

# Восемь тем для успешного взаимодействия



Брошюра с темами для обсуждений  
для родителей и других взрослых



Эта брошюра входит в серию материалов, выпущенную в рамках программы «Руководство для родителей». Брошюра издана Директоратом по делам детей, молодёжи и семьи. Информацию о дополнительном материале можно найти на сайте в сети интернет [www.bufdir.no/familie](http://www.bufdir.no/familie)

Автор несёт ответственность за содержание брошюры.

Информацию о заказе и покупке материала можно найти на интернет-сайте. Кроме того, часть материала можно загрузить с интернет-сайта.

Программа Icdp По Руководству Для Родителей

ICDP – норвежский фонд, сотрудничающий с рядом зарубежных исследователей в разработке мероприятий помощи детям и лицам, воспитывающим детей. ICDP организует курсы для различных групп пользователей.

Дополнительную информацию можно получить /на сайте <http://www.icdp.no>

Символ для родительского руководства представляет собой стилизованный древний петроглиф из книги «Скала Алта», автор Кнут Хелскуп.

Design: Virtual Garden Design  
Foto: Johs. Bø, Ricardo Foto, Grete Flakk  
Trykk: Flisa Trykkeri AS  
2016



При разработке этого материала по темам успешного взаимодействия мы стремились к тому, чтобы его формулировки были простыми и настолько общими, чтобы они могли применяться к различным возрастным группам детей и оставляли возможность для индивидуального подхода: любовь и уважение к своему ребёнку со стороны взрослого проявляются по-разному у разных индивидов и в разных культурах.

По нашему замыслу, темы могут стать точкой отчета для разговора и примером того, как можно естественно выражать свою любовь к ребёнку, объяснять ему смысл вещей и расширять его опыт, позитивно руководить ребёнком и разяснять ему, что можно, а что нельзя делать. Темы могут помочь совершенствованию этого умения. Само содержание тем – это доступный всем нам опыт. В этом мало нового, однако именно этот опыт и является ключом к настоящей заботе о ребёнке. Смысл не в том, чтобы следовать написанному здесь как каким-то указаниям. Эти темы – напоминание об опыте и активизации опыта, который уже есть у большинства родителей, но который из-за повседневного стресса может отходить на задний план.

Мы работали над этими темами в странах с различной культурой – в Африке, Латинской Америке и разных европейских странах, и поняли, что они являются выражением общего опыта, знакомого всем и важного для всех в отношениях с детьми разного возраста.

Карстен Хундейде,  
профессор психологии Университета г. Осло

## Показывайте свои положительные чувства – показывайте ребёнку, что Вы его любите



Для того, чтобы ребёнок чувствовал уверенность в себе, важно показывать ему, что Вы его любите, ласкать его, и делать это с радостью и энтузиазмом. Маленькие дети, ещё не понимающие обычной речи, уже могут воспринимать эмоциональные проявления любви и отторжения, радости и горя. Проявлять эти чувства можно по-разному, в зависимости от возраста ребёнка.

- Смеяться и улыбаться вместе
- Обнимать, прижимать ребёнка к себе
- Дотрагиваться до ребёнка
- Вместе шутить и смеяться
- Разговаривать мягким и ласковым голосом
- В подходящей для этого ситуации говорить ребёнку, что Вы его любите

### Задания:

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике. Какова реакция ребёнка на это?
- Как Вы думаете, какова будет реакция ребёнка, если со стороны близких он видит только равнодушие и отрицательные эмоции?
- Какие качества в Вашем ребёнке Вы цените больше всего?
- Как вы можете доставить радость Вашему ребёнку?

## Приспосабливайтесь к ребёнку и поддерживайте его инициативы



При общении с ребёнком важно внимательно следить за его пожеланиями, действиями и чувствами, чтобы было можно вжиться в его состояние, приспособиться к нему и разделить с ребёнком то, что его занимает. Тогда ребёнок будет чувствовать, что Вы заботитесь о нём. Всем – и детям, и взрослым – нужно, чтобы их «видели» и понимали! Для развития ребёнка важно, чтобы ему, в разумных пределах, разрешалось следовать своим собственным идеям вместо тех, которые ему навязываются со стороны. Продвигайтесь вперёд осторожно и следите за тем, чтобы «не давить» на ребёнка. Дайте ему время на выработку своих собственных инициатив. Хотя это не означает, что ребёнок должен Вами управлять!

- Отвечать на обращения к Вам ребёнка
- Следить за действиями и поступками ребёнка
- Смотреть, что ребёнок делает, чего он хочет

- Толковать телодвижения и жесты ребёнка
- Угадывать пожелания и чувства ребёнка
- Отвечать на пожелания и чувства ребёнка
- Приспосабливать свои действия к состоянию ребёнка
- Проявлять интерес к тому, что ребёнок делает

### Задания

- А. Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике.
- Б. Какова реакция Вашего ребёнка на то, что Вы приспосабливаетесь к нему и следуете его инициативам?
- В. Как будет вести себя ребёнок, инициативы которого почти всегда игнорируются?
- Г. Как Вы можете судить о чувствах и душевном состоянии ребёнка по его телодвижениям и жестам?

## Говорите с ребёнком об интересующих его вещах и старайтесь сделать так, чтобы у Вас с ним завязалась «эмоциональная беседа»



Уже вскоре после рождения ребёнка возможно завести с ним эмоциональный «разговор» с помощью зрительного контакта, улыбок, жестов и радостных восклицаний, когда взрослый одобрительно комментирует то, что ребёнок делает, или то, что его занимает, а ребёнок «отвечает» радостными возгласами. Такой «разговор» важен для установления привязанности к Вам со стороны ребёнка, для того, чтобы он научился общению с другими людьми, и для успешного языкового развития ребёнка. Детям более старшего возраста также

нужен тесный контакт в виде доверительных бесед, в ходе которых можно открыться друг другу и говорить на личные темы.

- Доверительный разговор
- Тесный контакт
- Откровения и «секреты»
- Зрительный контакт
- Ритмический диалог в виде телодвижений и жестов
- Имитация позитивных жестов и обмен ими
- Беседа, при которой имеет место позитивный обмен мыслями, словами и чувствами

### Задания

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике.
- Как происходит такой эмоциональный разговор с детьми разного возраста (грудным ребёнком, ребёнком 3 лет, 8 лет, девочкой 13 лет и мальчиком 16 лет)?
- Как будет развиваться ребёнок, у которого редко бывает возможность тесного контакта и доверительного разговора с другими людьми?
- Как Вам удаётся среди повседневных забот находить возможность и время для личного контакта с ребёнком и приятного общения с ним?

## Хвалите ребёнка и выражайте своё одобрение, когда у него что-то получается

Для развития у ребёнка уверенности в себе и решимости важно, чтобы кто-то давал ему понять, что он ценен сам по себе и что он что-то умеет. Этого можно добиться, если позитивно реагировать, когда ребёнок что-то хорошо делает: хвалить, говорить, что было хорошо и почему это было хорошо. Важно, чтобы ребёнок почувствовал, что его «видят». Тогда у ребёнка разовьётся реалистичная уверенность в себе.

«Видеть» ребёнка с помощью:

- Зрительного контакта
- Улыбки и приветствия
- Позитивного прикосновения в ответ

словесное признание

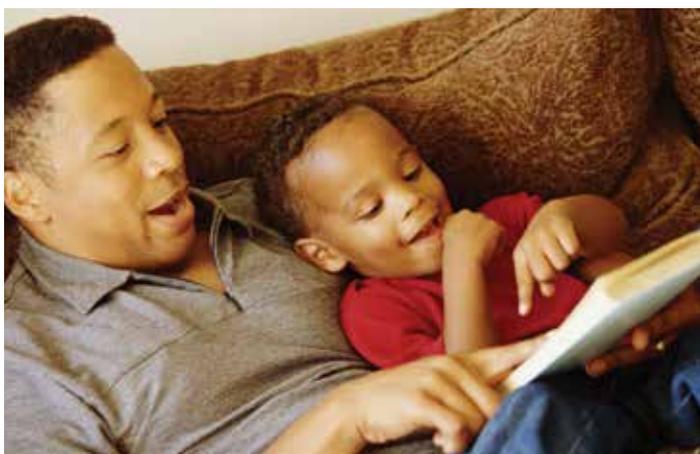
- Выражайте похвалу и одобрение:  
«Хорошо, правильно»  
«Хорошо, потому что когда ты так делаешь, то...»  
с объяснением, почему это хорошо.



### Задания

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике.
- Какова реакция Вашего ребёнка на похвалу и одобрение в его адрес, когда он что-то хорошо делает?
- Как будет вести себя ребёнок, которого родители никогда не хвалят?
- Как Вы выражаете своё одобрение в отношении грудного ребёнка?

## Помогайте ребёнку сосредоточивать своё внимание, чтобы вы могли вместе с ним наблюдать за тем, что вас окружает



Детям часто нужна помощь для того, чтобы сосредоточить на чём-то свое внимание. Вы можете ребёнку в этом помочь, привлекая и направляя его внимание к тому, что вас окружает. Вы можете, например, сказать: «Посмотри-ка...» и показать ему на то, что Вы хотите, чтобы ребёнок пережил и увидел, или Вы можете сами подстроиться к ребёнку, внимание которого чем-то поглощено, так что вы оба будете поглощены одним и тем же. Мы часто видим, что ребёнок занят чем-то одним, а родители другим. Не переживая совместно окружающие нас вещи, трудно говорить или делать что-то вместе. Это условие успешного контакта и коммуникации.

- Наблюдать, к чему привлечено внимание ребёнка, на что устремлён его взгляд и чем он заинтересован, для того, чтобы и Ваше внимание также можно было сосредоточить и направить на предмет, находящийся в центре внимания ребёнка.
- Привлекать внимание ребёнка и направлять его на предметы, детали и качества, представляющие взаимный интерес: «Посмотри!», «Подойди!».

### Задания

- Приведите примеры того, как Вы помогаете вашему ребёнку сосредоточить своё внимание на каком-то из окружающих предметов, чтобы Вы вместе с ним могли рассмотреть этот предмет. Как на это реагирует ребёнок?
- Как будет развиваться ребёнок, вокруг которого всё время что-то происходит и сбивает его с толку, и которому редко помогают сосредоточить на чём-то своё внимание ?
- Есть ли у Вас с ребёнком время на то, чтобы вместе сосредоточивать Ваше с ним внимание на вещах, которые вас интересуют?

## Придавайте смысл восприятию ребёнком окружающего мира, описывая ему то, что вы вместе с ним видите, и показывая ему свои чувства и энтузиазм

Описывая, называя вещи, показывая, как они действуют, и одновременно выражая свои чувства в отношении того, свидетелями чего Вы являетесь вместе с ребёнком, Вы способствуете тому, что пережитое запоминается ребёнку как нечто важное и наполненное смыслом. Чтобы ребёнок понял, что вокруг него происходит, и воспринимал происходящее как нечто наполненное смыслом и интересное, ребёнку нужен взрослый человек, который мог бы описать происходящее словами. Это также придаст ребёнку уверенности в себе. Так ребёнок учит язык, учится общению с другими людьми. Чаще всего это происходит автоматически, уже с момента рождения ребёнка: «Ну-ка, давай поменяем пелёнку, тебе попку не натёрло?»

- Говорите с ребёнком о том, что вы вместе с ним видите
- Называйте и описывайте то, что вы видите
- Показывайте ребёнку, как вещи действуют
- Демонстрируйте энтузиазм и увлечённость в отношении того, свидетелями чего вы становитесь вместе с ребёнком



### Задания

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике. Какова реакция Вашего ребёнка на это?
- Как будет вести себя ребёнок, которому никогда не объясняют смысл того, что вокруг него происходит?
- Как можно объяснить смысл чего-то детям разного возраста (грудному ребёнку, 3-летнему ребёнку, 14-летнему)?

## Углубляйте, разъясняйте ребёнку смысл происходящего вокруг вас



Чтобы ребёнок смог лучше разобраться в окружающем его мире, важно, чтобы кто-то ему объяснял или рассказывал истории о том, что и почему происходит. Восприятие и понимание окружающего маленькими детьми можно расширить, сравнивая происходящее в настоящий момент с тем, что ребёнок уже видел ранее. «Помнишь, когда мы ходили в ...? Тогда мы тоже видели...» Когда ребёнок становится старше, ему можно рассказывать истории, разъяснять, задавать вопросы, указывать на сходства и различия и т.д. Тем самым мы выходим за пределы воспринимаемого ребёнком в настоящий момент.

Всё это важно для интеллектуального развития ребёнка.

- Объяснять, рассказывать и находить причину происходящего
- Находить сходства и различия с чем-то пережитым ранее
- Находить связь с прошлым и будущим
- Сочинять и рассказывать истории о том, свидетелями чего вы становитесь вместе с ребёнком
- Рисовать, рассматривать картинки и фотографии и разыгрывать театральные представления на тему увиденного

### Задания

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике.
- Как можно обогатить восприятие окружающего однолетним ребёнком? Как бы Вы могли углубить восприятие окружающего семилетним ребёнком?
- Как будет развиваться ребёнок, которому редко объясняют, что вокруг него происходит?
- Находите ли Вы среди повседневных забот время для того, чтобы остановиться и объяснить что-то Вашему ребёнку, если он задаёт вопросы?

## Помогайте Вашему ребёнку контролировать себя, позитивно разъясняя ему, что можно, а что нельзя: руководя им, указывая на позитивные альтернативы и совместно что-то планируя

Дети нуждаются в помощи для того, чтобы научиться контролировать себя и планировать что-то. В основном такую помощь они получают тогда, когда взрослые позитивно руководят ребёнком, не отбирая у него при этом инициативы. Когда ребёнок ведёт себя бесцеремонно, эгоистично, нарушая правила общения с другими детьми и взрослыми, очень важно, чтобы взрослые вмешались и в позитивной форме остановили его, объяснили ему, почему некоторые вещи нельзя делать. Вместо того, чтобы всё время что-то запрещать и говорить ребёнку «нет», важно руководить им в позитивной форме, показывать, что ему разрешено делать, и быть вместе с ребёнком. Причиной плохого поведения ребёнка часто бывает его желание позитивного внимания к себе со стороны родителей.

- Регулировать, создавая условия для занятий ребёнка, например, убирая лишние предметы, когда речь идёт о самых маленьких детях
- Руководить занятиями ребёнка, предлагая что-то, указывая на что-то и говоря, что можно делать
- Помогать в планировании чего-то шаг за шагом
- Поддерживать ребёнка, когда ему нужна помощь, - и отходить в сторону, когда у самого ребёнка что-то получается, чтобы он почувствовал, что сам справляется с задачей
- Давать ребёнку сложные задания, для выполнения которых ему приходится использовать все свои умения
- В позитивной форме чётко очерчивать границы дозволенного. Объяснять, что разрешено делать, а что нет.
- Запрещая ребёнку делать что-то, объяснять ему, почему это запрещено. Когда ребёнок делает что-то «не то», отвлекать его внимание, указывая на другие возможные занятия.
- С детьми старшего возраста и подростками можно также вести переговоры, например, о том, когда надо возвращаться вечером домой.



### Задания

- Приведите примеры того, как Вы делаете это на практике.
- Как будет вести себя ребёнок, родители которого никогда не говорят ему о том, что можно, а что нельзя, и никогда не руководят им? Или руководство которых всегда сводится к запрету?
- Когда Вы раздражены или расстроены, легко разозлиться и просто крикнуть ребёнку «нет!». Как можно по-другому, в более позитивной форме, объяснить ребёнку, что чего-то делать нельзя?



### Программа «Руководство для родителей»

Родители – эксперты по собственным детям. Уникальные родительские знания необходимо беречь, укреплять и развивать далее.

Смысл программы «Руководство для родителей» состоит в том, чтобы родители могли встречаться для обмена опытом и обсуждения вопросов, касающихся воспитания детей. На этих встречах поднимаются разные темы, и повестку дня устанавливают сами родители. Признанные специалисты написали для нас книги, руководства, брошюры, изготовили видео и dvd. Брошюра, которую Вы сейчас держите в руках, написана профессором психологии Карстеном Хундейде. Она является одной из многочисленных публикаций на различные темы, касающиеся роли родителей. Наряду с изданием других брошюр и видеофильмов в муниципалитетах проводятся различные местные мероприятия, связанные с этим письменным материалом. В детском диспансере, детском саду или в школе Вы можете получить информацию о том, что происходит у Вас по месту жительства.

Дополнительную информацию о программе «Руководство для родителей» можно найти на сайте сети интернет [www.bufdir.no/foreldre](http://www.bufdir.no/foreldre). Там Вы также можете найти электронную версию этой брошюры.