якими вони є, намагатимуться сподобатися новим знайомим, що особливо стоять вище за статусом і мають непрямий вплив на їхнє життя.

Якщо в дитинстві мене хвалили за все, що б я не зробив, – що ж треба зробити для цього начальника, щоб побачити в ньому той добрий материнський відгук? Однак жоден начальник не стане ставитися до вас, як це робив гіперопікуючий батько, а значить, ви завжди будете почуватися «недостатньо хорошим». *Автор – студ. А.Д.*

Ситуація 6. Побачте мене, нарешті!

– Допоможіть нам, будь ласка, повернути дочку! – Жінка заглядала мені в очі сидячи в кріслі.

Чоловік заворожено дивився у вікно, де у дворі поліклініки повільно кружляли і падали різнокольорові осінні листи.

– Я слухаю вас.

– Наша донька Людмила пішла з дому.

– Давно пішла?

– Вже тиждень.

– Ви до поліції зверталися? Мало що...

– На щастя, ми знаємо, що вона жива. Вона дзвонила, сказала, що все гаразд і щоб ми її не шукали.

– Скільки років доньці?

– Чотирнадцять.

Я важко зітхнула – ситуація не обіцяла легких рішень.

– Що ж, розповідайте все докладно і з самого початку, – я спеціально звернулася до чоловіка. Його статус мені поки що не позначили. Батько? Вітчим? Чоловік усміхнувся мені ледве

промайнулою посмішкою і кивнув дружині.

З розповіді матері не прояснилося нічого. Або мені брехали, чи існувало щось, категорично невідоме Людмилиним батькам.

Люда росла здоровою, звичайною дитиною в нормальній повній сім'ї. Крім тата та мами була ще бабуся, яка померла два роки тому. Усі потреби дитини задовольнялися, ніяких екзотичних захоплень у неї ніколи не було. Колись, у молодших класах, займалася танцями та фігурним катанням, але потім набридло – покинула.

Цікавилася хлопчиками, музикою, косметикою, вбранням. У школі навчалася без захоплення, але без двійок. Годинами могла пліткувала по телефону із подружками. Усе як у всіх. Конфлікти з батьками були, але теж тривіальні, описані в будь-якій літературі про підлітків: пізно прийшла додому, вимога нової речі, чому не прибрано в кімнаті, невже не можна помити за собою тарілку... Ні батько, ні мати особливо Люду не чіпали, вона теж не вмiла довго злитися або ображатися, після сварок наступного ранку відносини відновлювалися самі собою, ніби нічого й не сталося.

Усі варіанти, крім сварки з батьками, які спадали мені на думку: релігійна секта, дебют простої шизофренії, нещасливе кохання, вагітність, наркотики, заплуталася в боргах – послідовно відкидалися мамою Людмили. Я схильна була вірити в її щирість – на жодному з пунктів обговорення напруга не зростала.

Отже, поведінка дівчинки останнім часом не змінювалася, нових знайомих не з'явилося, сон і апетит не порушувалися, у школі ніяких проблем теж начебто не було... Чому ж вона пішла з дому?

– Послухайте, – голосно звернулася я до батька, що дивився у вікно, отця Люди (маючи вже найгірші підозри на його рахунок – мені ж треба було знайти причину втечі!), – а ви що думаєте з цього приводу?

Чоловік з явним небажанням відірвався від споглядання завіконного пейзажу і глянув на мене.

– Я не знаю, – повільно промовив він.

– Ви розмовляли із дочкою?

– Коли?

– Останнім часом перед її зникненням.

– Так. Чи ні. Ви знаєте, я не пам'ятаю... Ну звичайно, ми розмовляли.

– Про що?

– Та про що з нею взагалі можна говорити? – здивувався чоловік. – У них у голові незрозуміло що... Вона просила у мене грошей на щось. Я дав...

– Я зараз не знаю, як вам допомогти, – відповіла я. – Я не маю інформації про причини того, що сталося. І самої Люди теж немає. Потрібно ще щось. Ви подружкам Люди дзвонили?

– Так, звичайно, одразу ж усім, чиї телефони знайшли, – поспішно сказала мама. – Вони присягаються, що нічого не знають. На мою думку, дві з них брешуть.

– Дуже добре, – зраділа я. – Подзвоніть ще раз і розпустіть чутку, що районний психолог, кличе подруг Люди до себе поговорити, всіх, хто хоче їй допомогти... Дівчата в цьому віці цікаві як сороки і дуже люблять усіх обговорювати, може, хтось і клюне, а я вже постараюся витягнути з них інформацію... Чи є у вас вдома щось, що характеризує Люду як особистість?

Можливо, вона вела щоденник? Писала вірші?

– Ні, ні... Взагалі вона завжди малювала... Навіть, я тепер згадала, колись ходила в гурток, мама її водила...

– Малюнки збереглися?

– Так, але вони такі... просто кульковою ручкою, якісь квіти, профілі...

– Несіть. Навіть коли Люда знайдеться і повернеться додому (чомусь я не сумнівалася в цьому), треба буде щось зрозуміти і зробити.

Альбом із малюнками виявився у мене наступного дня. Перебравши малюнки (Люда несподівано виявилася талановитим малювальником – мала вірну руку) і зупинившись на одному з них, я сформулювала для себе гіпотезу про те, чому дівчинка пішла з дому.

Ще через день у мене в кабінеті з'явилася Марго. Вона навчалася у художньому училищі та познайомилася з Людою півроку тому на виставці–конкурсі графіті.

– Ця тема – повний відстій! – заявила Марго, вмоствившись у кріслі і картинно поклавши ногу на ногу. – Мені Светка зателефонувала, а тій Ірка сказала, от я й прийшла. Людчині предки – повні козли.

– Можливо, – обережно погодилася я. – Але ситуацію, проте, треба розрулювати. Ви згодні?

– Т–так, – Марго невдоволено зморщила короткий носик і поплескала віями, схожими на шматочок старої шевської щітки. – Ви знаєте, наприклад, що Людка весь цей час у школу ходить?

– Ні, мені це невідомо, – зізналася я. – А чому ж батьки...

– А вони навіть класному керівнику не дзвонили, – посміхнувшись, додала Марго. – Їм не все одно, що в школі дізнаються... А до вас прийшли, бо ви зовсім чужа людина...

– Дізнаються, що? – спитала я, попри очевидність починаючи припускати якісь кошмари і знову, на щастя, обманюючись.

Розмова вийшла довгою. Я почувала себе Чингачгуком у засідці. Коли контакт встановився і ми обговорили всі проблеми вже Марго, я наважилася:

– Людмила живе... у тебе?

– Ні, у мого друга... Ви не подумайте чогось, у нього просто батьки за кордон поїхали, квартира велика, чому Людку не пустити, я туди щодня їжджу, і наші там збираються...

Гм–м... Наміри у всіх учасників подій, звичайно, хороші, але ситуацію слід вирішувати якнайшвидше. Чингачгук рвонувся із засідки.

– Так! Зараз ти їдеш за Людою і привозиш її сюди, – рішуче, не нехтуючи ситуацією (методом навіювання), заявила я. – Чекаєте там, на тій лавці, в садку. Я махну вам рукою. Якщо ми з Людою не домовимось, відвезеш її назад. Скільки часу тобі знадобиться?

– Години півтори, – невпевнено сказала Марго.

– Вперед!

Часу в мене майже не лишалося. Я зателефонувала батькам Люди: «Сюди, негайно, обидва!»

Чоловікові та дружині пред'явила обраний малюнок.

– Ви бачите це? Відсутність ока у дівчинки, руки у матері? Як вам той тато, який сховався за подвійною стіною від своїх домашніх? Єдина істота, яка бачить усіх, – це кіт!.. Найімовірніше, Люда зараз повернеться додому. Але якщо ви все не зміните, ви втратите її вже назавжди. Вона буде поряд і нескінченно далеко від вас. Втеча з дому – це її останній, напередодні відходу з дитинства, крик: тато й мама, побачте мене, нарешті! Чому ви не пішли до школи, не зателефонували до класної керівниці?!

– Ну, ми ж знали, що з нею все гаразд, не хотіли нікого турбувати... Що вони могли подумати про нашу сім'ю, якщо дочка з дому втекла? Ми ж не такі! Думали, сьогодні–завтра повернеться, все обійдеться.

– Не обійдеться! – різко сказала я. – Ви! – я цілком невічливо вказала пальцем на батька. – Ви знаєте, що ваша донька бере участь у вуличних фестивалях, що вона талановита художниця, що вона вже кілька місяців працює волонтером у благодійному фонді проти раку та СНІДу?

– Ні, а що?.. Вона?.. – жінка помітно зблідла.

– З нею все гаразд. Але, можливо, ви все–таки відкладете газету і вилізете з крісла?!

Чоловік підвівся. І стояв так деякий час. За вікном падало листя. На лавці у дворі сиділи дівчатка і щось гаряче обговорювали. Здається, молодша з них плакала, а старша її втішала.

Чоловік перевів на мене запитальний погляд. Я кивнула:

– Так, йдіть туди, до них. Скажіть їй усе, а що не зможете сказати словами – знайдіть інші способи.

Потім зверху з вікна я дивилася, як вони стояли, обійнявшись усі втрьох.

Марго торкалася носком чобітка купи опалого листя і

посміхалася величезним, яскраво нафарбованим ротом.

Аналіз ситуації

Я вважаю, що у даній ситуації неправильно себе поводити як батьки по відношенню до Людмили, так і сама Людмила. Матері та батьку необхідно було приділяти більше уваги доньці, та її життю. Цікавитись її друзями і шкільними оцінками, розмовляти з донькою, та намагатися проводити більше часу разом.

Зі сторони самої Людмили, треба було не чекати до останнього і не втікати з дому, а поговорити з батьками начистоту. Необхідно було розказати як їй хочеться батьківського тепла, уваги. Розповісти про свої бажання та переживання, а також запитати батьків, як вони почуваються, чим їм допомогти, чи не сумують вони.

Насправді іноді дорослі забувають сказати просто добре слово, або привітно посміхнутися, хоч інколи їм і можна та необхідно це пробачати. *Автор – студ. В.З.*

Ситуація 7. Сага про брудні черевики

Дійові особи: Олександр – 15 років, 1 м 85 см зріст, 46 розмір взуття, 9 клас, навчається добре, займається в шаховому клубі при Будинку творчості, має дорослий розряд із шахів, з учителями рівний, чемний, з однолітками злегка замкнутий, але доброзичливий. Близьких друзів немає, є кілька хороших приятелів. У вільний час любить слухати музику і дивитися кінокласику. Зовні привабливий, хоча й переживає через юнацькі прищі. З дівчатами не зустрічається, усі спроби окремих представниць прекрасної статі зав'язати з ним якісь стосунки м'яко блокує.

Мама Олександра, Марія Михайлівна – 45 років, економіст, зовні приваблива, у спілкуванні інтелігентна, стримана. Працює головним бухгалтером у великій фірмі, роботу любить. Крім сина, жодних близьких людей не має. Коло спілкування нечисленне, постійне протягом багатьох років. Розважатися не любить і не вміє. У вільний час – читає, в'яже, разом із сином дивиться кінокласику.

– Докторе, я розумію, що лікуватися потрібно мені (м'яка усмішка, що вибачається). Тому я і прийшла одна, без Олександра.

Можливо, ви порадите мені якогось фахівця, якусь клініку. Я чула щось про клініку неврозів, але зовсім не знаю, як туди потрапляють. І запитати ні в кого. Потрібно якесь направлення? Або тільки гроші?

– Маріє Михайлівно, я не лікар, у мене немає медичної освіти. Я – психолог...

– Вибачте, будь ласка, я погано в цьому розбираюся. Якось досі не доводилося...

– Можливо, перш ніж ми будемо підбирати фахівця або тим більше клініку, ви розповісте мені про те, що у вас відбувається? Адже я, до певної міри, теж фахівець.

– Так, звісно, вибачте. Просто я подумала, що, раз дитяча поліклініка, ви працюєте тільки з дітьми...

– Здебільшого мені доводиться працювати з сім'ями. Дуже рідкісні діти мають проблеми, абсолютно окремі від сім'ї.

– Ви маєте рацію. Я теж завжди так думала. Проблеми дітей – це майже завжди помилки батьків. І я дуже старалася не помилятися. Багато думала. Адже я одна виховувала Олександра. Із самого початку. Напевно, вам треба знати: це було свідоме рішення – мати дитину, виховувати її одній.

– А батько Олександра?

– У нього була інша сім'я, хворе серце, літня дружина, з якою він прожив 25 років. Він працював, вона їздила з ним по всій країні, відмовилася від своєї кар'єри, і, хоча діти вирости, він не міг залишити її. Я його розуміла і приймала таким. Він був дуже порядною людиною. Він був набагато старший за мене. Зараз його вже немає в живих. Іноді я думаю, можливо, вся ця історія його і вбила...

Я енергійно й заперечно мотаю головою, бо саме цього чекає від мене Марія Михайлівна, а про себе думаю, що вона цілком може мати рацію: немолодих порядних людей із хворим серцем такі історії часто зводять у могилу. А от непорядним такі ситуації – хоч би хни! Що й прикро.

– Олександр знає про батька?

– Так, Олександр знає всю правду. Він хотів зустрітися зі зведеними братом і сестрою, але я йому заборонила, щоб не травмувати вдову. Вона не знає про моє і Сашине існування. Я сказала: можливо, потім, коли... Олександр зрозумів і погодився. Ви думаєте, я була неправа?

– Не знаю, вам вирішувати, – я ухилилася від відповіді, а про себе подумала, що літня жінка, яка колись об'їздила слідом за коханим чоловіком усю країну і присвятила йому та дітям усе життя, навряд чи залишилася в такому вже невіданні з приводу останнього, можливо, фатального роману чоловіка.

– Олександр дуже схожий на батька. Дуже. У нас ніколи не було секретів одне від одного. Він довго не питав, а коли запитав, я йому одразу розповіла. І навіть показала лист, останній, який він передав мені вже з лікарні, з другом. Там були вірші, знамениті, пам'ятаєте:

«...І може бути – на моєму заході сумному
Блисне любов посмішкою прощальною».

І останній рядок:

«Мені пощастило! Пробач і спасибі за все!»

– Угу, – сказала я і замовкла, дивлячись на килимовий візерунок. Я несентиментальна, але такі одкровення якось привертають до паузи.

Мовчання порушила сама Марія Михайлівна:

– Я вже говорила, що багато думала над тим, як будувати стосунки із сином. Читала багато книжок. Звичайно, було б набагато легше, якби народилася дівчинка. Але Олександр від самого народження був так схожий на Вадима... Той самий погляд спідлоба і трохи навскоси, зморшка між бровами, рухи, інтонації... Вадим теж був дуже великим, статним... Мені здавалося, що в мене все вийде. Ви знаєте, у нас зовсім не було цих проблем, які описуються в книжках, – істерик, упертості. Я завжди могла з ним домовитися, він завжди все розумів. І зі школою в Олександра завжди все було нормально, на роботі колеги просто плачуть від усіх цих проблем, особливо в кого хлопчики, а я їх жаліла, а про себе думала: кому б подякувати? Я ж

атеїстка. Дякувала Вадиму – він був дуже великим ученим, інтелектуалом, і в Олександра із шахів розряд...

– Маріє Михайлівно, – я м'яко перервала її, – так що ж сталося у вас із Олександром останнім часом?

– Я сама нічого не можу зрозуміти. Начебто нічого не сталося. Але...

– Але?

– Він... ніби трохи відсторонився від мене. Іноді я не вловлюю його настрою, не розумію, чим він роздратований, чого хоче. А він ніби не чує мене. Зрозуміло, це не завжди...

– Маріє Михайлівно! – зі зітханням полегшення вигукнула я. – Так це ж усе абсолютно нормально!

І через такі ось дурниці ця гідна, розумна жінка збирається в клініку неврозів! Воістину – «трагедія інтелігенції»!

– Олександрю 15 років. У цьому віці віддалення підлітка від батьків абсолютно природна річ. Дивно було б, якби цього не відбувалося. Зміна настроїв і начебто «занурення в себе», коли підліток не реагує на зовнішні подразники і начебто не чує вас, – це теж нормально. У ці моменти він прислухається до себе, до того, що відбувається з його особистістю, його організмом. Вона має пізнати і прийняти нового його, Олександра – дорослого, який приходить на зміну Олександрю – дитині. Він нервує і боїться, бо не все в цьому новому Саші йому зрозуміло, не все його влаштовує. І з вами він теж порадитися не може, тому що перетворюється він на чоловіка, а не на жінку. Тому посилюється відчуження. Розумієте?

За моїми розрахунками, у цьому місці Марія Михайлівна мала полегшено зітхнути, розправити плечі й запитати радісно:

– Так значить, це все нормально?! Значить, мені нема про що турбуватися?

Але Марія Михайлівна сиділа на стільці так само понуро і смикала брелок від ключів (звідки вона його дістала, я не встигла помітити).

– Є ще щось? – запитала я тоном дільничного поліцейського.

Марія Михайлівна кивнула.

– Що ж це?

– Брудні черевики на тумбочці! – сказала Марія Михайлівна і заплющила очі з таким виглядом, ніби перед її очима постав розчленований труп із вечірньої кримінальної програми.

– Брудні... черевики... на... тумбочці... – повторила я, намагаючись усвідомити кожне слово. – А в чому проблема–то?

– Він ставить черевики на тумбочку в передпокої, – Марія Михайлівна заговорила раптом рівно і відчужено. Приблизно так говорять люди, введені в гіпнотичний транс. – Щодня. Черевики 46 розміру. Усі в бруді. Взагалі–то він хлопчик акуратний і нікуди не лазить, але в нас дуже брудні підходи до будинку. Калюжі, глина, постійно щось копають. І ось вони там стоять. Коли я приходжу з роботи. Щодня. Це перше, що я бачу, коли входжу у квартиру. Я просила його ставити їх під вішалку. Я благала, я лаялася, я кричала. Я викинула їх у вікно. Він сховався у капцях і приніс їх назад. Я питала: навіщо?! Він мовчить, нічого не пояснює, йде в кімнату. Наступного дня вони – знову там. Коли я піднімаюся сходами, я вже думаю про них. Коли я їду в метро – я їх собі уявляю. Зараз я увійду – і вони там стоять. Якщо його немає вдома і черевиків немає – я радію. У мене, крім нього, нічого немає. І не було. Тільки Вадим і він. Але Вадим – це було зовсім недовго. А тут, я думала – мені вистачить до кінця життя. Я все робила, щоб не зіпсувати з ним стосунків. Я завжди була чесна і терпляча з ним. Мені здавалося, що в мене все виходить. Коли йому було тринадцять, він говорив: «Ти найкраща мама на світі!» – нікому з моїх знайомих сини не говорили такого в тринадцять років. Я пишалася собою, я подумки говорила Вадиму: «Подивися, якого прекрасного сина я тобі виростила!» – Я думала, що все зробила правильно. І ось тепер – черевики!

– А ви, часом, не перебільшуйте? – обережно поцікавилася я. Тепер клініка неврозів не здавалася мені такою вже далекою від цього «черевичного» випадку. – Можливо, він просто їх там забуває? Ну, шнурки розв'язує або ще що?

– Ні, ні, повірте! Він робить це абсолютно свідомо! Але я не розумію, що це означає, і від цього буквально божеволію! Я вже півроку не можу заснути без снодійного. Нещодавно пропустила таку помилку в балансі, яку помітила б і двадцять п'ять років тому, коли тільки працювати починала...

– Ви питали?

– Тисячу разів! Жодної відповіді.

– Щось ще в поведінці Олександра останнім часом змінилося? У школі, з друзями, у шаховому клубі?

– Ні, нічого. Тобто мені ніхто нічого не говорив. Вчиться він добре, у змаганнях нещодавно брав участь, посів третє місце. Приятелі іноді приходять музику слухати, у шахи грають – усе як завжди.

– Ведіть сюди Олександра. Піде?

– Звичайно, піде. Якщо я попрошу. А про що ви з ним говорити будете?

– Подивимося за обставинами.

Олександр – чорноокий, дуже високий юнак, сидів у кріслі, високо піднявши коліна, і доброзичливо посміхався. Давно мені не доводилося бачити такого «закритого» підлітка. Відповідає на всі запитання, не злиться, не кепкує, начебто щиро хоче допомогти розібратися, але водночас не каже ні–чо–го.

– Ти усвідомлюєш, що мати на межі неврозу?

– Так, мене дуже хвилює її стан.

– Що це за черевики на тумбочці?

– Ну, ви розумієте, у такому стані її все дратує.

– Ти їх туди ставиш чи ні?

– Напевно, було кілька разів, я не пам'ятаю.

– Мати тебе чимось «дістала»?

– Ну що ви! У нас прекрасні стосунки.

– У тебе є якісь таємниці?

– Немає жодних таємниць. Я взагалі дуже простий. Знаєте, іноді навіть кумедно, у всіх однокласників якісь проблеми зі школою, з

однолітками, з батьками – а в мене немає.

– Жодних проблем?!

– Є дрібні, звісно, на кшталт поганої оцінки за контрольну або там запоротого турніру, але я їх вирішую. А у всіх навколо труднощі, перехідний вік... Я, знаєте, якось навіть курити спробував, просто так, для забави.

– Ну і...

– Мама взяла куртку випрати, знайшла в кишені сигарети, каже: якщо ти хочеш курити, я буду тобі купувати. А дівчата в класі сказали: тобі сигарета не пасує. Та я й сам знаю. Нецікаво. Кинув одразу ж...

– Дівчина в тебе є?

– Ні.

– Чому? Ти хлопець видний, напевно хтось задивляється.

– У дитинстві я з дівчатами навіть більше любив гратися, ніж із хлопцями. А тепер бачите який виріс. Я – не ігрова людина. Якихось там інтрижок: сьогодні я з цією зустрічаюся, завтра – з цією, мені не треба. Я думаю, що в нашому віці стосунки вже можуть бути тільки серйозними. А я до серйозних стосунків поки що не готовий. Ось і все.

– Як ти думаєш, ти можеш чимось допомогти матері?

– Я готовий зробити все що завгодно!

– А черевики?

– Та що ви–то все про ці черевики! Ну, мама – гаразд, у неї – нерви, а ви–то що до них прив'язалися? Нісенітниця це, точно вам кажу!

І так далі, у тому ж дусі, протягом години.

Зневірившись, я попросила Олександра намалювати кілька проєктивних малюнків. Малювання не входило до числа Олександрових талантів, але юнак чесно спробував зобразити те, що я його просила. Усі малюнки вийшли саме такими, яким я бачила Олександра на власні очі, – спокійні, доброзичливі, абсолютно без агресії. Жодних розбіжностей зовнішнього і внутрішнього. Але ось

малюнок «сім'я» надовго привернув мою увагу. Чудовий малюнок – портрети мами і Саші (впізнати можна тільки за довжиною зачіски), між портретами пряникове серце, так, як його малюють дівчата, і навколо всього цього – обведена по лінійці рамочка. Обидва персонажі на портреті посміхаються. Посмішки схожі на оскал, але це начебто можна списати на невмілість художника. Щось усе ж у цьому малюнку мене насторожує. Якось вже дуже показна для п'ятнадцяти років, пряникова любов, і рамочка, що чимось нагадує грати...

– Ну що, ви що–небудь у всьому цьому зрозуміли? – Марія Михайлівна дивиться на мене з надією.

– Нічого не зрозуміла! – чесно відповідаю я.

– І що ж мені тепер робити? Лягати в клініку? Але ж я звідти прийду, а вони... стоять, – Марія Михайлівна нахилилася і закрила обличчя руками.

– Спокійно, спокійно, зараз що–небудь придумаємо, – пообіцяла я, абсолютно не уявляючи собі, що саме робити далі. Адже я навіть не знаю напевно: чортові черевики на тумбочці – є чи ні? А якщо є, то чий це симптом – Олександра чи Марії Михайлівни? Кого тут лікувати, врешті-решт?!

– Гарзд, зробимо так, – вирішила я, подумавши хвилин п'ять.

За цей час Марія Михайлівна взяла з полиці і з явними труднощами зібрала головоломку для дітей від 5 до 7 років.

– Якщо я правильно зрозуміла, – знову почала я, – Олександр фактичних секретів від вас не мав, але про свої почуття ніколи особливо не розказував.

– Ну, ми обидва такі. І Вадим такий самий був. Почуття – чого про них говорити, вони ж у вчинках видно. Це ж легко зрозуміти.

– Угу, у вчинках, – погодилася я, подумавши про нещасливі черевики – вчинок, який ніхто не міг зрозуміти. – Тепер, однак, будете говорити про почуття. Багато. Нав'язливо. До знемоги. Від першої особи. Методика така, називається – «методика ненасильницької комунікації». Зараз я вам усе поясню...

– Але він же не слухатиме, – одразу ж після закінчення

пояснення заперечила Марія Михайлівна. – Піде у свою кімнату і двері зачинить. Увімкне музику, навушники візьме...

– Не ваші проблеми. Ви продовжуєте говорити, поки сил вистачить. І не забувайте: тільки про свої почуття; тільки у формі «Я– послань»; жодних оцінок особистості Олександра.

– Добре, я спробую, – невпевнено погодилася Марія Михайлівна. Видно було, що запропонована методика її зовсім не вразила. – А коли мені до вас прийти?

– Ну, приходьте на тижні, у вівторок, о шостій годині. Встигнете?

– Постараюся.

Вівторок, п'ятнадцять хвилин сьомої.

– Доброго дня, вибачте за запізнення, я бігла з роботи, але транспорт...

– Доброго дня, сідайте. Розповідайте, як успіхи.

– Та ніяк. Я все роблю, як ви веліли. Вимовляю в коридорі біля черевиків такі монологи, що вже починаю думати, чи не податися мені до якогось народного театру, якщо такий ще зберігся. Чесно кажучи, виговорюся, і начебто легше стає.

– А Олександр?

– Олександр ховається, музику вмикає, як я вам і казала. Потім іноді визирає, перевіряє, все вже чи я ще мітинкую.

– Сам нічого не говорить?

– Ні, мовчить. Один раз пальцем біля скроні покрутив: начебто, ти що, мати, з глузду з'їхала?

– Ви висловилися з цього приводу?

– Звісно! Це ж затягує, хочеться ще й ще говорити. На кшталт наркотику. Ну, ви ж, напевно, знаєте...

Я кивнула.

– Можете відтворити уривок із будь-якого монологу?

– Будь ласка! – підозріло охоче погодилася Марія Михайлівна, притиснула руки до грудей і почала:

– Коли я бачу ці черевики, мені здається, що все моє життя

минуло даремно. Усе даремно, усе даремно, усе як у бездонний колодязь! І холодні ночі, і безрадісні дні, і розпач, і надії... У мене нічого не вийшло, я помилилася десь на самому початку, у чомусь дуже суттєвому і довго не помічала своєї помилки. Я й зараз не знаю, у чому вона полягає, але вже розплачуюся за неї... – на очах жінки заблищали сльози. Шекспір!

– Дякую, досить! Дуже вражає! Продовжуйте в тому ж дусі, думаю, залишилося недовго.

– У якому сенсі недовго?

– Скоро Олександр має тим чи іншим чином відреагувати на те, що відбувається.

– Як це – тим чи іншим чином?

– Найприкріше буде, якщо він просто прибере черевики, і ми так ніколи й не дізнаємося, що це було.

– А ви думаєте, він може їх прибрати?

– Може, може, тільки хотілося б, щоб він спершу висловився. Приходьте, щойно що-небудь станеться.

Олександр і Марія Михайлівна прийшли на прийом разом наприкінці наступного тижня. Олександр був похмурий, Марія Михайлівна ніби помолодшала років на п'ять–сім.

– Посидиш у коридорі хвилин п'ять? – запитала мати і, злегка пританцьовуючи, пройшла в кабінет.

– Посиджу, тільки ти швидше там, – похмуро буркнув син. Зараз він був набагато більше схожий на нормального підлітка, ніж у минулу нашу зустріч.

– Здається, у тебе з'явилися проблеми? – прошепотіла я в вухо Олександра, підвівшись навшпиньки.

– З'являться тут! Це ви її навчили?! – прошипів Олександр у відповідь. Я радісно кивнула.

– Ви уявляєте, він прибрав черевики!!! – радісно заявила Марія Михайлівна. – Я даремно вам не вірила. Усе спрацювало, як ви й сказали!

– Як це було?

– Ну, я як завжди ридала в коридорі, як Ярославна на якійсь там стіні. Тут він вискочив із кімнати, з очей іскри сиплються в прямому сенсі цього слова, і закричав: «Ти думаєш! Ти відчуваєш! Тобі здається! А тебе коли–небудь цікавило, що я відчуваю!!!» Я, звісно, одразу зрозуміла, що ось це і є той результат, про який ви мені говорили, і запевнила його, що я тільки й мрію дізнатися про те, що він відчуває. Тут він... тут він заплакав... Ви уявляєте? Я йому завжди говорила, що чоловік має бути сильним, і він років із шести не плакав. А тут раптом... Я розгубилася, а він крізь сльози каже: «Ти сама виріши, навіщо я тобі потрібен, а то я нічого не розумію!» – Я теж розревілася, кажу: «Ти – життя моє, у мене, крім тебе, нікого немає, я тебе люблю понад усе на світі!» Він мене обійняв, ми разом поплакали, потім я пиріг спекла, а наступного дня – їх не було! Ви уявляєте – їх не було!!!

– Та-ак, – жодної ейфорії з приводу того, що сталося в сім'ї катарсису, я не відчувала. – І навіщо ж ви тепер прийшли? Раз у вас усе так добре налагодилося?

– А це він сказав, – дещо розгубилася Марія Михайлівна. – Олександр. Так і сказав: ну, домоглася свого? Підемо тепер до твого психолога розбиратися...

Оп-ля! – я подумки поаплодувала інтелекту Олександра і чудовій генетиці великого вченого Вадима. Марія Михайлівна не зуміла розгледіти, що проблема залишилася на місці, черевики, як і раніше, затуляли їй увесь горизонт, а п'ятнадцятирічний Олександр – побачив! Розумниця Олександр!

– Кличте сина!

– «Ти сама виріши, навіщо я тобі потрібен...» – процитувала я. – Пояснюй, як можеш. Я тобі допоможу.

Звичайний, дуже великий, похмурий підліток дивився на мене з явною недовірою.

– Ти – постраждала сторона. Я – за тебе. Вір. Говори. Ти можеш, у тебе батько був ученим, у тебе в самого сильний інтелект. Дуже багато всього було вкладено, шкода, якщо зараз усе завалиться.

Тільки ти можеш врятувати. Говори, пробуй. Я не можу за тебе. Тому що тільки здогадуєся. Лише ти знаєш напевно. Говори.

Повільно, дуже повільно починається розмова. Десятки навідних запитань, болісні паузи, десь уточнення матері, десь мої підказки, варіанти. Поступово вимальовується цілісна картина.

– Я не знаю, як поводитися. Я не вмю грубіянити, не люблю цього. Я не можу постояти за себе. Я дуже великий, тут мені пощастило, до мене ніхто не лізе. Якби лізли, я б не міг навіть дати здачі. Я – боягуз. Я боюся, що вийде незручно, некрасиво, неправильно. Ви запитували, чому я не зустрічаюся з дівчатами. Думаєте, мені не хочеться? Я – боюся. Я дивився хороші фільми, читав хороші книжки, мати розповідала мені про батька. Ось, так треба. Хіба я зможу так? Усі навколо поводяться по-іншому. Але, можливо, мені тільки так здається? У мене немає близьких друзів. Я нікого до себе не підпускаю – це ви правильно помітили. Мені так зручно, бо я знаю, бачу навколо, друзі – зраджують. Що робити тоді?

Я дуже люблю свою матір. Вона – чудова жінка. І вона мене любить, я це знаю. Але я для неї – хто? Дитина? Вона може ритися в моїх кишнях, може без стуку увійти у ванну, коли я миюся. Я просив її, вона відповідає: але я ж тебе у ванночці мила! Це правда, я розумію. Але вона ж хоче, щоб я був «чоловіком у домі». Я згоден і на це, я можу. У неї нікого немає і не було, це заради мене, я розумію. Я можу полагодити щось, пальто подати, все таке... Але – або те, або – це. Разом–то не виходить! Я або виріс, або залишився маленьким. Я хочу знати! Мої приятелі якось уміють дати зрозуміти батькам, що вони... ну, хочуть того, хочуть цього... А я не вмю, я надто поважаю матір або... або я хочу чогось не того... Ну, мені не потрібні ролики, і дискотеки, і все таке, а як пояснити – я не знаю. І ось – черевики!

Ось! Ключове слово було нарешті вимовлено! Черевики – єдина форма протесту, що виявилася доступною для бідного порядного Сашка! У цих нещасних черевиках злилося все: і неможливість залишатися дитиною, і страх перед народжуваною мужністю, і усвідомлення своєї особливості, відмінності від більшості однолітків.

Мамине продумане виховання, книжки та фільми поставили дуже високу планку для Сашкових устремлінь: «Любов до жінки – тільки найвищого ґатунку, дружба з однолітками – така, що не прощає зради, повага і прихильність – до повного самозречення і забуття власних інтересів». Чи відповідаю я сам цим високим і єдино гідним стандартам? – запитує себе Сашко і з притаманною йому чесністю відповідає: ні, не відповідаю! Значить, нехай у мене нічого цього не буде – ні кохання, ні дружби, ні зради. Я житиму акуратно, на краю життя, так, як ось уже багато років живе моя мама. На краю теж є свої маленькі радощі, зате немає майже ніяких проблем. Тільки ось замінити мамі весь інший світ у Олександра ніяк не виходило (хоча він чесно намагався). І на сцену мирного, майже ідилічного сімейного життя з'явилися брудні черевики, що стоять на тумбочці.

– Вам усе зрозуміло? – запитала я в Марії Михайлівни.

– Загалом, так... – у процесі розмови жінка з'їла всю помаду, і тепер її бліді губи помітно тремтіли. – Але що ж із цим робити? Я ж не можу повернутися назад і виховати Сашу по-іншому...

– Господи, цього ще не вистачало! – щиро вигукнула я. – Ви виховали чудового сина! Вадим напевно пишався б ним. Але... розумієте, минуле залишилося в минулому. Для всіх. Для вас, для Олександра. Для Сашка позаду – дитинство. Для вас – роль матері дитини. Тепер ви – мати дорослої людини. Попереду – майбутнє.

– Мамо, може, тобі заміж вийти? – із підлітковою безпосередністю раптом пробасив Сашко. – Ти ж у мене ще дуже навіть гарна.

Марія Михайлівна спалахнула, як маків цвіт:

– Сашко, ну що ти таке кажеш!

– А що? – удавано здивувалася я. – Які ваші роки! Або подумайте про народний театр...

– А мене в баскетбол кличуть, – знову встряла «дитина». – Я думав: несерйозно яюсь, а може – спробувати, як ви вважаєте?

– Думаю, треба пробувати, – серйозно сказала я. – А там – видно буде.

Аналіз ситуації

Батьки помиляються, коли думають, що мають справу з однією і тією ж дитиною в її рік, три, сім, десять і чотирнадцять років. Насправді, це як мінімум п'ять, а то й шість різних людей. Дитина змінюється не тільки зовні, а й усередині. Не вийде завжди поводитися з дитиною так само, як це було в її три роки. Що старшою стає дитина, то потрібнішими стають її особисті кордони й особистий простір, краще, коли Мама це усвідомлює і буде цьому сприяти.

Показова ситуація в цій історії тим, що Мама починала відчувати ці нюанси, відчувати, що її життя не може цілком належати синові, та й для самого Сашка це мало задушливий ефект.

У сім'ї не було звички говорити про почуття, розповідати про свої емоції, від цієї теми тікали, тим самим ситуація нагніталася.

Через виховання хлопчик Сашко обрав таку форму протесту, як брудні черевики на видному місці при вході у квартиру. Це дуже дратувало маму. І цей протест став приводом для роботи з психологом. Завдяки бажанню мами розібратися з психологічною стороною спонукань Сашка виставляти брудні черевики на тумбочку, у психолога вийшло докопатися до суті мотивів хлопчика. Сім'я дійшла взаємної згоди, що їхні стосунки потребують трансформації, а для цього потрібно говорити про свої почуття і поважати кордони одне одного.

Для Сашка стало важливим, що рамки виховання не виключають помилки в особистому досвіді, і що цього зовсім не варто боятися, набагато краще пізнати, спробувати те, що викликає інтерес, ніж заздалегідь боятися негативного результату.

Для мами стало полегшенням, що її життя не обмежується стосунками з сином і роботою, що вона може впустити у своє життя іншу людину, і це не буде зрадою щодо сина. Сепарація від батьків, це найважливіший етап становлення особистості. Але без розуміння і прийняття батьками цього найважливішого моменту у стосунках з дитиною, цей процес може бути болючим і навіть не пройденим

самою дитиною. Автор – студ. А.К.

Ситуація 8. На що там дивитись!

– Моєму сину Кирилу одинадцять років. Останнім часом він погано спить ночами, вдень весь час чухається, як блоха, вередує в їжі, у школі впала успішність, вчителі скаржаться на його неухважність...

Класична клінічна картина неврозу. Дуже точний опис. Відвідувач явно володіє словом.

– Де ж Кирило? – я демонстративно озирнулася. Пристойного вигляду та середнього віку жінка прийшла до мене на прийом без дитини. – Ви залишили його у коридорі? Давайте запросимо його сюди, я в сусідній кімнатці дам йому завдання з малювання.

– Я прийшла сама, бо всі проблеми в мені! – рішуче заявила жінка.

Найімовірніше, так і є. Діти до підліткового віку рідко мають власні психологічні проблеми, набагато частіше це проблеми сім'ї. Але далеко не всі батьки так чітко це усвідомлюють. Здається, з дамою буде легко працювати.

– Я слухаю вас.

– Справа в тому, що ми розлучаємося з чоловіком. Не подумайте, жодних скандалів у будинку немає, мій чоловік – дуже порядна людина, кандидат історичних наук...

Якби науковий ступінь гарантував людську порядність, світ був би влаштований набагато простіше, подумала я.

– Але Кирило все одно дуже переживає. У нього з чоловіком прекрасні стосунки.

Ще б він не переживав! В одинадцять років, коли формуються зразки поведінки, хороший батько йде з дому!

– Ми, звичайно, намагаємось все пом'якшити. Ми й сюди хотіли прийти разом, але в нього якраз сьогодні робота... Але я йому все передам, у нас із чоловіком теж чудові дружні стосунки...

– Послухайте! – Не витримала я. – Якщо у вас у всіх прекрасні

стосунки, навіщо ж ви розлучаєтеся з батьком свого сина?!

Жінка опустила голову.

– Кирило – не син мого чоловіка.

– Зрозуміло, – кивнула я. – У вас розпадається другий шлюб, а Кирило – син першого шлюбу. Його власний батько спілкується із хлопчиком?

Працюючи з сім'єю я завжди виходжу з інтересів дитини, бо так вирішила колись. Нехай там ці, з чудовими стосунками, самі розуміються... Зараз треба подумати про ресурси, які є у Кирила!

Жінка опустила голову ще нижче.

– Це не другий шлюб, – ледь чуто промовила вона.

– Це четвертий. Кирило – дитина від другого. Його рідний батько – дуже порядна людина, чудовий фахівець, але зараз живе в Німеччині.

Та-ак! Чотири шлюби, що розпалися, з виключно порядними людьми. При цьому сама дама дуже приваблива і доглянута, але аж ніяк не виглядає фатальною жінкою. Скоріше вона – головний бухгалтер підприємства чи класна дама в престижній гімназії...

– Ким ви працюєте?

– Я головний редактор у технічному виданні. А взагалі я філолог, кандидат наук...

Ага. Швидше за все, в біографії жінки є щось страшне, чого я не знаю. Втім, я сама винна, жінка прямо сказала про це чи не в самій першій фразі ...

– Ви сказали, що проблема у вас. У чому вона полягає? Жінка мовчала.

Проблеми з алкоголем? Наркотики? Медикаментозна залежність? Психіатрія? Німфоманія?

У міру моїх припущень жінка все більш енергійно мотала головою.

– Тоді що ж?! – Здалася я.

– Я не знаю – у тому й річ! – з відчаєм у голосі сказала жінка.

У ході подальшої розмови з'ясувалося, що всі чотири шлюби

нашої жінки уклалися і розпадалися по тому самому алгоритму: спокійний початок без особливих пристрастей. Усі знайомства відбувалися на роботі – чоловіки закохувалися і красиво залицялися досить тривалий час – була і повага, і дружня прихильність. Але через кілька років після укладення шлюбу відбувалося наростання якихось побоювань та очікувань. Відчувалася нервова ситуація, висловлювалися порожні претензії, за які обом було соромно.

Після примирень починалися безплідні спроби з'ясувати стосунки, і нарешті розрив. І в результаті – полегшення та жаль, змішані майже в рівних пропорціях...

– Розумієте, – жінка нарешті сказала ключову фразу, за яку я змогла схопитися. – Щоразу я чекала на щось подібне. Воно й відбувалося.

На відміну від багатьох психологів та психотерапевтів, я не дуже люблю копатися у далекому минулому своїх клієнтів. Не для мене – десять років психоаналізу двічі на тиждень, з докладним обговоренням проблеми горщика та статевого життя батьків...

Існують і інші методи – так я завжди вважала і цим керувалася на практиці. Але ось проблема мами Кирила... Починати тут явно треба здалеку... Звідки у розумної, красивої, чудово адаптованої до життя жінки взялися такі дивні очікування?

– Може, ваша власна родина так старанно знижувала вашу самооцінку, що ви досі не можете...

– Що ви! – сумно посміхнулася дама і розповіла, що її виховувала одинока мати, яка працювала продавщицею в магазині і дуже пишалася тим, що донька завжди чудово навчалася, закінчила інститут, аспірантуру, захистила дисертацію...

– Мама, на жаль, померла, а інших родичів не маю... – дама скрушно похитала головою. – Мені досі шкода: вона для мене все зробила, надрилася на двох роботах, а я тепер могла б... ну, як то кажуть, забезпечити щасливу старість... А вона не дожила...

Мені стає зрозуміло, що мама довго була головною людиною у житті дівчинки, з якої виросла моя теперішня відвідувачка. А може, й

тепер залишається?

– Ваша мама пишалася вами та раділа вашим інтелектуальним здобуткам. А що вона говорила щодо шлюбу, сім'ї?

Дама замислилась.

– Та нічого, начебто, не казала. Ми ж із нею удвох завжди жили...

– А все-ж таки? Намагайтеся згадати. Мені здається, що саме тут має бути ключ...

Ще через якийсь час (і начебто навіть не в цю зустріч) дамі вдалося згадати дивовижну за своєю простотою сценку, яка в період її дорослішання повторювалася багато разів.

Вона, дівчинка-підліток, кидає зошити в портфель, вибігає з кімнати до напівтемного коридору, де на стіні висить дзеркало, і крутиться перед ним, намагаючись вирішити вічне підліткове запитання: гарна чи не хороша?! Дивиться на себе то так, то так...

А з кімнати лунає то добродушно-втомлений, то роздратований голос матері:

– Маринко! Ну що ти там все крутишся, що виглядаєш? Нема на що там дивитися! Розумієш? Ні на що! Порожнє це все! Помий краще підлогу або уроки повтори!

Нема на що там дивитися! Як просто і як жорстоко. Минали роки. Дівчинка Марина росла, гарнішала, стала чудовим фахівцем і милою спокійною жінкою. Порядні розумні чоловіки звертали на неї увагу, доглядали, одружувалися з нею. А вона... вона любила і поважала їх, але щастя здавалося їй якимсь вкраденим, що дісталось не по праву, підсвідомо вона весь час чекала, коли ж вони помітять каверзу, коли здогадаються що «дивитися там нема на що!» А вони... Вони не те, щоб здогадувалися, вони просто нічого не розуміли в тому, що відбувалося, нервували все більше і більше і... зрештою – йшли!

А мама-продавщиця, яка сама могла б все виправити (наприклад, полюбивши одного з зятів і повідомивши доньці, яка вони прекрасна пара), мама, на жаль, дуже рано померла.

Коли все це стало зрозумілим нам обом, Марина не могла втриматися від сліз. Я навіть не намагалася втішити її та щось підказати. Тепер вона розуміла все сама.

– Із чоловіком я тепер домовлюсь, – твердо сказала пані. – Я ж бачу, що йому й самому не дуже хочеться йти. І роман свій, нібито привід для всього, він скоріше вигадав, ніж пережив. Я його добре знаю. Головне – інше.

Головне: не сказати зайве Кирилові!

Яка ж це відповідальність! А ми часто думаємо, що найважливіше – нагодувати, одягнути, дати освіту... А головне – в іншому! Мені нічого не залишалось, як погодитись з нею.

Аналіз ситуації

В цій ситуації жінка одразу розуміла, що проблема саме в ній, а не в дитині. Тому прийшла сама до психолога. Ситуація була складною адже ключ підібрати було дуже не легко. Але коли жінка згадала слова матері в дитинстві. все стало на свої місця .

Я повністю згодна зі словами психологині: нам потрібно слідкувати за тим, що ми кажемо. Адже діти як губка вбирають в себе все, що дають їм батьки і в майбутньому це може привести до проблем, як вийшло з нашою героїнею в цій історії. Адже з вигляду вона самореалізована жінка, але в голові в неї завжди залишилися необережно сказані слова мами «на що там дивитись». *Автор – студ. М.П.*

Ситуація 9. Страшилка про Марка

Під час прийому двері до мого кабінету замкнені зсередини. Але зовні висить табличка «стукайте, і вам відкриють». Її мета дуже проста: щоб справді стукали, і я знала, що наступна сім'я вже прийшла. Тому що попередні відвідувачі зазвичай не проти захопити час наступних. Якщо нікого немає, я не проти.

Вони постукали без жодного запису (таке теж трапляється – і це нормально, бувають у житті екстрені ситуації). Пояснили свій візит так: «Ось тут у вас написано, ми й постукали, бо нам уже байдуже,

куди стукатися...»

Я не пам'ятаю, хто саме з дорослих прийшов до мене з Марком того, вперше. Здається, чоловік та жінка. Але я майже не дивилася на них. Бо надто вразив мене вигляд самого Марка. Ви коли-небудь бачили документальні кадри про концтабори часів Другої світової війни? Ті, найжахливіші, де дистрофічні єврейські діти з величезними, обведеними чорними колами очима, ручками-паличками та роздутими животами? І ось уявіть собі: в самому кінці ХХ століття на порозі переді мною стояла така ж дитина!

Перша моя думка була панічною і боягузливою: це не мої пацієнти!

У дитини явно не психологічна проблема – вона тяжко хвора! Треба швидко вигадати, куди і до кого його послати. На обстеження, на лікування, будь-що... Тільки не до мене! Але від психологічного аналога клятви Гіппократа подітися нема куди. Переді мною люди, що явно страждають, вони звернулися до мене за допомогою, отже, я повинна хоча б спробувати...

– Та що це з ним таке?! – Зовсім непрофесійно запитала я. – Чому він у вас такий худий?

– Він не їсть, – відповів чоловік. – Майже зовсім.

– Давно? – Здивувалася я.

– З самого початку. Майже від народження.

– Як це? Детальніше, будь ласка. – Тут у мені заговорив навіть не професіоналізм, а просто формальна логіка. Адже якби дитина з народження не могла їсти через якусь хворобу, то їй просто не вдалося б дожити до сьогоднішнього дня. Отже, дещо складніше.

П'ятирічний Марк насилу (заважала слабкість) піднявся на лаву і дивився на мене з помірною цікавістю. А один із дорослих почав розповідати – тьмяним, якимось безнадійним голосом.

Після перших слів я зрозуміла: нікуди послати їх не вдасться. Вони вже всюди були. Обстежувались у всіх можливих центрах. Здавали усі можливі аналізи. Консультувалися з усіма фахівцями, включаючи психіатра, який підтвердив повну нормальність Марка.

Був навіть телеміст із лікарями Ізраїлю. Ніхто не знайшов у Марка жодної конкретної хвороби. Тим не менш, в даний час дитина явно вмирала, у неї вже якось там небезпечно змінилася формула крові ... Остання гіпотеза зневірених ескулапів була такою: це якась хитра онкологія, у якої ніяк не вдається знайти первісного вогнища. Пропонували покласти Марка до лікарні на крапельниці, але родина відмовилася, розуміючи: із лікарні Марк просто не вийде.

Н-да-а, оптимістично, нічого не скажеш...

– Розкажіть про вашу родину і про характер самого Марка, – сказала я.

Незабаром дізналася наступне: якщо не брати до уваги їжі, Марк – абсолютно безпроблемна і дуже обдарована дитина. Ніколи жодних істерик. Завжди чемний. Вміє читати та писати. Говорити трьома мовами. Вміє сам себе зайняти. Легко спілкується як із дітьми, так і з дорослими.

Сім'я Марка складається із семи (!) осіб. Усі, окрім Марка, дорослі. Усі мають вищу освіту. Марка всі шалено люблять, готові заради нього на все, він відповідає взаємністю. І ось у такій сім'ї, така дитина – помирає, причому невідомо від чого... Як тут не впасти у відчай!

Потім я поговорила із самим Марком. Ця розмова тільки підтвердила все те, про що говорили дорослі, – розумна, вихована, комунікабельна дитина.

Після цього Марк був відправлений додому: у хлопця вже очі від слабкості заковувалися!

Дорослих я запросила окремо (прийшло знову двоє, але я знову не пам'ятаю, хто саме).

– Так, – по можливості, зміцнивши своє серце, сказала я. – Якби він зовсім не їв, то вже помер би. Отже, іноді він щось, десь і якось їсть. Пробували віддавати у садок?

Пробували, той психіатр радив. У садку Марку дуже подобалося. Він охоче ходив на всі заняття. Але нічого не їв. Віддавав усе смачне іншим дітям. Решта залишалася на тарілці. Лікарі сказали:

забирайте, вдома він хоч щось їсть упродовж дня. Виховательки та діти засмутилися, коли Марка забрали з садка: його всі любили.

– Розкажіть, як відбувається годування Марка вдома. Безпосередньо, з деталями та прямими цитатами.

Через деякий час я вже не знала, сміятися мені чи плакати. Бо годування Марка в сім'ї відбувалося так:

– Марку, ти знаєш, що треба їсти?

– Так!

– Марку, ось сирок глазурований (у сім'ї є легенда, що Марк любить молочне та солодке), він маленький і поживний. Ти маєш його з'їсти.

– Так! Тільки половинку...

– Добре, половинку. І ще яйце. Воно теж маленьке. У ньому багато білків.

– Так! Тільки... я білок не люблю, він гидко трясеться... Можна жовток?

– Звичайно-звичайно! Значить, половинка глазурованого сирку та жовток. Я йду варити яйце. Сара, неси сирок!

– Я з дідусем будемо співати.

– Марк! Дідусь зараз читає лекцію в інституті. Ти ж там був і знаєш, що дідусь викладає студентам.

– Так! Там дуже цікаво. І лекція мені сподобалася.

– Марк! Ти маєш поїсти!

– З дідусем...

– Він пізно прийде.

– Але ж я нікуди не поспішаю...

Дзвінок телефону.

– Абрам! Він згоден з'їсти сирок та яйце. Але тільки в твоїй присутності!

Дідусь швиденько згортає лекцію в інституті.

– Я знаю, що треба робити! – як у вир кидаюся я. – Зараз я вам поясню...

У душі, звичайно, страх: а раптом уже пізно? Бувають, я читала,

незворотні зміни і в організмі, і в психіці!

З сімох членів сім'ї в будинку залишилося двоє. Інші емігрували до родичів: не могли бачити, як знущаються з дитини, яка вмирає. Вся їжа – печиво, цукерки, чіпси, сирки, фрукти, йогурти – була прибрана.

Холодильник щільно закритий. Чотири рази на день перед Марком ставилося те, що, на думку дорослих, він повинен був з'їсти. Ні до чого не примушували та не вмовляли. Клади ложку та вилку – і йшли. Варто зауважити, що за п'ять років Марка все ще годували з ложки. Через п'ятнадцять хвилин усе те, що залишилося, демонстративно зчищали в відро для сміття (активізація біологічних рефлексів – пам'ятаєте, як собака кидається, якщо у неї спробувати забрати навіть непотрібну їй кістку?). З доступного – лише графин із розведеним соком.

Звичайні діти із цією проблемою їдять вечерю. Марк тримався дві з половиною доби. Не їв нічого, тільки пив сік. На третій день він був спійманий на кухні: поставив на стіл табурет і поліз у шафку, де тітка Сара зберігала сухарики з решток хліба, нарізані для зимової годівлі голубів. Про сухарики всі забули, а Марк пам'ятав, він сам допомагав їх різати. Інтелект у Марка був таким, що пауза після «спіймання» тривала лише кілька секунд. Потім Марк сказав: «Ну гаразд... несіть ваші котлети!».

Що сталося? Загалом жахливе, але, на жаль, не таке вже рідкісне сьогодні явище. П'ятирічна дитина повністю керувала поведінкою сімох дорослих людей з вищою освітою. Зрозуміло, що подібне завдання було йому не під силу. До того ж через характер та методи виховання йому були недоступні звичайні дитячі способи управління та маніпуляції – капризи, істерики тощо. буд. Але горщик теж не годився – маленький. Марк був гидливим чистюлею і не бруднив штанці вже після року. Залишалася їжа. І бідолаха Марк – єдина дитина великої сім'ї, яку люблять, – напередодні нашої зустрічі буквально помирала від виснаження. Я попередила родичів Марка, що, зазнавши поразки з їжею, він шукатиме інші способи маніпуляції,

благо інтелект дозволяє. «Хто попереджений, той озброєний!» – бадьоро запевнив мене дідусь Абрам.

За кілька тижнів сім'я дізналася, що з їжі дійсно любить Марк. Виявилось, що насправді він віддає перевагу зовсім не солодкому та молочному, а овочам і фруктам і найбільше любить гречану кашу – їсть її величезними тарілками без жодних заправок. Правда, я думаю, він так заповнював дефіцит заліза, щось там було у нього з кров'ю.

Аналіз ситуації

Я погоджуюся з рішення психолога. Маю надію, що батьки прислухалися до її порад, особливо треба буде звернути увагу на подальшу поведінку хлопчика, щоб не допустити повторення даної ситуації, та щоб з часом маніпуляції хлопчика не стали ще серйознішими та не нанесли більшої шкоди його організму та оточуючим. *Автор – студ. А.Ф.*

Ситуація 10. «Останнє кохання!»

– Він – досконалість! Я знову живу і ніби літаю на крилах. Ми були в театрі...

Уяви, я почала писати вірші... Хочеш, я прочитаю їх тобі? Але він вже не дзвонить два тижні. Я написала йому шість листів у віршах.

– Послухай, але як же твій чоловік, Вадик? Ви разом понад двадцять років.

– А що Вадик? – щире нерозуміння в підведених очах моєї давньої, не дуже близької приятельки– Це не має значення. Тільки він... Ти психолог, ти мусиш мені швидко сказати, що я зробила неправильно, я швидко виправлю, бо без нього...

Коли я навчалася на психфаку, дошкуляла всім рідним і знайомим тестами, випробувала на них усі методики поспіль. Вони ставилися до мене цілком прихильно.

Після закінчення періодично виникала спокуса: взяти за гудзик і спитати, а що ти зараз відчуваєш? Але я боролася із собою. Років за два після початку самостійної роботи дала собі зарок: ніякого

«психоаналізу» в сім'ї та найближчому оточенні. Хірурги не оперують друзів та близьких – і правильно роблять! Оточення зрозуміло і прийняло.

Понад п'ятнадцять років я працювала з сім'ями, дітьми та підлітками. Багато проблем вгадувала практично «з порога». Думала: Добре, що я тепер знаюся на віковій психології!

– Смішно: ми разом навчалися в інституті, знали один одного чверть століття, але тільки зараз зрозуміли... Уяви: ще трохи і було б пізно! Ми розуміємо одне одного навіть не з півслова, а з напівпогляду. Ми сидимо, у мене на кухні і говоримо годинами, не помічаючи, як летить час. Ми створені один для одного, але я бачу, що він чогось боїться. Я інженер, ти психолог і ти маєш пояснити, що це таке і як мені правильно вчинити, щоб нічого не зіпсувати, тому що без нього...

– В нього є родина? – Запитую я свою кругленьку однокласницю.

– Так, але з дружиною у нього давно формальні стосунки. Дві доньки. Підлітки, він до них дуже прив'язаний. Але яке це має значення для нас? Я ж не збираюся перешкоджати його спілкуванню з дочками.

Усі мої переконання про невтручання разом полетіли в канаву. Сталося дивне: чи не всі мої вже літні подруги та приятельки закохалися та агресивно зажадали моїх консультацій.

– Ти пам'ятаєш, я в юності малювала, навчалася у художній школі? Так ось, за тридцять років я знову дістала мольберт, навіть з'їздила на етюди. Хочеш подивитись на мої картини? Я написала його портрет. Він молодший за мене.

Моя мама каже, що йому потрібна лише міська прописка, але це нісенітниця – я знаю, що він мене любить. Хіба мене не можна кохати? Пам'ятаєш, яка я була гарненька в юності? Скажи, з того часу я дуже постаріла?

– Так, ти була дуже гарненька, – підтверджую я слова подруги дитинства, що несподівано виникла на моєму порозі. – Коли ти була

поруч, на мене навіть дивитися ніхто не хотів... А ця людина... звідки він приїхав до міста? Що там робив? І тут?

– Та яка різниця! Ти психолог і маєш розповісти мені, як правильно і на якій основі будувати стосунки в нашому випадку. Я дуже боюся набриднути йому, адже мені таки не двадцять і фізіологічна особливість людини... сама розумієш... Я пропоную театри, виставки, концерти, але він якось...

Що відбувається? Про мужиків у цьому віці, про горезвісне «біс в ребро» всі начебто знають. І гормональні, і психологічні, і поведінкові особливості їх багаторазово описані. Але ось тітоньки? Адже це не лише старі шоу-діви, це цілком масове явище.

Про це я ніде не читала. І що мені робити? Ну, по-перше, ясна річ, треба спробувати зрозуміти. Зрозуміло, що йдеться також про якусь із «пасток» від вікової психології. У природи їх багато, і людина, ставши мислячою істотою, справно платить за рахунками. Сама по собі ця пастка мені невідома, але аналогія запрошується майже миттєво (справа полегшується тим, що велику частину тіток, що закохалися, я знаю з юності або навіть з дитинства) – дівоче підліткове кохання.

Подібність очевидна: ідеалізоване уявлення про предмет, розмаїтість пишномовних висловлювань, порівняльна неважливість тілесних моментів, сублімація відносин у віршах, листах і нарешті флер легкого дебілізму при обговоренні ситуації...

Далі вглиб – до біології. Теж зрозуміло. Фактично в цьому віці в організмі у жінок відбувається процес, зворотний до статевого дозрівання. Задіяні самі гормони, самі системи. Тільки знак – не плюс, а мінус. Не ввімкнути, а вимкнути. І спостерігаються з погляду поведінки та психології «надбудовні феномени» при «включенні» і «вимиканні» виходять дуже подібними.

У чоловіків, якщо подумати, – те саме. Тільки більше відомо, оскільки найчастіше супроводжується екстравертними, на публіку, діями. Втім, зараз, здається, ситуація у суспільстві в цьому сенсі змінюється, жінки явно стають активнішими.

Добре це чи погано – не мені судити.

Аналіз ситуації

Глава про важкі будні психолога зі стажем роботи 15 років, в практиці якого з'явилися пристарілі подруги, які не хочуть залишитися на самоті.

Однокурсник, в якого закохалася подруга психолога займається вихованням дочок, дбає про їх майбутнє. Він порядний сім'янин, сильна людина та співчутливий співрозмовник, інтелігент, не залізний. І за збереження свого особистого простору може розповісти про нелегкі та нав'язливі домагання зі сторони жіночого полу оточуючим. Може бути, що він вчинить неправильно, але правильно по змісту, йому треба буде він неї позбутися. Він взірець для дочок.

Для подруги він ідеальний чоловік. Але зліпити свого вона не змогла і не змогла створити повноцінну сім'ю зі своїм чоловіком. Тому вона шукає віддушину, опору на стороні та живе спогадами про юнацьке кохання.

Проте, налагодити своє щастя з законним чоловіком у неї думки не з'явилося, немає у жінки до нього поваги та спільних тем для розмов, інтересів.

Вона вміє привертати чоловічу увагу і думає, що будь-який жест ввічливості натякає на продовження. *Автор – студ. А.Д.*

Ситуація 11. Кому потрібні діти?

– Я поки одна зайду, можна? Хотілось би спочатку без нього...

Симпатична жінка середнього віку. На обличчі – деяка розгубленість та надія. Скоріш за все, син-підліток запалює по повній програмі...

– Звичайно, можна. Проходьте, будь-ласка...

– Я прочитала вашу книгу, вона мені дуже сподобалась. Я подумала, можливо, ви зможете...

– Скільки років вашому синові?

– Двадцять шість.

Оп-па! Це ще що таке?! Моя книга про яку йде мова, адресована

батькам дітей і підлітків. Єдине, що приходить мені в голову: у сина розумова відсталість або інша психічна хвороба, розумовий вік не відповідає календарному. Але любляча мати не втратила надію на прогрес стану, читає літературу, намагається щось іще дізнатися і зробити...

– Де зараз ваш син?

– Та тут, в коридорі сидить...

Уява тут же намалювала картину: самотній дорослий дебїл в коридорі, по якому бігають маленькі діти. Хто знає, який у нього характер, що може визвати його роздратування або навіть спалах агресії...

– А він?..

– Та в нього з собою такий маленький комп'ютер. Йому крім нього і не треба нічого.

Я трохи заспокоїлась. Якщо хлопець здатен користуватися комп'ютером, нехай навіть чисто грати в «тетріс», значить, все не так вже і страшно.

– Слухаю вас. Чим я можу вам допомогти

– Він не бажає мати дітей. Я хочу, щоб ви його переконали.

Воістину, сьогодні в мене день сюрпризів!

– Ну, в крайньому разі спробуйте, будь-ласка! – в голосі жінки з'являються благальні нотки. – Адже діти – це ж таке щастя і єдиний сенс...

Версія з дебїлом тріщала по всім швам, але одне питання у мене все ж залишилось: чому двадцятишестирічний син прийшов з нею в дитячу поліклініку?! Задавати це питання жінці було безглуздо.

– Що ж, розкажіть про вашу сім'ю, – зітхнула я.

Цілком благополучна картина. Батько в бізнесі, мама – домогосподарка, син з вищою економічною освітою, працює – щось таке невизначено-офісне, в чому я не розбираюсь. Але сім'ю заводити не хоче, і дітей, звичайно, теж. Декларативно. А жінці хочеться онуків – вона майже не пам'ятає дитинства сина. «Спочатку всі працювали без продику: служба, садок, магазин, плита, прибирання.

Потім, коли з грошима стало краще, я займалась домом, адже нічого не було, все потрібно було облаштувати, та і собою – здоров'я вже було ніяке, нерви. А потім він вже став підлітком і сам відсторонився.» Тепер дама бажає пережити дещо чарівне, що, як їй здається, втратила в своєму житті.

– Але послухайте, – я намагаюсь бути переконливою. – Навіть якщо ваш син одружиться і народить дітей, це будуть його діти, а не ваші. У них буде мати...

– Так, так, звичайно! Але я б допомагала, розвивала, їздила з ними на море... Адже молодим треба іноді побути одним, відпочити від дітей, – швидко перераховує жінка, в неї явно все давно продумано. Можливо, навіть маршрути подорожей і список гуртків.

Я дивлюсь на неї оцінюючим поглядом зоолога – ембріолога (це моя базова освіта). Дама зберегла фігуру, моложава, енергійна в рухах.

– Але якщо вам вже так хочеться, ви могли б народити ще одну дитину. Зараз це доволі популярно – народжувати в зрілому віці...

– Нажаль! – жінка дістає хустинку і акуратно прикладає його до нафарбованих очей. – Два роки тому мені видали фіброму разом з маткою. Зараз я на гормональній терапії.

– Покличте сина, раз ви вже його сюди привели, – я раптово відчула, що якимось дивно і сильно втомилась від емоцій цієї дами. – А самі почекайте в коридорі.

– Так, все правильно, не хочу! – енергійно підтвердив зовнішньо схожий на даму молодий чоловік. – Маленьких дітей, ви знаєте, я, і сам люблю. Вони милі цікаві. Але з пробірок на заміщення їх поки не видають. А от одружуватися не бажаю категорично. Це все вбиває. В мамі з татом хороший по теперішнім міркам шлюб. Вони багато років разом, турбуються, розуміють один одного... Зараз я, звичайно, живу окремо.

Але як згадаю... Роками ходять з сірими обличчями і говорять про мої оцінки, про якісь покупки, якісь образи, весь час їм щось не

так, то тато занадто багато випив, то мама щось не так сказала... Мені подобаються жінки, мені подобається приємно проводити час. А діти... Людей на землі і так занадто багато...

– Слухайте, Сергію. а як матері вдалось вмовити вас сюди прийти?

– Та батько попросив. Вона тільки недавно з клініки виписалась. Нерви лікувала і заодно повне очищення організму. Там їй хтось вашу книжку і дав по читати...

– Візьміть дитину з дитячого будинку, – сказала я дамі. – Підберіть собі по кольору та розміру. Вона буде тільки ваша. І виховуйте, як захочеться. Це теж зараз модно, судячи по шоу-бізнесу. Заодно зробите добре діло.

Я розуміла, що мої слова звучать майже образливо, але дама чомусь не образилась

– Ви думаєте? – задумливо сказала вона.– Що ж, можливо, це дійсно вихід...

Я була впевнена, що більше ніколи не побачу її.

Але вона прийшла і плакала в кабінеті, кудись подівши хустинку і розмазуючи сльози по відразу постарівшому обличчі. Вона по говорила з чоловіком про всиновлення дитини. Чоловік відмовив їй в найобразливішій формі. Він сказав: я не жалкую грошей, або часу, або ще чого. Він сказав: згадай, як я просив тебе народити мені дочку, коли ми були ще молоді. Тоді ти відмовилась, і тепер – обійдешся! А якщо все–таки будеш наполягати, я з тобою розлучусь і одружуся на якій-небудь із кинутих Сергієвих пасій. Вони, я знаю, будуть не проти...

– Він дійсно просив вас?

– Так... Він навіть стояв переді мною на колінах... Але це був дев'яносто перший рік, ми жили буквально в злиднях, на зйомній квартирі, пусті полиці, на моїй роботі не платили зарплату, гроші на початок бізнесу він взяв в борг...

– Ви не змогли тоді повірити в нього... А потім.

Довге мовчання, схлипи.

– Нема сенсу брехати. Коли в чоловіка справи пішли в гору, гроші і нові можливості засліпили мені очі... Подорожі за кордон, шопінг, нові, небачені розваги... Перерва на вагітність, годування здавалося чимось недоречним, адже в нас вже був Сергійко... Але чоловік більше не повертався до цієї теми... Але що мені робити тепер? Я не можу піти від чоловіка, у мене фактично не залишилось спеціальності, я не зумію одна виховати прийомну дитину. Для мене все закінчено, так?

Вона зуміла бути чесною – це дорого коштувало. Я намагалась допомогти – продиктувала телефони, адреси і мейли, які мала. Вона старанно записувала.

Через півтора року вона привітала мене з Новим роком.

– Ну, розповідайте! – веліла я.

– Я хочу запросити вас на Різдвяний концерт! – сказала вона. – Валюша грає Баха!

– А хто вона така?! Поцікавилась я, розуміючи, що ніяка матримоніальна жвавість Сергія не змогла б забезпечити появу Валюші в такий стислий термін.

Далі з'ясувалось що Валюша – десятилітня вихованка інтернату для слабкозорих дітей. Саме вона виявилась ідеальним об'єктом для моєї сентиментальної дами із штучним клімаксом – світловолоса сирітка з ангельським личком і абсолютним музикальним слухом. Дама успішно займається всіма її справами – від шкільного навчання до зовнішнього іміджу та майбутньої кар'єри. На Валю вже звернули увагу в школі при консерваторії, і в школі в неї тепер всього дві четвірки – інші п'ятірки.

Заодно дама вступила в три благодійних програми допомоги «Особливим» дітям, а в одній з них навіть стала координатором.

– А що Валя зовсім не бачить? – співчутливо спитала я

– Ні, вона в окулярах навіть читати може, якщо шрифт великий, – сказала дама. – Але Веніамін недавно дізнавався – можна зробити операцію в Германії, зір покращується більш ніж на тридцять

відсотків. Ми плануємо роки через два, коли Валюша підросте, зміцніє...

– Веніамін – це ваш чоловік?

– Так, так, звичайно! Вони з Сергієм спочатку косо дивились, а тепер обоє так Валюшу полюбили! Та і як її не полюбити, вона така ласкава!

Веніамін спеціально для неї у вітальні рояль поставив... Ви знаєте, він сказав: якщо хочеш, оформимо усиновлення, нехай вона у нас живе, але ми порадилися з адміністрацією і вирішили: вона звикла до школи, до дітей. В звичайній школі їй важко буде, все таки вона майже не бачить в незнайомих місцях її треба за руку водити. Домовилися, що будемо вирішувати після операції... І ще Сергій недавно з Валюшею в лото грав і якби між іншим сказав, що якщо вже одружуватися, так тільки для того щоб діти були... Так що я все-таки сподіваюсь...

– Дама усміхнулась. – Так ви прийдете на концерт?

– Взагалі-то я Баха не люблю... – Задумливо протягнула я. – Але глянути на Валюшу... Добре, бог з вами, прийду! *Автор – студ. Т.С.*

Ситуація 12. Коханка токаря Івана

– Найгірший час для нашої дочки – це той момент, коли хвалять її брата, – зітхнула жінка і граціозним, якимось кінематографічним рухом поправила мідно-руде, ретельно покладене волосся.

Її чоловік погоджено кивнув:

– Це дуже важко. Я сам ріс із старшим братом, і наші стосунки ніколи не були ідеальними. Іноді ми страшенно билися – могли зчепитися через якийсь іграшку або безглуздий жарти, але якщо на подвір'ї хтось ображав мене, він ставав шаленим. А я завжди вигороджував його перед батьками – він був важким підлітком, і дорослі завжди мали багато претензій. Пам'ятаю, як під час особливо потужного шухера я ховав його сигарети та викидний ніж у себе під сорочкою... – Чоловік усміхнувся спогадам.

– Розкажіть детальніше про ваших дітей, – попросила я. – Які вони?

Батьки почали говорити одночасно. Замовкли, не відповівши на мою посмішку, глянули один на одного. Потім чоловік жестом надав ініціативу дружині.

– Із самого початку з ними багато займалися. Моя мама – педагог. Коли у Наді виявили слух, ми одразу запросили викладача. Вона підготувала її до музичної школи, і Надя пішла одразу до другого класу. Ще їй дуже подобається займатися тенісом, тренер її хвалить. У школі теж усі п'ятірки, хоч гімназія дуже сильна. Вона із задоволенням готує творчі роботи, бабуся їй допомагає. А Ілля грає на віолончелі. Він спочатку хотів гітару, але педагог зуміла його переконати, тепер він із задоволенням ходить на ансамбль і ще займається ушу, ходить у басейн – це нам наш невропатолог порекомендувала – у нього нестабільність шийних хребців... У школі в Іллі дуже добре йде мова, нещодавно ми були у Франції, він сказав, що йому подобається французька, і ми подумали наступного року найняти вчителя.

Жінка замовкла, з деякою невпевненістю глянула на мене, знову поправила волосся. Мені здалося, що їй хочеться витягнути дзеркало та перевірити косметику. Чоловік дивився на дружину із якимось складним почуттям, яке я не зуміла зрозуміти.

– Спробуйте тепер ви, – зітхнула я, звертаючись до батька. – Які вони?

– Надя ніколи не ляже спати, якщо не зроблено уроків. І це було мало не з двох років: не одягне річ, якщо вона вже ношена або на ній пляма. У неї залізна воля: вона за конституцією повна, нещодавно вирішила худнути, не їла взагалі нічого солодкого і смачного – саме того, що любить. Схудла на п'ять кілограмів. Далі лікар заборонив, і я пригрозив, що годуватимемо насильно, через зонд. Ілля завжди сердився і плакав, коли в дитячому садочку йому не давали головної ролі. До смішного: він завжди дражнив сестру свинкою і терпіти не міг іграшкових поросят, яких вона збирає. Торік у школі ставили

виставу, де головним героєм було поросся. Ілля дві доби ридав, що йому не дісталася ця роль. Надя каже: «Краще б його не було, навіщо треба було народжувати другу дитину?» Ілля каже: «Давайте Надьку-свинку бабусі віддамо, а я з вами спокійно житиму». На людях вони дуже ввічливі і позитивні – ви самі бачили, а вдома так важко, що мені з роботи не хочеться повертатися.

– Ким ви працюєте?

– Я заступник директора у великій фірмі, яка займається консалтингом.

– А ви? - я звернулася до жінки. – Чи займаєтеся домом і дітьми? Жінка підняла підборіддя.

– Ні, я художник-модельєр. Працюю у Будинку моди. Створюю свої колекції... Але я згодна: у нас прекрасні діти – розумні, здорові та красиві (вільною рукою жінка крадькома постукала по ніжці стільця). Я займаюся улюбленою справою і досягла у ньому великих успіхів. У сім'ї все гаразд у фінансовому плані (стукоту по дереву не було, отже, діти таки важливіші)... Але через постійну ворожнечу між дітьми все це не приносить мені ніякої радості! Адже Наді лише 10 років, а Іллі – вісім. Я просто не витримаю... Скажіть, що нам зробити, щоби це припинилося?!

Я мовчала досить довго, нишком спостерігаючи за подружжям. Потім наважилася:

– Ви знаєте, мені здається, що ваші діти тут ні до чого...

– Як це?! – подружжя знову відгукнулося хором.

– Невже ви думаєте, що ми їх до цього спонукаємо? – саркастично посміхаючись, поцікавився чоловік.

Жінка одразу кинулася виправдовуватися, напевно, вона вже сама не раз думала про це:

– Ми завжди намагалися порівну поділяти увагу між ними. Я читала книжки з виховання. Готували Надю до народження брата. Консультувалася із психологом. Маю маму педагога. Вони ніколи ні чого не потребували. Якщо одному купували іграшку, то іншому теж обов'язково.

– Скажіть, будь ласка, коли ви востаннє були на показі колекцій дружини? – Запитала я раптово у чоловіка.

– Що-о?! – здивувався він, явно спантеличений моїм запитанням. – Та в мене часу немає, це ж удень... І взагалі – жіночі ганчірки... для тих, кому нічим зайнятися... я в цьому не розумію...

– Невже ... – Усміхнулася я. – Красиві дівчата, в гарному одязі, гарно рухаються – чого тут не зрозуміти?

Чоловік підняв руку, наче захищаючись. Жінка привідкрила рота, збираючись щось сказати...

– Будьте ласкаві, – звернулася я до неї, – поясніть мені, у чому суть останнього великого проекту, над яким працювала контора вашого чоловіка? І які були складнощі?

– А що ви в мене питаєте? – миттю огризнулася жінка. – Це його робота – його й запитайте... У мене, отже, просто так – ганчірки, а в нього, бачте, справа! А що за справа? Я хоч красу створюю, це все бачать, а в них? Папірці якісь або файли електронні сидять по тисячі людей в офісах і консультують один одного, як повітря продавати... А потім кризи по всьому світу! Удома ми його через цю роботу не бачимо... і ще на дітей звалює!

– Припини, Тетяно! – гукнув чоловік. – А хто Надьку чи не з пелюшок налаштував, що вона має бути у всьому кращою? Ти й мати твоя – педагог! Іллюшка ж маленький їй у рот заглядав. І вона його вчила всьому. А як почав підростати, розумніти і його теж хвалити почали – то з неї така злість полізла! Як же конкурент! І він теж почав... А хто налаштував? Хто налаштував, я тебе питаю?

– Стоп! – крикнула я.

Чоловік (його колись зламаний ніс видавав у ньому боксера і не залишав сумнівів у тому, що він мене почує – рефлексі зберігаються найдовше) замовк і опустил стислі кулаки.

Мовчали ще хвилину, переживаючи те, що сталося.

– І що нам тепер робити? – тихо спитала жінка.

– А тепер давайте вчитись бути щасливою родиною, – також тихо запропонувала я. – Адже ви маєте для цього абсолютно все.

Знаєте радянський анекдот про коханку токаря Івана?

– ???

– Тривають урочисті збори з нагоди п'ятдесятиріччя заводу. Токар Іван, який відпрацював на заводі 20 років, із дружиною, обидва прибрані, сидять у залі. Зі сцени говорять урочисті промови. Дружина на заводі вперше: «Ну, Іван, розкажи мені, де тут у вас хто? Де директор-то?

– Ось у президії, в центрі, лисий.

– А його дружина де?

– Он та в першому ряду в рожевій кофті.

– А коханка?

– Он, з краю, у блакитній сукні, Люба-секретарка.

– А головний інженер?

– Теж у президії, в окулярах. І дружина його теж інженерка, он сидить.

– А коханка його?....

Обговорили всіх, нарешті дружина запитує:

– Ну, Іван, а твоя коханка де?

Ваня знімає пальчик, потім все-таки показує товстим пальцем:

– Во-он, в мохеровому шарфі, Шура з ВТК ...

Дружина привстає, довго з цікавістю дивиться, потім сідає і задоволено каже: «Наша – найкраще!»

Батьки Наді та Іллі регочуть, а в мене з'являється надія.

Не так вже й рідко трапляється, що люди, які живуть поруч, не вміють радіти успіхам один одного, сприймаючи переваги та досягнення партнера чи не як виклик собі особисто. Тоді спільне життя кожної непересічної особистості перетворюється на змагання конкурентів, явне чи неявне з'ясування стосунків та невпинне зважування: хто зробив більше? Хто відстав? Від самого побутового та дріб'язкового: хто має сьогодні мити посуд? Кому забирати дітей зі школи? – До екзистенційно нерозв'язного: хто приніс більше користі людству?

Іноді, як і в описаному вище випадку, відображенням цих «розбірок» стають відносини дітей.

Зрозуміло, змінити честолюбних, сильних, цілеспрямованих і, можливо, навіть пихатого подружжя (а десь там маячить ще й бабуся-педагог!) мені було не під силу. Так, по суті, я не бачила цього необхідності.

Достатньо було лише змінити їхнє ставлення до сімейної системи, змусити побачити її цілісність, навчити чоловіка пишатися досягненнями дружини («це і моє теж!»), і навпаки. А розумні й розвинені донька та син, чуйно вловивши загальну зміну настрою сім'ї, майже миттєво перебудувалися б. І ось уже Надя поважно каже батькам: «Я чула, що на Іллющі весь ансамбль тримається – у нього там у єдиного абсолютний слух», а Ілля пропонує однокласнику, який не розуміє рішення завдання: «Я попрошу сестру. Вона знаєш як здорово пояснює: у неї хто хочеш зрозуміє!». Автор – студ. А.А.

ДОДАТОК 4

ЦІКАВИНКИ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ОПРАЦЮВАННЯ СТУДЕНТАМИ

Матеріал 1. Короткі правила для батьків

1. Показуйте дитині, що її люблять такою, якою вона є, а не за якісь досягнення.
2. Не можна ніколи (навіть у пориві гніву) говорити дитині, що вона гірша за інших.
3. Треба чесно й терпляче відповідати на будь-які її запитання.
4. Намагайтесь щодня знаходити час, щоб побути наодинці зі своєю дитиною.
5. Учíte дитину вільно спілкуватися не тільки зі своїми однолітками, але й з дорослими.
6. Не соромтесь підкреслювати, що ви пишаєтесь своїм малюком.
7. Будьте чесні в оцінках своїх почуттів до дитини.
8. Завжди говоріть дитині правду, навіть коли вам це не вигідно.

9. Оцінюйте тільки вчинки, а не її саму.

10. Не домагайтеся успіху силою. Примус – найгірший варіант морального виховання. Примус у сім'ї порушує особистість дитини.

11. Визнайте право дитини на помилку.

12. Думайте про дитячий «банк» щасливих спогадів.

13. Дитина ставиться до себе так, як ставляться до неї дорослі.

14. Хоч інколи ставте себе на місце своєї дитини, і тоді ви краще зрозумієте, як її виховувати.

Рекомендації батькам гіперактивних дітей:

- У своїх відносинах із дитиною дотримуйтеся «позитивної моделі». Хваліть її в кожному випадку, коли вона цього заслужила, підкреслюйте успіхи. Це допоможе зміцнити в дитині впевненість у власних силах.

- Уникайте повторень слів «ні» і «не можна».

- Говоріть стримано, спокійно і м'яко.

- Давайте дитині тільки одне завдання на певний відрізок часу, щоб вона могла його завершити.

- Для підкріплення усних інструкцій використовуйте зорову стимуляцію.

- Заохочуйте дитину до всіх видів діяльності, що вимагають концентрації уваги.

- Підтримуйте вдома чіткий розпорядок дня.

- Уникайте (по можливості) скупчень людей. Ці скупчення чинять на дитину надмірно стимулюючий вплив.

- Під час ігор обмежуйте дитину тільки одним партнером. Уникайте неспокійних, гучних приятелів. Оберігайте дитину від стомлення, оскільки воно призводить до зниження самоконтролю і наростання гіперактивності. Давайте дитині можливість витратити надлишкову енергію.

Рекомендації батькам по корекції тривожності дітей

У роботі з такими дітьми необхідно:

- Постійно підбадьорювати, заохочувати, демонструвати впевненість у їхньому успіху, у їхніх можливостях.

- Виховувати правильне ставлення до результатів своєї діяльності. Опосередковано ставитися до власних успіхів, невдач, не боятися помилок, використовувати їх для розвитку діяльності.

- Формувати правильне ставлення до результатів діяльності інших дітей.

- Розвивати орієнтацію на спосіб діяльності.

- Розширювати і збагачувати навички спілкування з дорослими й однолітками, розвивати адекватне ставлення до оцінок і думок інших людей.

- Щоб перебороти скутість, потрібно допомагати дитині розслаблюватися, знімати напругу за допомогою рухливих ігор, музики, спортивних вправ, допоможе інсценізація етюдів.

- Не сваріть дитину за те, що вона посміла гніватися на вас, а навпаки, поставтеся до неї та до її обурення з розумінням і повагою.

- Тільки тоді, коли емоції згаснуть, розкажіть дитині про те, як ви переживали, коли вона виявляла свій гнів. Знайдіть разом із нею власну форму висловлювання претензій.

- Поспостерігайте за собою. Дуже часто ми самі виховуємо своє роздратування, терпимо його доти, доки воно не вибухне, як вулкан, яким уже не можна керувати. Набагато легше й корисніше вчасно помітити своє незадоволення і проявити його так, щоб не принизити дитину, не звинуватити, а просто виявити своє незадоволення.

Поради батькам із формування в дітей адекватної самооцінки:

- Не оберігайте дитину від повсякденних справ, не прагніть вирішувати за неї всі проблеми, але і не перевантажуйте її тим, що їй непосильно. Нехай дитина виконує доступні їй завдання і одержує задоволення від зробленого.

- Не перехвалюйте дитини, але й не забувайте заохочувати її, коли вона цього заслуговує.

- Заохочуйте в дитині ініціативу. Нехай вона буде лідером усіх починань, але також покажіть, що інші можуть бути кращими за неї.

- Не забувайте заохочувати інших у присутності дитини, підкресліть достоїнства іншого і покажіть, що ваша дитина також може досягти цього.

- Показуйте своїм прикладом адекватність ставлення до успіхів і невдач. Оцінюйте уголос свої можливості й результати.

- Не порівнюйте свою дитину з іншими дітьми. Порівнюйте її із самою собою (якою вона була вчора, якою буде завтра).

Особливості стилю поведінки із сором'язливими дітьми:

- Розширюйте коло знайомих своєї дитини, частіше запрошуйте до себе друзів, беріть дитину в гості до знайомих людей.

- Не варто постійно турбуватися про дитину, прагнути оберігати її від небезпек, в основному придуманих вами, не намагайтеся самі зробити все за дитину, запобігти новим ускладненням, дайте їй певну міру волі і відкритих дій.

- Постійно зміцнюйте в дитині впевненість у собі, у власних силах.

- Залучайте дитину до виконання різних доручень, зв'язаних із спілкуванням, створюйте ситуації, в яких сором'язливій дитині довелось б вступити в контакт з «чужим» дорослим.

Поради батькам інтровертованих дітей:

- Розширюйте коло спілкування вашої дитини, знайомте її з новими людьми.

- Підкреслюйте переваги і користь спілкування, розповідайте дитині, що нового й цікавого ви дізналися, а також, яке задоволення ви одержали, спілкуючись з тією чи іншою людиною.

- Прагніть самі стати для дитини прикладом людини, що ефективно спілкується.

Принципи спілкування з агресивними дітьми:

- Пам'ятайте, що заборона й підвищення голосу – не ефективніші способи подолання агресивності. Тільки зрозумівши причини агресивності і знявши їх, ви можете сподіватися, що агресивність дитини буде знижена.

- Дайте можливість вихлюпнути свою агресію, спрямувати її на інші об'єкти. Дозвольте їй побити подушку або розірвати «портрет» її ворога і ви побачите, що в реальному житті агресивність знизиться.

- Показуйте дитині особистий приклад ефективної поведінки. Не допускайте при ній вибухів гніву.

- Важливо, щоб дитина повсякчас почувала, що ви любите, цінуєте і приймаєте її. Не соромтеся зайвий раз її приголубити. Нехай вона бачить, що потрібна й важлива для вас.

Поради батькам конфліктних дітей:

- Стримуйте прагнення дитини провокувати сварки з іншими. Треба звертати увагу на недоброзичливі погляди один на одного або бурмотіння собі під ніс. Звичайно, в усіх батьків бувають моменти, коли ніколи й неможливо контролювати дітей. І тоді найчастіше виникають «бурі».

- Не намагайтеся припинити сварку, обвинувативши іншу дитину в її виникненні і захищаючи свою. Намагайтеся об'єктивно розібратися в причинах її виникнення.

- Після конфлікту обговоріть з дитиною причини його виникнення, визначте неправильні дії вашої дитини, що призвели до конфлікту. Спробуйте знайти інші способи виходу з конфліктної ситуації.

- Не обговорюйте при дитині проблеми її поведінки. Вона може утвердитися в думці про те, що конфлікти неминучі, і буде продовжувати провокувати їх.

Підготовка батьків до превентивного виховання: методичні рекомендації / За загальною редакцією Т. І. Туркот. – Херсон: КВНЗ «Херсонська академія неперервної освіти», 2012. – 60 с.

Матеріал 2. Як створити партнерську взаємодію між батьками та дітьми

У сімейному вихованні дитини, в постійних контактах із нею батькам необхідно прагнути до виникнення між ними почуття довіри, до безболісного подолання різних непорозумінь, до педагогічної

доцільності у створенні умов виховання. Як це досягається? У різних ситуація - по-різному, але є й свої закономірності та універсальні підходи.

Ефективним засобом усунення суперечності між станом залежності і почуттям провини є гра. Вона формує розуміння спільності деяких проблем дітей і дорослих, а розв'язання їх у грі допомагає дітям краще засвоювати соціальні норми і ролі, які відповідають їхній статі і соціальному статусу. Гра для дитини дошкільного віку є провідним і найбільш природним видом діяльності, важливою умовою повноцінного розумового, морального, естетичного, фізичного розвитку, її соціалізації у суспільстві. Дитячі ігри взагалі - це єдина природна праця дитини, до якої вона береться без примусу і зовнішнього впливу. Водночас вони є чудовим засобом прищеплення практично всіх якостей характеру, які ми цінуємо у людей, але які часто намагаємося прищеплювати вербальними, тобто словесними, методами або простим привчанням, навчанням чи вправлінням.

Граючись, дитина вчиться жити. Під час гри вона досить легко опановує, розуміє суть і запам'ятовує її основні правила. В подальшому такі навички їй знадобляться, зокрема під час навчання у школі. Більше того, під час гри, залежно від її ходу, дитина мусить оцінювати ситуацію і самостійно ухвалювати рішення; пізнає потребу співробітництва, привчається поважати права іншого учасника гри, навчається стримувати себе і свої негативні емоції; натомість виробляти доброзичливість і щирість. Жодна інша діяльність не здатна дитині дошкільного віку дати стільки позитивних емоцій, які так потрібні їй для здорового психічного і фізичного розвитку. Не меншу користь приносять ігри і в старшому віці, але за умови поглиблення їх соціального змісту.

Мала дитина, як було помічено ще К.Д.Ушинським, «...безперервно потребує діяльності і стомлюється не від неї, а від її одноманітності...» Навіть поєднання різних видів діяльності не викликає різкої зміни динамічних стереотипів, не порушує духовної

рівноваги дитини, а стає послідовним фрагментом її життя, який розгортається безпосередньо. Головне - не допускати (особливо у віці до 3-х років) різкого, швидкого переходу з одного виду діяльності на інший, який не має з попереднім ніякого логічного зв'язку, тим більше, якщо він мало відомий або зовсім невідомий дитині. Це викликає протест, небажання, навіть хворобливий страх перед тим новим, що пропонують. Ось чому діти болісно реагують на те, що їх відволікають від іграшки або гри, яка їх цілковито захоплює.

Безапеляційно втручаючись у світ дитячої гри, дорослі травмують руйнують світ фантазій, травмують психіку дитини, деформують її уяву або, зрештою, дають хибні зразки поведінки з почуттями інших та ставлення до продуктів їхньої праці. Тому так важливо бути тактовними з дітьми, зайнятими іграми та іграшками. Не поспішайте їх зупиняти, навіть якщо у вас є свої плани - навпаки, знайдіть час, поцікавитися, якою грою захоплена ваша дитина і в чому її зміст; ненав'язливо приєднайтеся - підіграйте, і ви відчуєте особливу вдячність дитини, її зацікавленість вами. Завдяки ігровій ситуації ви зможете навчити дитину чогось пізнавального та корисного. Як засвідчують спостереження, дошкільники дуже люблять гратися в такі ігри, як «Дочки - матері», «Дім», «У гостях» та інші. Їх сюжети батьки завжди можуть спрямувати на засвоєння певних правил співжиття у сім'ї, виконання обов'язків і дотримання етики поведінки та взаємин.

Керуючись народною мудрістю про те, що «дітей легше виховувати, аніж перевиховувати» та «розпочинати виховувати потрібно тоді, коли дитячко ще поперек ліжка лежить», потрібно завжди опікуватися тим, що, як і з ким робить ваша дитина. А щоб спрямовувати її на позитивні думки і гарні вчинки, доцільно велику увагу приділяти іграм морального змісту: вони можуть бути як рухливими, скажімо, вдень, так і досить спокійними - перед сном.

Позитивний виховний ефект мають такі ігри, як «Чарівне слово» (коли кожне прохання і дію необхідно супроводжувати належним добром і вживанням ввічливих, приємних слів); «Магазин однієї

покупки» (коли дитина уявно потрапляє в ситуацію вибору, за якої з великої пропозиції різних можливих бажань має право обрати тільки одне. До речі, подібну ситуацію «у магазині» можна використовувати для того, щоб діти орієнтувалися в можливостях сімейного бюджету, у корисності чи зайвині окремих речей; вчилися робити усвідомлений вибір, за який їм самим доведеться відповідати в разі невдачі); «Добре - погано» (коли в ігровій ситуації дитині розкривається сутність доброго та поганого, і в неї формується система уявлень про причиново-наслідкові зв'язки різних дій, вчинків і поведінки загалом) тощо. Подібні ігри завжди сприятимуть формуванню уявлень дитини про ввічливість, про першочерговість бажань та потреб, про можливості їх задоволення і розвиватимуть та збагачуватимуть її мову, навіть якщо ви й не будете чітко означувати перед собою подібну мету виховання.

Не менш важливою для дитини будь-якого віку є можливість побути наодинці зі своїми думками. Адже численні життєві враження потребують усвідомлення і закріплення. Тому не тривожте дитину нетерміновим до неї звертанням - краще поспостерігайте за нею, за виразом її обличчя, поглядом, рухами. Спробуйте вгадати її настрій, зрозуміти його причину, відзначити про себе, наскільки адекватно до ситуації вона виявляє емоції. Такі спостереження дозволять батькам глибше і краще зрозуміти свою дитину, налагодити з нею довірливі стосунки, а при потребі навчати її адекватного вияву емоцій.

Дитина, яка в ранньому віці потребувала насамперед суто фізичного контакту, по мірі дорослішання шукає вже зовсім інші форми уваги до себе з боку дорослих: вона прагне співчуття, усмішки, спілкування. У дошкільному віці, як правило, намагається першою заговорити, задає численні запитання, які змістом до безкінечності йдуть від одного «Чому?» до іншого «Чому?». Відповідно різних батьківських реакцій вона починає усвідомлювати, що інші люди мають думки й уподобання, які відрізняються від її суджень, мають свої наміри, які також не завжди збігаються з її власними. Це розуміння надзвичайно важливо підтримувати у дитині

й тоді, коли вона дорослішає, що дозволить пом'якшити дитячий егоїзм, зняти можливе напруження взаємин.

Проте не варто чекати швидких результатів - обопільне розуміння, яке лежить в основі партнерства між батьками й дітьми, не завжди складається легко, просто і швидко. Йому дуже шкодить моралізування, менторський тон. Тож потрібне терпіння та розуміння того, що воно досягається значно складніше, коли не приділяти цьому належної уваги або коли праця і домашні клопоти вкрай обмежують спілкування з дітьми. За тими хатніми клопатами можна втратити і дитину. То ж саме її особистість має бути на першому місці. З роками така доброзичливість і увага дитини буде повернута до вас.

Взагалі спілкування можна вважати універсальним методом виховання. Завдяки йому людина утверджується в житті, впливає на когось і сама перебуває під впливом інших, отримує інформацію про зміст довкілля і захищає себе.

У психології процес спілкування ділиться на три основних види:

- соціально-орієнтоване (спрямоване на суспільну думку, на те «що прийнято і неприйнято; що скажуть інші»);
- предметно-орієнтоване (на світ речей, який оточує нас);
- особистісно-орієнтоване (на конкретних людей).

Кожний із цих видів передбачає пізнання людиною, зокрема дитиною, довкілля, самої себе та свого місця у соціумі. Всі вони представлені в сімейному спілкуванні, і не може навіть стояти питання про те, яке з них важливіше для становлення дитини як особистості. Пріоритети визначаються конкретними обставинами, віком дитини, її потребами вчасного розвитку та індивідуальними особливостями. Спілкування може відбуватися як з ініціативи батьків, так і з ініціативи дітей. Однак довірливе спілкування не може бути нав'язливим, воно має виникнути з природного бажання іншої сторони.

Процес контактування проходить у своєму розвитку певні етапи (стадії). Затримка того чи іншого або спроба якийсь із них пропустити, «перескочити» можуть зруйнувати взаємодію.

Отже, успіх процесу взаємодії значною мірою залежить від послідовності його розвитку та здійснення переходу на іншу стадію тільки за наявності певних ознак контакту. Такими умовними етапами (стадіями) контактної взаємодії можна вважати:

- виникнення бажання;
- пошук спільних інтересів;
- реалізацію способів індивідуального впливу і взаємної адаптації через погоджену взаємодію.

Забезпечувати спілкування також можна на різних рівнях:

- вербальному (словесному);
- безслівному;
- підсвідомому.

Останній чинник зумовлює особливий вплив не тільки того, про **ЩО** говорять, а й **ЯК** говорять. Отож найголовнішою умовою контакту між людьми, й особливо між батьками та дітьми, є щирість і чесність, до яких діти особливо чутливі. Найбільш поширеними засобами – голос (його тембр і сила), погляд, лексика, інтонація мовлення.

Вельми важливим моментом під час спілкування є, напевне, взаємний емоційний контакт, сповнений вражень і задоволення. Як свідчить практика, батьківське виховання – це, перш за все, кропітка і тяжка у повному розумінні слова робота з налагодження міцного і постійного психологічного контакту з дитиною. Основою такого невимушеного контакту завжди постає **щира** зацікавленість батьків усіма справами дитини, вміння будувати діалог, який ґрунтується на принципах партнерства, рівноправ'я, взаємоповаги, визнання, розуміння та знання своєї дитини батьками. Дорослим важливо пам'ятати що діалог не можна перетворювати у монолог, тобто щоб замість партнерського спілкування не зосереджуватися тільки на собі чи тільки на дитині. В таких випадках контакт буде втрачений.

З огляду на це надзвичайно важливо, щоб у процесі реалізації взаємин «Я-ТИ» акцент ставився не на «Я» чи на «ТИ», а на їх зв'язок, який об'єднує два різних особистісних світи. Вияв цього «Я-

ТИ» можливий за умови довіри вихованця до вихователя (дитини до батьків), що ґрунтується на механізмі емпатії. Отже, момент єднання – обов’язковий фактор досягнення виховних цілей. Все це слушно й актуально і для сім’ї та сімейного виховання дітей, яким необхідно почуватись не тільки улюбленцями своїх рідних, а й потрібними їм, навчитися здатності розуміти інших і бути готовими завжди прийти їм на допомогу, в тому числі і добрим словом.

До компонентів (складових) спілкування між батьками і дітьми насамперед відносяться:

- зворотній зв’язок;
- взаємна повага;
- уважне слухання;
- активне слухання;
- відвертість;
- розуміння;
- обов’язки;
- різноманітність;
- запобігання припущенню;
- виразність.

Спілкування з дітьми дошкільного віку доцільно базувати на цих компонентах.

Важливим фактором взаємин батьків і дітей є високий рівень їх взаєморозуміння, для встановлення якого необхідна здатність розуміти одне одного, вміння бачити за зовнішньою стороною поведінки її істинність – мотиви дій, висловлювань, емоційних реакцій.

Особливості стосунків батьків і дітей, пов’язані з рівнем їх взаєморозуміння, формують і специфічний стиль спілкування між ними. Деякі батьки будують стосунки з дітьми на довірі й повазі. Інші вважають, що не обов’язково переконувати дітей у правомірності своїх вимог. У першому випадку формується *дружній стиль спілкування*, який ґрунтується на проханні, пораді, доброму гуморі, підбадьорюванні, тобто такий, який сприяє формуванню в дітей

почуття власної гідності, розвиває максимальну самостійність і доброзичливість; у другому – складається *наказовий (командний) стиль спілкування*, який проявляється в безапеляційному тоні, вимогах безумовної слухняності, в надмірній різкості, залякуванні тощо. Він формує скритність, безініціативність, озлобленість, жорстокість, низький рівень людської самоцінності, звичку до сліпої підкори.

Кожний із цих способів спілкування впливає на емоційний стан дітей. Якщо доброзичливість і делікатність між батьками й дітьми створюють хороший настрій, приплив енергії, то командний стиль викликає образи, роздратування, зниження загального життєвого тону, пригнічений настрій. Від стилю спілкування залежать і виховні можливості сім'ї. Позитивні емоційні контакти батьків із дітьми полегшують виховний вплив на них, негативні - ускладнюють. А загалом спілкування між батьками й дітьми здебільшого має педагогічні засади і ґрунтується на духовному контакті. Без душевної спорідненості, як правило, виховання не буває. В основі духовного контакту лежить спільність прагнень: батьки (як і діти) хочуть, щоб їх любили.

Важливим моментом у налагодженні сімейних стосунків є розуміння дорослими того, що права та обов'язки дітей і батьків у сім'ї взаємно доповнюють одне одного, але не збігаються. Ось чому мати з батьком мають обережно й тактовно застосовувати свій авторитет, поступово переходячи від прямого впливу на дитину до формування в неї з її дорослішанням дедалі більшої незалежності й самостійності.

Співвідношення обопільних інтересів і прав слід розглядати як величину, що змінюється залежно від рівня розвитку дитини, а також від обраної дорослими форми або норми взаємин, до якої діти повинні пристосуватися. На жаль, щодня спілкуючись із дитиною, батьки не завжди вчасно помічають ознаки її дорослішання, те, що вона розумнішає і змінюється внутрішньо. Нерідко вони продовжують дотримуватися тих форм і методів виховання, які вже

не відповідають ані її розвиткові, ані її вікові. Звідси непорозуміння і конфлікти. До найпоширеніших помилок батьків можна також віднести штучне звуження етапних завдань виховання дитини, недооцінку дитячої діяльності, недостатнє розуміння батьками ролі свого авторитету й особистого прикладу, небажання підвищувати рівень своєї педагогічної культури, постійно аналізувати власну виховну діяльність, робити вчасні висновки.

Засвоєні в дитинстві норми співжиття становлять підґрунтя особистої поведінки людини та її стосунків з іншими. Отже, первинна соціалізація, яка відбувається в родинному колі, полишає слід на все життя. Якщо ж діти не отримують правильних орієнтирів, не привчаються турбуватися про інших, зокрема про своїх батьків, які дали їм життя, виростили і виховали, тоді виникає ще одна педагогічна проблема сім'ї - байдужість і навіть неприязнь дітей до своїх батьків.

Перешкодою на шляху батьківських помилок можуть бути постійний аналіз виховних ситуацій та врахування їх досвіду в подальшому, критичне ставлення до особистої виховної діяльності, розв'язування педагогічних задач. Виховні елементи й аспекти різнобічної людської діяльності та її результатів можна регулювати і спрямовувати. Прикладом може бути певна виховна ситуація, яка виникає в сім'ї. Така обставина завжди передбачає об'єкт і предмет виховання. Основою виховної ситуації є педагогічна дія (або дії), яка визначається виховними цілями і мотивами. Їм відповідає суть педагогічних рішень і способи їх досягнення. Педагогічні дії передбачають виховну інформацію. Якщо педагогічну дію виконують, скажімо, батьки, то на неї реагують діти. Але в сімейному вихованні, як правило, батьки творять дітей, а діти творять батьків. Тому, впливаючи на дітей, батьки теж змінюються. Типові способи такого реагування «батьки - вихователі дітей» нижче подані у схемі.

Але спочатку зауважимо, що на поведінку дітей та рівень їхнього морального виховання дозволяє оптимально впливати рівень інформованості батьків про дітей, їхніх друзів, про їхні справи,

інтереси, смаки, настрої тощо. Тим часом, спостереження доводять, що високий рівень інформованості не виключає байдужості або негативної спрямованості у стосунках. Це підводить до думки, що бажання знати про дитину якнайбільше повинне мати коректні форми, а дитина, як повноцінна і самоцінна особистість, має бути захищеною від грубого втручання в її внутрішній світ.

Діти, до речі, також краще сприймають виховний вплив батьків, коли вони інформовані про їхні настрої, вподобання, особистісні особливості тощо.

Як бачимо, реагування дитини на слова, дії дорослих може бути різним: як вираженим зовні, так і внутрішнім. В чому ж сутність внутрішнього реагування? Розглянемо його варіанти в названому порядку на рівні визначення самих понять. Знаючи і розуміючи їх сутність, до них неважко дібрати конкретні приклади із життя.

Конструктивне реагування передбачає органічне сприйняття певної виховної інформації, вимог тощо до відома та включення її в зміст своїх переконань і стосунків.

Неконструктивне - таке реагування дитини, коли їй доводиться змінювати свої переконання, зміст своєї діяльності.

Конформістське - це пасивне сприймання на рівні запам'ятовування без змін в особистій позиції.

Індиферентне - відсутність реакції дитини на рівні як запам'ятовування, так і знання.

Конфліктне - несприймання виховної інформації як такої, що суперечить позиції особистості.

Заради справедливості варто зазначити, що подібні внутрішні реагування відбуваються і в окремих дорослих.

Коригування реакцій можливе на основі зворотної інформації і дієвості, про яку мова йшла вище і як це показано в схемі. Але виховний процес у типовій ситуації набуває ефективності тільки за умови слухних виховних дій.

Вибору ефективних форм виховних дій сприяє аналіз виховних ситуацій, завдяки якому батьки можуть навчитися визначати умови,

причини виховного явища, методи виховного впливу та давати їм педагогічну оцінку. Цей механізм забезпечує формування педагогічного мислення, тобто вміння самостійно аналізувати педагогічні явища, розкласти їх на елементи - умови, причини, наслідки тощо.

Підготовка батьків до проведення самоаналізу, навчання їх самоаналізу охоплює три взаємопов'язаних етапи: спонукання до самоаналізу, опосередкованого аналізу та безпосереднього розвитку самоаналізу. Що вони собою являють?

1-й етап - спонукання до самоаналізу, насамперед, передбачає виникнення в ньому потреби, знань технології педагогічного аналізу, умовного створення програми спостережень та аналізу виховної ситуації;

2-й етап - опосередкованого аналізу, як правило, передбачає отримання інформації батьками від інших людей, можливо, педагогів, про їхню виховну діяльність; інформацію про виховну діяльність інших батьків (можливо, кращий досвід сімейного виховання); спостереження й аналіз чужого досвіду; рольову гру (можна подумки).

3-й етап - безпосередній самоаналіз містить порівняння з еталоном, виявлення суттєвих відмінностей та встановлення причин такої невідповідності; оформлення в думці покращеного варіанту діяльності.

У своїй сукупності та за умови дотримання названої етапності - це шлях до здійснення самоаналізу, конче потрібного батькам у щоденній виховній діяльності.

Щодня перед батьками виникають також педагогічні задачі, які передбачають не тільки аналіз умов та причин виховного явища, а й обґрунтування свого рішення, самостійної відповіді на певні запитання. Вирішування педагогічних задач, як правило, спонукає батьків до підвищення рівня педагогічних знань, до творчого застосування класичного або іншого кращого досвіду, творчого користування методами сімейного впливу. Таким чином,

забезпечення партнерських взаємин батьків і дітей та педагогічної доцільності умов сімейного виховання дитини ґрунтується на усвідомленні і розумінні батьками потреб її вчасного розвитку та задоволенні цих потреб, адекватній оцінці себе як вихователів, на постійній роботі над собою, тобто самовдосконаленні, на доброзичливому спілкуванні та співпраці членів сім'ї.

Джерело: <http://www.ccf.org.ua>

<https://mala.storinka.org/%D0%B1%D0%B0%D1%82%D1%8C%D0%BA%D0%B8-%D1%82%D0%B0-%D0%B4%D1%96%D1%82%D0%B8-%D1%8F%D0%BA-%D1%81%D1%82%D0%B2%D0%BE%D1%80%D0%B8%D1%82%D0%B8-%D0%BF%D0%B0%D1%80%D1%82%D0%BD%D0%B5%D1%80%D1%81%D1%8C%D0%BA%D1%83-%D0%B2%D0%B7%D0%B0%D1%94%D0%BC%D0%BE%D0%B4%D1%96%D1%8E.html>

Матеріал 3. Умови позитивної соціалізації дитини у сім'ї

У практиці сімейного виховання стало звичним залякувати дитину і маніпулювати її почуттями. Чим менша дитина, тим легше це відбувається. Про те, як подібні методи виховання впливають на дитячу психіку, більшість батьків, як правило, не задумуються. А даремно. Адже повноцінний розвиток особистості можливий тільки на основі почуття психологічної безпеки. Його необхідно формувати ще з раннього дитинства і в колі найрідніших близьких.

Основними складовими процесу забезпечення психологічної безпеки є самопізнання та інстинкт. Без них виховні зусилля можуть не досягти поставлених цілей. Це пояснюється тим, що наші уявлення про себе значною мірою впливають на те, як ми ставимося до дітей. Коли ми знаємо і любимо себе, це передається дітям. Ми проектуємо на них власні відчуття впевненості, душевної рівноваги і благополуччя й тим самим спонукаємо їх до того, щоб вони розуміли і любили себе та інших.

Навчитись любити себе і добре ставитись до оточуючих нелегко, особливо якщо у своєму дитинстві батьки почувалися нелюбимими дітьми. Тому так важливо кожному заглянути собі в душу, звернути увагу на власне внутрішнє «я», спробувати знайти причину наявних виховних проблем з дітьми у своєму життєвому досвіді.

Усвідомлення пережитих у дитинстві образ, несправедливого ставлення з боку батьків або спогади про свою неслухняність, її

причини допоможуть краще зрозуміти свою дитину і поводитись з нею по-батьківськи компетентно.

Варто пам'ятати, що кожна дитина потребує компетентного виховання, захищеності й відчуття безпеки; вони необхідні для її зростання і повноцінного розвитку.

З власного життя кожен знає: щоб почуватись особистістю, тобто самостійною й унікальною людською істотою, необхідно встановити довкола себе відповідні фізичні й психологічні кордони. Вони умовно визначаються наявністю власного життєвого простору на побутову рівні – тим куточком чи тією кімнатою, де можна встановити свій порядок речей, свій комфорт, усамітнитися; у міжособистісному спілкуванні стати визнаним і задоволеним правом на власну думку і власну позицію стосовно різних людей і різних життєвих явищ; у самовизначеності й самореалізації – наявністю для цього повноцінних умов, можливістю вибору і відсутністю зовнішнього тиску на прийняття рішення; задоволеною потребою бути самим собою, цінністю для своєї родини, країни, людського суспільства взагалі.

Цього не вміють, не мають і не роблять маленькі діти. Адже вони відчують себе певною мірою продовжувачами своїх вихователів, довіряють їм і щиро сприймають все, що відбувається довкола. Однак, уже з 3-х років (в окремих дітей це може відбуватися раніше чи пізніше), у період «вікової кризи», вони починають настирно заявляти про себе, свої уподобання і свої домагання, які виявляються у заявах «Я – сам!» і великій впертості щодо вимог дорослих та досягнення власних поставлених цілей.

По мірі дорослішання і усвідомлення себе як особистості, формування власного «я» діти намагаються такі кордони вибудувувати. Проте, як свідчать численні життєві факти і долі, роблять це, в основному, протестним, конфліктним шляхом, через неслухняність, непокору, виклик. Причиною саме такої поведінки є небажання або нездатність батьків усвідомити, що цінність любові до дитини визначається не стільки забезпеченням матеріальних умов і

контролю за її поведінкою, скільки прийняттям, визнанням, повагою, довірою до її особистості та научінням безконфліктно жити у суспільстві й обслуговувати себе і тих, за кого відповідаєш; що чим старші стають діти, тим більше вони потребують незалежності; чим більше вони матимуть права вибору, тим більш свідомими і відповідальними будуть їх вчинки; чим більше отримають позитивного соціального досвіду, тим більшої набудуть життєвої компетентності, що слугуватиме їм орієнтиром на все подальше життя.

Якщо ж батьки не допомагають, не підтримують і не заохочують цей процес, вони порушують права дітей.

- Право на любов
- Право на повагу
- Право на увагу
- Право бути вислуханим і почутим
- Право на правду
- Право на самостійність

У цих правах відображено основні норми поваги до особистості дитини.

Їх дотримання закладає міцні підвалини у батьківсько-дитячі взаємини не тільки у процесі сімейного виховання, а й на далеку дорослу перспективу.

Наслідками їх недотримання можуть бути систематичні психологічні «зриви» і травми, напруженість стосунків між батьками і дітьми, навіть непримирима ворожість. Все це руйнує родину і людину із середини, створює недобррозичливий мікроклімат сім'ї і шкодить позитивному уявленню кожного її члена про себе і про інших, в цілому про сім'ю і сімейні стосунки, про людські взаємини. У подальшому, дорослому, житті дітям з таких сімей буде нелегко створити власну сім'ю за іншим уявленням, адже над ними завжди буде тяжіти набутий негативний досвід батьківської родини.

Необхідно допомогти дитині зрозуміти цінність любові до самої себе і емоційної близькості членів родини. Механізм такої допомоги

базується на прикладі ціннісного ставлення батьків до себе, до дитини, їх приналежності до конкретної родини, яка має свою історію, свої традиції і свою унікальність, а також на наuczінні дітей ціннісному ставленню до своїх батьків, до честі роду.

Ціннісне ставлення батьків до себе виявляється у розумінні своєї ролі та своєї відповідальності за все, що відбувається в сім'ї, з їхніми дітьми, з ними самими; у виробленні та непорушному дотриманні всіма членами сім'ї вимог до поведінки, спілкування, способу життя; у постійному саморозвитку і самовдосконаленні як в інтелектуальному, так і в духовному плані. Адже очевидним є те, що важко бути авторитетними в очах дітей тим батькам, які вимагають від них одне, а самі чинять як заманеться; які не поважають себе – допускають на свою адресу неповажливе ставлення, приниження своєї гідності іншими, спілкуються тільки криком і з грубощами, є непослідовними у своїх словах і діях; які не прагнуть знати більше, підніматися над буденністю життя, збагачувати духовний світ, бути кращими, врешті-решт – бути цікавими своїм дітям.

На противагу традиційним методам виховання, серед яких, як відомо, переважають переконання, вимога, покарання, важливо використовувати методи діалогу та підтримки, вироблені світовою гуманістичною думкою. Це – приклад, гра, довіра, розуміння, відвертість, проблемна ситуація, перспективне оцінювання, ситуації успіху, вибору і т.п.

Сімейне виховання на принципах позитивної соціалізації повинне відбуватися в атмосфері співраді, співдружності, співтворчості, співжиття. Саме за таких умов народжується розуміння цінності кожного і колективної цінності, здійснюється пошук можливостей гуманних взаємин, основною ознакою яких є розуміння і прийняття іншого, доброзичливість, готовність прийти на допомогу. Завдання батьків – поставити дитину в умови співавтора і співвиконавця. Отже, керування дитиною у процесі виховання повинне набути рефлексивного, діалогового, вдумливого характеру.

У сімейному вихованні необхідно забезпечувати дитині здатність до етичного захисту як самої себе зі своєю протирічністю, так і здатність зберігати власну гідність у спілкуванні з іншим. Особливості етичного захисту виявляються у здатності культурно відстоювати себе, свої думки і вчинки, не втрачаючи при цьому власної гідності і не принижуючи своєю неадекватною поведінкою інших. Право на етичний захист у різних життєвих ситуаціях мають і батьки.

Безперечно, прийоми і способи етичного захисту не можуть бути рецептами на всі варіанти життєвих ситуацій. Однак, деякі відповідні реакції (або їх сукупність) на різні типи поведінки дитини можуть допомагати утвердженню моральних взаємин у момент їх руйнування, тобто під час конфліктів. Серед таких доцільно виокремити наступні.

1. **Підміну мотиву.** Завдяки цьому зберігається позитивне ставлення до дитини, яка зумисне наносить етичний удар – кричить на батьків. У цій ситуації доречним буде, наприклад, таке реагування: *«Тобі здалося, що я погано чую і саме через це ти підвищуєш голос?»*. Такий спосіб реакції дозволяє батькам не опускатися до скандального лементу і не втратити свого авторитету. Адже відомо, що кричить тільки слабка людина, яка відчуває, що втрачає свої позиції. Сильна – зберігає самовладання. Окрім того, відбувається коректне переключення уваги дитини з претензій до батьків на її власну поведінку.

2. **Посилання на особливості характеру.** У конфліктних і напружених ситуаціях дорослим можна зауважувати якісь особливості свого характеру (тим самим брати на себе відповідальність за важкість етичної колізії, знижувати агресивність дитини, пропонуючи їй більш високий рівень спілкування). Наприклад: *«Вибач, але я не можу розмовляти у такому тоні, просто не вмію»*, або *«Мені шкода, але я розгублююсь, коли на мене кричать»* тощо. З цієї «слабкої» батьківської позиції демонструється сила їх характеру і впливу на подальший розвиток подій.

3. **Доброзичливе тлумачення вчинку.** Наприклад, замість того, щоб кричати, звинувачувати, карати через заподіяну шкоду, можна сказати наступне: «Як добре, що ти сам спробував розібратися у шкідливості (небезпечності) такої поведінки. Сподіваюсь, що отриманий досвід ти будеш пам'ятати завжди і більше не вчиниш подібного».

4. **Проекція майбутньої ситуації з протилежним рішенням.** Нею доречно користуватися у ситуаціях, які мають негативні наслідки для когось з її учасників – явної образи, погіршення самопочуття, зворотньої негативної реакції-санкції. Як висновок із того, що відбулося, можна сказати, наприклад, так: «Наступного разу, будь-ласка, контролюй свої слова і вчинки». І більше нічого. Тим самим дати можливість дитині подумати над висловленим нею і над тим, що відбулося.

5. **Великодушність.** Вміння прощати, зважаючи на вік, на особливість ситуації. Як правило, велика сила морального вчинку знімає психологічну напругу, повертає до добра. Таке вміння формується під впливом подібного прочитаного або почутого, але, у першу чергу, в результаті безпосереднього прикладу батьків.

6. **Відповідь у витонченій етичній формі.** Наприклад: «Дякую». І більше нічого, без коментарів ситуації. Така форма реагування завжди спонукає до самоаналізу, до осмислення сказаного – що за ним: щира подяка, образа? Чому?

7. **Наївне здивування.** Наприклад: «*Невже ти так можеш? Для мене це відкриття*». Така реакція спонукає до самоаналізу і до самопізнання.

8. **Взяття вини на себе.** Наприклад: «*Так, це моя вина, що не навчила тебе поводитись у такій ситуації*». Якщо цим не зловживати, не говорити демонстративно і бути при цьому щирим, така реакція батьків спричинює муки совісті дитини і є досить ефективною.

9. **Посилання на слабкість, нездужання.** Таким чином дитина потрапляє в ситуацію, коли сама мусить приймати рішення і

яку має оцінити не тільки з позиції власного інтересу, а й інтересу інших. Така поведінка батьків дещо нагадує маніпуляції дітьми, однак при дотриманні почуття міри вона є цілком виправданою. Головне, не перейти межу і не сформувати у дитини відчуття провини за стан здоров'я батьків. Для неї це буде непосильною ношею.

10. Проблематизація ситуації. Зміст такої реакції полягає в тому, що дитині, як партнеру, пропонують разом розібратися у суті проблеми, можливих варіантах її вирішення, знайти мотивований вибір. У такому алгоритмі порада батьків інтерпретується з позиції відповідальності дитини.

Кожний з цих прийомів реалізує функцію етичного захисту дітей, яка передбачає наступне: збереження гідності, корекцію поведінки, допомогу в пошуку і знаходженні інших варіативних моделей поведінки, набуття нового етичного досвіду (на основі зроблених висновків) сприяння позитивному розвитку ситуації спілкування, право на помилку і наявність шансу.

В реалізації такої функції для дитини пропонується зразок для наслідування, приклад для моральної поведінки, внаслідок чого у неї зникає відчуття другорядності й формується почуття власної гідності, яке піднімає її в своїх очах, адже батьки возвеличують її у спілкуванні й спрямовують на поглиблення гуманних взаємин і психологічного зв'язку з ними.

У цьому контексті гуманістичної спрямованості набувають і педагогічні вимоги: відбувається переакцентування уваги на деталі, встановлення особистісного контакту, спонукання до самоаналізу. Однак результат досягається при обов'язковому дотриманні наступних умов:

- етичності висунутих вимог;
- дохідливості висловленого;
- чіткої програми батьківських дій;
- доведенні їх до логічного завершення;
- тону вимоги;

– тактовності;
– розумності вимоги;
– ситуативної доцільності (наприклад, не можна «підловлювати» дитину, яка перебуває у задумі; ефективність вимоги знижується, якщо вона відірвана від самої дії).

У вихованні дитини завжди необхідно пам'ятати, що можливість виконання тієї чи іншої вимоги зумовлюється багатьма чинниками її життя, наприклад, віком, набутим досвідом, розумінням змісту самої вимоги і ступенем готовності до її виконання. Тому доцільною є педагогічна підтримка, яка розглядається як необхідна умова ефективності її виконання.

Педагогічна підтримка дитини у сім'ї може мати різні форми.

1. **Авансування особистості**, тобто упереджувальне схвалення. Воно може відображатися у фразах на кшталт: «Ти гарно впорася із цим завданням, бо ти – відповідальний і старанний». Тобто авансування виявляється у наголошенні на ще не зовсім стійких особистісних якостях, але дуже потрібних. Можна також привертати увагу дитини до тих її достоїнств, які у неї дійсно є, але на які вона не звертала увагу. Наприклад: «У тебе гарна зорова пам'ять» або «Ти вмієш гарно прибирати свій куточок» тощо.

2. **Прихована допомога**. У такий спосіб можна ненав'язливо підказувати дитині як саме їй чинити в тій чи іншій ситуації. Наприклад: «Мені здається, що зручніше було б зробити ...».

Отже, у сімейному вихованні дитини батькам завжди потрібно дотримуватися етичних імперативів (вимог). Їх зміст полягає у наступному:

Імперативи сімейного виховання дитини

- оцінювати не дитину, а її вчинки, дії, знання;
- оцінюючи, наголошувати на достоїнствах дитини і перспективах її розвитку;
- пам'ятати, що відповідальність за ситуацію, яка виникла завжди несуть батьки, а за їхньої відсутності – інші дорослі члени родини;

- виявляти толерантність в оцінці поведінки – здатність до спокійного оцінювання ситуації та усвідомлення неможливості одразу подолати складність спілкування;

- частіше створювати ситуації успіху, знімати страх перед різними видами діяльності, допомагати у подоланні нав'язливого очікування невдачі;

- звільнитись від стереотипів;
- використовувати прийом персональної виключності;
- бачити в дітях своїх союзників у вирішенні виховних завдань;
- довіряти, допомагати, давати поради;
- зберігати рівновагу у взаєминах «діти-батьки»;
- любити своїх дітей за будь-яких обставин.

Таким чином, варто завжди пам'ятати, що **дитина є головною цінністю сім'ї**. Вона самоцінна, не схожа на інших і потребує індивідуального ставлення до себе, підтримки у процесі свого розвитку.

Виховання у сім'ї – це, перш за все, спілкування, яке характеризується особливою тональністю «приєднання» до внутрішнього світу дитини, безпосередній психологічний вплив на неї. У процесі спілкування вирішуються завдання вдосконалення взаємодії з дитиною, зміни її станів і поведінки. Цьому значною мірою сприяє культура переживань, яка є виявом внутрішнього світу, а не чужої думки, особистісними переживаннями. Вона формується під впливом сприятливих умов, які спонукають до самостійного інтелектуального, морального й етичного пошуку, тобто до розвитку.

Загалом культура сімейного педагогічного впливу передбачає заміну формуючих впливів на розвивальні. Стратегічно це визначається не постановкою мети перед дитиною і контролем за просуванням по шляху до неї, а створенням сприятливих умов розвитку і саморозвитку.

Сім'я з несприятливими умовами виховання характеризується низькою або завищеною самооцінкою її членів; плутаними, нечіткими і навіть нечесними комунікаціями; ригідними, інертними,

негуманними, не спрямованими на допомогу інших стосунками; надто жорсткими правилами, що регламентують життя сім'ї, або навпаки, їх відсутністю; соціальними зв'язками, які викликають страх чи несуть у собі загрозу.

Для безпроблемних сімей характерні: достатня самооцінка їх членів; безпосередність, легкість і чесність у спілкуванні; гнучкість правил, їх гуманність; здатність членів сім'ї до самоаналізу і саморегуляції; наявність соціальних зв'язків, які приносять позитивні емоції.

Як засвідчують спостереження, позитивній соціалізації сприяє дотримання у сімейному вихованні наступних пріоритетів у батьківських моделях поведінки:

- особистість важливіша від проблеми;
- теперішнє важливіше, ніж минуле і майбутнє;
- почуття і переживання важливіші думок і вчинків;
- співпереживання і розуміння важливіші пояснень;
- сприйняття і розуміння важливіше виправлення;
- особистісна спрямованість важливіша методик;
- особистісна зрілість важливіша просто дорослості.

Цьому може сприяти розуміння того, що негативна поведінка дітей відрізняється від негативної поведінки дорослих, які теж не завжди здатні контролювати себе, але навчають інших. У своєму самозахисті вони більше спираються на життєвий досвід, як свій, так і оточуючих, на знання самих себе. У дітей же такого досвіду немає.

Автор: *Т. Ф. Алексєєнко Джерело: Діти – батьки – сім'я: Випуск 3. – К.: Наук. світ, 2005. – 37 с.*

<http://www.kmcentr.com.ua/umovy-pozytyvnoji-sotsializatsiji-dytyny-u-sim-ji/>



*Ні пеклом, ні раєм не повинен бути дім для дитини – але місцем, де
можна жити (тільки не єдиним).*

*Місцем, де жити хочеться, але не настільки, щоб прагнути ним
обмежуватись.*

Звідки можна впевнено вийти й куди радо повертатись.

*Де все співвідноситься з життям, – де, якщо й немає гармонії, є
надія...*

В. Леві – психолог



ЛІТЕРАТУРА

1. Алексеєнко Т.Ф. Педагогічні проблеми молоді сім'ї: Навч. посібник. К.: ІЗМН, 1997.
2. Арват Ф.С., Коваленко Є.І., Кириленко С.В., Щербань П.М. Культура спілкування: Навч.-метод.посібн. К.: ІЗМН, 1997.
3. Афанасьєва Т.М. Сім'я. К., 1990.
4. Батьків не обирають... (проблеми відповідального батьківства в сучасній Україні), К., А.Л.Д., 1997. 144с.
5. Безпалько О. В. Характеристика батьківства // О. В. Безпалько // Соціальна педагогіка в схемах і таблицях : навч. посіб. К.: Логос, 2003. С. 62-63.
6. Бондарчук О.І. Психологія сім'ї: курс лекцій. К., МАУП, 2001. 96с.
7. Говорун Т., Кікіненді О. Стать та сексуальність: психологічний ракурс. Навчальний посібник. Тернопіль: Навчальна книга. Богдан, 1999-384с.
8. Головатий М.Ф. Соціологія молоді: курс лекцій. К., МАУП, 2006. 304с.
9. Громадська програма запобігання насильству в сім'ї. Проект «Гармонія», Львів, 2004. 95с.
10. Дети. Как их воспитывать : [Перевод] / К. Норткот Паркинсон, М. К. Растомджи, С. Паври; Ил. М. Миранда. СПб. : Макет, 1992. 123 с.
11. Деніжна, С.О., Сова, М.О. Етика і психологія сімейного життя: навч. посіб. – К.: Вид.центр НУБіП України, 2010. 212 с.
12. Коваленко Є. І. Енциклопедія батьків / Коваленко Є. І. К : КІНТ, 2008.
13. Олексюк О.Є. Підготовка молоді до сімейного життя та відповідального батьківства // Навчальний посібник для студентів. / Автор-упорядник Олексюк О.Є. Миколаїв : МНУ ім. В.О. Сухомлинського, 2016 р. 332 с.

14. Семиченко В.А., Заслуженюк А.В. Родители и дети: Взаимопонимание или отчуждение?: Кн. для родителей. Просвещение: АО «Учеб. лит.», 1996. 191 с.
15. Семиченко В.А., Заслуженюк В.С. Мистецтво взаєморозуміння. Психологія та педагогіка сімейного спілкування: Навч. посібник для студентів вищ. навч. закладів. 2 - е вид. К.: Веселка, 1988. 214 с.
16. Хархан О. Стосунки батьків, дітей, та їх вплив на поведінку підлітків // Соціальна психологія. 2003. №4, 139. 142с.
17. http://www.angelyatko.com.ua/school_deteil.php?id=5
18. www.chasipodii.net/mp/artikle/1318/

Навчальне видання

ОЛЕКСЮК
Оксана Євгенівна

ПСИХОЛОГІЯ БАТЬКІВСТВА
Організація самостійної роботи студентів
в умовах дистанційного навчання

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

Підписано до друку 28.12.2022
Формат 60x84¹/₁₆. Умовн. друк. арк. 8,8.
Тираж 100 пр. Зам. № 729-132.

ВИГОТОВЛЮВАЧ
Поліграфічне підприємство СПД Румянцева Г. В.
54038, м. Миколаїв, вул. Бузника, 5/1.
Свідоцтво МК № 11 від 26.01.2007 р.

