

Психологическая работа с
родителями при
профилактике подросткового
суицида

М. Ядренников и Е. Игнатова

Снижение уровня позитивного родительства и негуманное отношение к родным детям в конце XX – начале XXI века обусловлено многообразными объективно-субъективными факторами:

- 1) низкий доход;
- 2) генетическая и духовная деградация родового чувства (кровных связей);
- 3) увеличилось число отцов и матерей, злоупотребляющих алкоголем, наркотиками;
- 4) наличие категорий матерей и отцов с ярко выраженной эгоистической устремлённостью, нежеланием жертвовать собственным комфортом для выполнения родительских обязанностей;
- 5) наличие категории юных одиноких матерей, нуждающихся в поддержке, которые не имеют психологической готовности к воспитанию;

Снижение уровня позитивного родительства и негуманное отношение к родным детям в конце XX – начале XXI века обусловлено многообразными объективно-субъективными факторами:

6) неподготовленность юношей и девушек к семейной жизни;

7) изменения в основных функциях семьи:

- репродуктивная - тенденция к молодёжному типу,
- воспитательная - сложности и трудности в воспитании детей налаживания с ними контактов,
- морально-нормативная – ухудшение отношений между родителями и детьми, насилие и жестокость в обращении с женой, детьми, стариками, отчуждение детей от родителей и наоборот,
- регулятивная – ослабление контроля за жизнедеятельностью детей, игнорирование ЗОЖ, ослабление родительского внимания по формированию личности, злоупотребление алкоголем, наркотиками, увеличение суицидов среди детей.

2 большие группы неблагополучных семей:

- *Первую группу* составляют семьи с явной (открытой) формой неблагополучия: это так называемые конфликтные, проблемные семьи, асоциальные, аморально-криминальные и семьи с недостатком воспитательных ресурсов (в частности, неполные).
- *Вторую группу* представляют внешне респектабельные семьи, в которых взаимоотношения их членов на внешнем, социальном уровне производят благоприятное впечатление, а последствия неправильного воспитания на первый взгляд незаметны, но, тем не менее они оказывают деструктивное влияние на личностное развитие детей.

Показатели негативного влияния неблагополучной семьи на ребенка

- 1. Нарушение поведения – в 50% неблагополучных семей: бродяжничество, агрессивность, хулиганство, кражи, вымогательство, аморальные формы поведения, неадекватная реакция на замечания взрослых.
- 2. Нарушение развития детей – в 70% неблагополучных семей: уклонение от учебы, низкая успеваемость, неврастения, отсутствие навыков личной гигиены, неуравновешенность психики, подростковый алкоголизм, тревожность, болезни, недоедание.
- 3. Нарушение общения – в 45% неблагополучных семей: конфликтность с учителями, сверстниками, агрессивность со сверстниками, аутизм, частое употребление ненормативной лексики, суетливость и /или гиперактивность, нарушение социальных связей с родственниками, контакты с криминогенными группировками.

Предубеждения родителей на счет школьного психолога

- Негативное впечатление от первой диагностической встречи школьного психолога по поводу принятия ребенка в школу.
- Неэффективное осуществление фронтальной психодиагностики учеников. Индивидуальная диагностика проводится только с письменного разрешения родителей и по их запросу.
- Практика обращения за помощью к своему школьному психологу еще достаточно мала: кто-то не знает о подобной возможности, кто-то не доверяет психологической службе, кто-то не верит, что помощь в их ситуации реальна, кто-то надеется, что проблема «сама рассосется со временем» («А я не знаю, есть ли у нас психолог в школе! Да разве школьный психолог поможет?!»).
- Неоднозначное отношение к рекомендациям психолога, восприятие психолога как советчика, судью.
- Сомнения родителей в необходимости обращения помимо школьного психолога к другим специалистам (нейропсихологам, дефектологам, семейным психотерапевтам.)

Барьеры в работе с родителями

Барьеры психолога:

- Идентификация с ребенком: «за ребенка»
- «против родителя» (или наоборот)

Барьеры родителя:

- Возрастно-половые (перенос, трансакции)
- Социальные
- Этнокультурные
- Профессиональные
- Индивидуально-личностные

Основные этические принципы деятельности психолога

- 1) конфиденциальность;
- 2) компетентность;
- 3) ответственность;
- 4) этическая и юридическая правомочность;
- 5) квалифицированная пропаганда психологии;
- 6) благополучие клиента;
- 7) профессиональная кооперация;
- 8) информирование клиента о целях и результатах обследования.

Этические проблемы привлечения родителя в консультирование по проблемам ребенка

- 1) нет четкого, единого этического кодекса, который обеспечивал бы адекватные руководящие принципы этического поведения в самом широком диапазоне ситуаций, с которыми специалисты сталкиваются в отношениях консультирования;
- 2) большинство профессионалов в области консультирования работают в контексте учреждений, таких как школы, колледжи, больницы и т.д., чьи системы ценностей могут весьма отличаться от ценностей консультирования;
- 3) консультанты могут столкнуться с ситуациями, где их этические обязательства накладываются друг на друга или конфликтуют. Консультант обычно работает одновременно с несколькими людьми, включенными в собственные близкие межличностные отношения;
- 4) собственные установки, ценности и убеждения психолога, которые определяют субъективную оценку ситуации в целом — тяжести проступка, симпатии или антипатии по отношению к пострадавшему, расстановку акцентов, определение доли вины каждого из действующих лиц;
- 5) собственный жизненный опыт психолога, который влияет на прогнозирование последствий этического выбора — в зависимости от того, как в личной жизни разрешилась аналогичная проблема, психолог может склоняться к тому или иному решению;
- 6) собственные страхи психолога: у каждого есть свое поле повышенной опасности. Кто-то боится суицида, для кого-то самым ужасным в жизни может быть употребление наркотиков, а чьи-то страхи связаны с насилием. В соответствии с собственными страхами значение полученной информации может как недооцениваться, так и переоцениваться.

Глубинные схемы терапевта, влияющие на отношения

- Высокие стандарты
- Брошенность
- Грандиозность
- Потребность в одобрении

Leachy R., 2003©

Контрпереносные реакции терапевта

- Восхищение пациентом (НРЛ)
- Сверхопека (РНК)
- Влюбленность (НРЛ, ИРЛ)
- Страх (ПРЛ, ПарРЛ)
- Агрессия (П-А РЛ, ПРЛ)
- Презрение

Вопросы для терапевта (осознание контрпереноса)

- Что я испытываю в работе с данным пациентом?
- Что в поведении пациента делает его привлекательным / непривлекательным для меня?
- Что я не хочу обсуждать с пациентом?
- Что вызывает у меня дискомфорт
- Что я не замечаю в состоянии пациента?
Как это связано с моими глубинными схемами?

Проведение диагностики ребенка по заказу третьей стороны (родителя)

1. Следует получить четкий запрос на проведение диагностики. Слова: «Посмотрите, что с ним не так» — не являются основанием для этой работы. Запрос должен быть сформулирован точно и конкретно. В зависимости от того, как будет сформулирован запрос на диагностику, будет сформулирован и отчет.
2. В отчет нельзя вставлять никаких сведений, не отвечающих запросу. Например, если в процессе диагностики вы получили некоторые сведения о взаимоотношениях родителей в семье, то эту информацию не стоит озвучивать.
3. Ребенка, которого вы собираетесь диагностировать, необходимо заранее предупредить о готовящейся диагностике, с тем чтобы он успел сообщить об этом родителям. Ребенок имеет право отказаться от процедуры, а родители имеют право получить дополнительную информацию о целях и методах диагностики.
4. И детям и взрослым необходимо сообщить перед процедурой диагностики, что сведения станут известны определенным лицам. Они имеют право не отвечать на некоторые вопросы.

Проведение диагностики ребенка по заказу третьей стороны (родителя)

5. Результаты диагностики в обязательном порядке нужно предоставить самому диагностируемому в том же объеме, что и заказчику. Не рекомендуется применять двойные стандарты: ребенку, например, говорить одно, а родителям или учителям — другое. Информация должна быть одинакова. Может меняться только форма ее предоставления.

6. Заказчика необходимо предупредить, что информация не подлежит распространению, и он несет ответственность за ее разглашение. В случае разглашения информации следует очень жестко и однозначно пресечь дальнейшее распространение.

7. Следует придерживаться обтекаемой формы отчетности, избегать однозначных, категоричных суждений. Не следует делать собственных выводов. Рекомендуется использовать уравновешивающие формулировки, например: «иногда может проявлять агрессивное поведение; не всегда способен контролировать себя; поведение может провоцировать конфликты; некоторым образом, и т.д.». В описаниях необходимо следить за тем, чтобы подаваемая информация не была односторонней.

8. Всегда нужно предоставлять право и диагностируемому и заказчику

Обстоятельства, при которых может быть нарушен принцип конфиденциальности

- повышенный риск для жизни клиента или других людей;
- преступные действия (насилие, развращение, инцест и др.), совершаемые над несовершеннолетними;
- необходимость госпитализации клиента;
- участие клиента и других лиц в распространении наркотиков и прочих преступных действиях.

Шаги по принятию решения о нарушении конфиденциальности

Шаг 1. Определение является ли рассматриваемая ситуация этической дилеммой, т.е. требуется ли от вас непременно вмешательство, влекущее за собой нарушение принципа конфиденциальности.

Для этого нужно:

- а) получить подтверждение в том, что событие имеет (или имело) место;
- б) выяснить, происходит ли оно систематически или это единичный случай;
- в) выяснить, как давно произошел случай;
- г) выяснить, что делал ребенок или другое лицо, пришедшее на консультацию, для преодоления ситуации, как он сам решает эту проблему, и решает ли;
- д) выяснить, в каком физическом или психическом состоянии находится ребенок на данный момент времени;
- е) выяснить, кто еще знает о том, что происходит с ребенком, и как он на это реагирует (т.е. получает ли ребенок помощь от других людей);
- ж) выяснить, как сам ребенок (или другой человек, пришедший за

Шаги по принятию решения о нарушении

конфиденциальности

Шаг 2. Отделение субъективного эмоционального восприятия ситуации от объективного факта.

Для этого нужно:

- а) проанализировать ситуацию с точки зрения собственных ус-тановок, ценностей и убеждений;
- б) выделить долю собственного страха;
- в) вспомнить и обособить свой опыт (если он есть) совладания с подобным случаем;
- г) оставив сухой остаток, посмотреть на ситуацию со стороны как на свершившийся факт.

Шаги по принятию решения о нарушении

конфиденциальности

Шаг 3. Налаживание контакта с окружением ребенка, в первую очередь с родителями. Озвучивание родителям жалобы ребенка производится только с разрешения ребенка.

Для этого нужно:

- а) поговорить с тем из родителей, с кем непосредственно живет ребенок. Если они оба присутствуют в жизни ребенка, то с тем из них, кто в первую очередь может его защитить (по словам самого ребенка);
- б) поговорить с тем из родителей, который совершает насилие. В зависимости от того, насколько ребенок готов, чтобы психолог озвучил его проблему, психолог либо рассказывает родителю о том, что происходит с его ребенком, либо выясняет, насколько родитель адекватен, есть ли какая-то надежда на то, что он изменит свое поведение.
- в) постараться найти в окружении ребенка человека, который может ему помочь. Это может быть тетя, дядя, старший брат. И, с разрешения ребенка, попросить его вмешаться.

Шаги по принятию решения о нарушении

конфиденциальности

Шаг 4. Нахождение всех возможных способов решения проблемы.

Для этого нужно:

- а) найти в литературе описание похожих случаев с вариантами решений;
- б) проконсультироваться с коллегами о похожих дилеммах;
- в) получить супервизорскую консультацию;
- г) обратиться за помощью в методический отдел своего округа.

Шаг 5. Выбор из всего массива предложений нескольких вариантов, кажущихся наиболее приемлемыми в данном конкретном случае.

Обычно в результате отбора их остается 2 — 3.

Шаги по принятию решения о нарушении конфиденциальности

Шаг 6. Анализ возможных последствий по каждому решению.

Для этого нужно составить таблицу, в которой будут учтены следующие параметры:

- а) решение (например, поставить в известность администрацию о факте насилия над ребенком);
- б) необходимые действия (например: беседа с директором, беседа с родителями, обсуждение действий с ребенком и т.д.);
- в) возможная реакция каждого из участников на предоставленные сведения;
- г) возможные действия каждого из участников по отношению к ребенку;
- д) возможность контролировать последующее развитие событий;
- е) возможные долговременные последствия для ребенка;
- ж) возможные последствия для психолога;
- з) внутреннее ощущение правильности выбора. Когда решение правильное, оно приносит облегчение и удовлетворение, несмотря на трудности в воплощении или какие-либо препятствия.

Шаги по принятию решения о нарушении

конфиденциальности

Шаг 7. На основе анализа принятие твердого решения.

Если есть сомнения, то нужно еще раз пройтись по таблице: вероятно, что-то было упущено. На этом этапе в размышлениях стоит поставить точку.

Шаг 8. Составление плана последовательных действий.

Шаг 9 (необязателен). Сообщение в методический отдел принятого решения и его аргументирование в письменном виде.

Шаг 10. Действование в соответствии с принятым решением и составленным планом.

Трудности, которые могут возникнуть при консультировании родителей

- Родители не признают своей ответственности за психологическое здоровье ребенка, прячут «за ширмой» то, что реально происходит в семье. Считают, что это дело психолога – разобраться и вылечить ребенка.
- Родители недостаточно образованы и развиты, чтобы понять психолога и прислушаться к нему. Пренебрежительно относятся к психологии и психологическим методам.
- Родители имеют свои психологические проблемы, которые не собираются решать, но которые вызывают и поддерживают негативное психологическое состояние ребенка. Например, мать не любит своего ребенка, потому что он похож на отца, с которым она развелась, - в результате ребенок ведет себя истерически.

Эффективная организация работы с родителями предполагает опору на следующие основополагающие принципы.

Первый — обеспечение эмоциональной безопасности для родителей. Психологическая работа, как неизвестная родителям, может вызвать у них страх неопределенности, страх нового. А, как известно, страх изменений у современных россиян и так выражен достаточно сильно. Поэтому поначалу взаимодействие должно быть организовано через знакомые, понятные родителям формы. *Если родитель отказывается от взаимодействия с психологом, у него есть на это причины.*

Второй — это открытость и конгруэнтность психолога, умение избежать негативного переноса в отношении родителей. Это означает, что психолог осознает и принимает свои истинные чувства, поэтому может быть открытым в отношении родителей. А возникающие у себя чувства обиды, раздражения, злости, страха в отношении родителей умеет исключать из процесса взаимодействия. Поэтому он и дает им право скептически относиться к советам, право иметь и проявлять в отношении психолога различные чувства. *Если родитель испытывает в отношении психолога негативные чувства, это не означает, что он конечный человек.*

Третий — необходимость мотивирования родителей к взаимодействию с психологом различными способами. Как уже говорилось, большинство родителей не знают ничего о роли психолога и его возможностях. Поэтому может возникнуть либо страх взаимодействия (вдруг психолог увидит то, что не хотелось бы показывать), либо недооценка его значимости, но и в том и в другом случае возникает стремление избежать его. Мотивирование необходимо еще и потому, что взаимодействие с психологом может актуализировать у родителей собственные внутриличностные конфликты. Поэтому у них мотивация к взаимодействию должна быть сильнее собственного сопротивления к работе. *Если родитель не приходит на встречу к психологу — это означает, что его неправильно позвали.*

Памятка – алгоритм по проведению консультации с родителями суицидента

Этапы консультирования	Основные задачи	Рекомендации консультанту.
1 этап. Первичная контактно - ознакомительная беседа	<ol style="list-style-type: none">1. Установление эмоционально-содержательного контакта с родителями.2. Разъяснение родителям задач консультирования.3. Формирование у родителей реалистической установки на сотрудничество.4. Оказание родителям лично-психологической поддержки.	Предупреждать возможность формирования у родителей установки на получение готового рецепта, лёгкости в разрешении возникших трудностей.
2 этап. Системно-целевая беседа - интервью	<ol style="list-style-type: none">1. Отработка истории развития ребёнка.1. Получение информации о состоянии здоровья ребёнка.2. Сбор информации о социальной обстановке жизни ребёнка.3. Обсуждение особенностей поведения, общения ребёнка внутри- и внесемейного взаимодействия.	<ol style="list-style-type: none">1. Рассматривать данную беседу как этап консультирования и обучения родителей навыкам системно-целевого анализа возникающих проблем.2. Не забыть выразить родителям уважение и признательность в связи с непростой аналитической работой, которую они смогли осуществить.

<p>3 этап. Совместный анализ выявленной проблемы</p>	<p>Анализ чувств и переживаний ребёнка, мотивов его поступков, намерений, желаний, целей во взаимосвязи с широким контекстом социально-педагогической и психологической информации, собранной на предшествующем этапе.</p>	<p>Итог работы – рекомендации по анализу поступка, возникшей проблемной ситуации.</p>
<p>4 этап. Итогово-проектировочная заключительная беседа.</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подведение итогов обследования, определение сущности и причин возникновения проблемы и её обострения. 2. Совместная разработка системы эффективных мер и действий. 3. Обсуждение перспектив развития личности ребёнка в следствие принятой программы действий. 	<ol style="list-style-type: none"> 1. Необходимо помочь близким ребёнка снять чувство тревоги, сориентировать их на практические действия 2. Желательно вести беседу одновременно с обоими родителями. 3. Оговорить необходимость посещения социальным педагогом семьи дома. 4. Школьников необходимо рассматривать как активных участников консультативного процесса, спроектировав их участие в планируемом разрешении имеющихся проблем.

Общая характеристика беседы с родителями в процессе консультирования

ПРЕДПОСЫЛКИ УСПЕШНОГО КОНСУЛЬТИРОВАНИЯ

- доверительные, откровенные отношения с родителями обследуемого ребенка
- безусловное уважение и признание той обеспокоенности, которую обратившиеся в консультацию люди испытывают в связи с ребенком
- участие одновременно обоих родителей

Первые встречи с родителями

- необходимо уделить специальное внимание обсуждению целей и задач консультирования;
- способствовать формированию у родителей установки на совместный и разносторонний анализ проблем ребенка;
- специальных разъяснении требует также направление ребенка на консультацию к другим специалистам;
- необходимо предупредить их о возможных трудностях, осложнениях и препятствиях в процессе поиска форм психологической помощи, а затем — и в ходе ее реализации.
- На любом этапе консультативной работы психолог должен стремиться облегчить переживание родителями тяжелых чувств, привлечь их внимание к позитивным сторонам проблемы, нацеливать на активный поиск возможных ее решений.

Цели беседы, проводимые по итогам случая

- 1) подробное обсуждение общего состояния психического развития ребенка, а также характера, степени и причин выявленных трудностей, условно-вариантного прогноза его дальнейшего развития;
- 2) совместная разработка системы конкретных мер помощи или специальной коррекционной программы;
- 3) обсуждение проблем родителей, связанных с ребенком, их отношения к его трудностям;
- 4) планирование последующих встреч или разъяснение необходимости консультаций у специалистов другого профиля (в случае необходимости).

Критерии оценки эффективности беседы

- могут ли родители достаточно уверенно действовать на основе тех сведений и рекомендаций, которые они получили от консультанта?
- максимально подробное обсуждение конкретных результатов, полученных в ходе обследования ребенка.
- родителям полезно иметь на руках психологическое заключение, написанное ЯСНЫМ, ПОНЯТНЫМ ЯЗЫКОМ.

Психокоррекция

- Позитивная динамика в ходе коррекционного процесса может привести к достижению планируемого эффекта, если изменения в поведении, установках, эмоциональных состояниях ребенка находят понимание и отклик у родителей и ближайшего социального окружения ребенка.
- Коррекции подлежит не только развитие личности самого ребенка, но и социальная ситуация развития в целом, вся система взаимоотношений между ребенком и его социальным окружением, построение которой есть результат совместных усилий как самого ребенка, так и родителей, педагогов и воспитателей.

Этапы психокоррекции

Этап	Задача	Итог
Предварительный	обоснование целесообразности и необходимости проведения коррекционных занятий с ребенком	выработка конкретных рекомендаций по преодолению трудностей в развитии и принятие решения об участии ребенка в коррекционной программе; формирование адекватных ожиданий родителей в отношении результатов коррекционной программы
Начальный	начало проведения коррекционных занятий с ребенком	включение ребенка и родителя в коррекционную работу с предварительной подготовкой (объяснением ребенку целей и задач занятий); формирование у родителей установки на необходимость собственного саморазвития, повышения психолого-педагогической компетентности.

Этапы психокоррекции

Этап	Задача	Итог
Коррекционный	реализация коррекционных занятий с ребенком	осуществление коррекции в соответствии с целями и задачами программы; поддержание систематического контакта ребенка с родителями на протяжении всего хода коррекционных занятий
Заключительный	завершение коррекционных занятий с ребенком	подведение итогов коррекционных занятий; проведение специальной беседы-консультацию с родителями и педагогами; разъяснение сущности достигнутых результатов; формулировка индивидуальных рекомендаций по оптимизации общения и взаимодействия с ребенком так, чтобы обеспечить перенос достигнутого ребенком в практику реальных жизненных отношений.

Цели беседы, проводимой психологом-консультантом по итогам всестороннего изучения общего состояния психического развития ребенка

Этап	Цель	Рекомендация
Начало	подробное обсуждение общего состояния психического развития ребенка, а также характера, степени и причин выявленных трудностей, условно-вариантного прогноза;	побудить родителей к свободному, откровенному обсуждению проблем ребенка, выяснению интересующих их вопросов
Второй этап	совместная разработка системы конкретных мер помощи или специальной коррекционной программы	сообщение результатов психологического обследования; конкретные данные помогают преодолеть ошибочные представления о характере и степени трудностей ребенка.

Цели беседы, проводимой психологом-консультантом по итогам всестороннего изучения общего состояния психического развития ребенка

Этап	Цель	Рекомендация
Третий	обсуждение проблем родителей, их отношения к трудностям ребенка;	обсуждается специальная программа действий
Заключение	планирование последующих встреч (в случае необходимости)	обсуждается отношение родителей к проблемам ребенка и планируются последующие встречи.
Эффективность беседы оценивается по тому, могут ли родители более или менее уверенно действовать на основе тех сведений и рекомендаций, которые они получили от консультанта.		

Важной задачей консультанта являются снятие чувства тревоги у близких ребенка, опасений за него и одновременно углубление понимания его трудностей, усиление чувствительности к потребностям ребенка.

ФОРМЫ РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

Коллективные	Индивидуальные
<ul style="list-style-type: none">◦ работа с родителями в группе,◦ работа с родителями в парах,◦ родительское собрание,◦ родительский комитет,◦ встречи за "круглым столом",◦ тематические психологические консультации и т. д.	<ul style="list-style-type: none">◦ индивидуальное консультирование,◦ беседа,◦ инструктаж и др.

- Традиционные формы работы с родителями.
 1. Родительские собрания.
 2. Общешкольные и общественные конференции.
 3. Индивидуальные консультации педагога-психолога.
 4. Посещение на дому.
- Нетрадиционные формы работы с родителями.
 1. Тематические консультации.
 2. Родительские чтения.
 3. Родительские вечера.

Распространенные направления работы с родителями по профилактике суицида

- Систематическое разностороннее педагогическое просвещение родителей, т. е. ознакомление их как с основами теоретических знаний, так и с практикой работы с учащимися.
- Привлечение родителей к активному участию в учебно-воспитательном процессе.
- Формирование у родителей потребности в самообразовании.

Патронаж семей суицидентов

- Родителям ребенка, совершившего суицидальные действия, сообщаются основные особенности суицидального поведения у детей и подростков. При этом объясняется, что важно найти ту степень заботы о ребенке, которая не трансформировалась бы в гиперопеку.
- При данном варианте коррекция семейных отношений включала в себя:
 - - разъяснение родителям ребенка, совершившего суицидальную попытку, особенностей развития и проявлений его суицидального поведения; требование отказаться от поиска “виновного” в случившемся;
 - - обязанность родителей контролировать регулярное и своевременное посещение ребенком суицидолога, прием лекарственных препаратов (в случае их назначения); соблюдение им рекомендованного режима дня;
 - - проведение семейной психотерапии, направленной на гармонизацию взаимоотношений между всеми членами семьи (отец, мать, братья, сестры, и др.).

Информирование родителей

- Издание информационно-методических пособий: «В воспитании детей не бывает каникул», «Стили родительского воспитания и их влияние на личность ребенка».
- Проведение просветительской работы с родителями, направленной на предупреждение невротизации ребенка

Родительские собрания, лектории

- «Возрастные психолого-педагогические особенности (младший школьник, подросток)»;
- «Наши ошибки в воспитании детей»;
- «Причины подросткового суицида. Роль взрослых в оказании помощи подросткам в кризисных ситуациях»;
- «Родители меня не понимают или как услышать подростка»;
- «Родительская любовь»;
- «Как подготовиться к экзаменам и сохранить здоровье»;
- «Капля никотина убивает верблюда»;
- «Серьезный мир несерьезных подростков»;
- «Про «Это»...» (подростковая сексуальность);
- «Доброе начало, или Как помочь первокласснику адаптироваться к школе»;
- «Понять. Простить. Принять»;
- «Я бы в дворники пошел... или Как не отбить у детей желание учиться»;
- «О любви – взрослые и дети»;
- «Школьная травля, как один из подводных камней школьной жизни»;
- «Ваш ребенок—пятиклассник»;
- «Родители и дети – поиски взаимопонимания»;
- «Правовые основы семейного воспитания: права и обязанности родителей и детей»;
- «Курение и статистика»;
- «Давайте будем учиться вместе со своими детьми»

Практико-ориентированные семинары

Программы нацеленные на факторы, повышающие риск суицида:

- злоупотребление наркотическими веществами
- импульсивное поведение
- депрессия
- отсутствие социальной поддержки
- семейные разногласия
- слабые навыки решения межличностных проблем
- социальная изоляция
- низкая самооценка

Факторы, снижающие эффективность традиционных методов работы с родителями суицидентов

- Формальность
- Внешняя мотивация
- Несистемность
- Нетематичность (Не все вопросы касаются профилактики суицидального поведения)
- Неконкретность (Могут даваться общие рекомендации по улучшению эмоционального климата в семье)

Нетрадиционные методы, которые могут быть более эффективны в профилактике суицидального поведения

- Мотивирующее анкетирование
- Индивидуальная рассылка материалов с использованием социальных сетей
- Обсуждение в группах и диалогах (создаваемых родителями) социальных сетей поведенческих признаков суицидального поведения

Примеры вопросов для анкеты

Инструкция: Оцените наличие суицидальных намерений в физиологической, эмоциональной, поведенческой сфере подростков.

1. Изменились привычки отхода ко сну у подростка?
2. Преобладает мрачное настроение?
3. Прервались социальные контракты?
4. Встречаются «признаки прощания» (раздача долгов, подарков, написание «прощальных» писем)?
5. Присутствуют фантазии и мысли о смерти? Насколько часто встречаются? Каков характер?
6. Произносятся суицидальные высказывания («Я вам больше не помешаю...», «Вы меня больше не увидите»)?
7. Имеются ли ранние суицидальные попытки. Сколько? Какой тяжести? Что послужило поводом?
8. Подросток копит медикаменты?
9. Снизилась успеваемость в школе?
10. Поведение приобрело саморазрушающий, аутоагрессивный характер?

Создание групп кризисной поддержки для родителей детей, находящихся в «группе риска» как мера вторичной профилактики

- В группу приглашаются только те родители, у детей которых, по результатам диагностики, были выявлены высокие показатели суицидального поведения.
- Групповая беседа начинается с обсуждения результатов диагностики. К родителям при этом приходит понимание, что они не одни с проблемой суицидального поведения детей, у них имеется возможность снизить эмоциональное напряжение участием в групповой динамике.
- Психолог предоставляет родителям мотивационные анкеты и дает домашнее задание провести наблюдение и заполнить бланки (там могут быть отмечены те же признаки, что и в анкете)
- Группа встречается раз две недели (или каждую неделю), на каждой встрече родители предоставляют результаты наблюдений – цель уменьшить количество признаков суицидального поведения у детей; ставятся определенные сроки достижения данной цели; родитель чувствует ответственность не только перед своей семьей, но и перед группой
- Психолог может давать индивидуальные задания родителям (см. материалы для родителей), направленные на улучшение коммуникации с детьми и переключение подростков на конструктивные формы

Родительские группы и принципы их организации

Действенность групповых занятий.

Принципы организации групповой работы:

- 1) предмет дискуссии - дети и способы взаимодействия с ними родителей;
- 2) все члены группы имеют право на свободное участие в дискуссии;
- 3) ведущий не является абсолютным авторитетом, единственным источником информации и суждений, которые должны быть приняты всеми членами группы.

Функции групповой работы с родителями

- *коммуникативная* - создание и сплочение родительского коллектива как совокупного субъекта педагогической деятельности;
- *лично-ориентированная* - самоопределение, актуализация личной ответственности, снятие ограничений и раскрытие ресурсов родителей;
- *содержательная* - решение проблем;
- *инструментальная* – выработка навыков анализа реальных ситуаций, формирование умения коллективной творческой деятельности, овладение навыками самоорганизации и самоуправления;
- *умение слушать и взаимодействовать с другими участниками.*

Этапы развития группы родителей

- предварительная стадия,
- стадия формирования,
- конфликт,
- консолидация,
- эффективная работа.

Предварительная стадия

Психолог оформляет заказ на совместную работу родителей:

- четко формулирует задачу, которая будет поставлена перед родителями;
- создает необходимые условия ее функционирования.

Этап формирования

Задача психолога заключается в том, чтобы:

- стимулировать процессы группообразования (сплочения),
- создать обстановку доверия,
- задать первичные нормы общения и способы взаимодействия.

Фаза конфликта

Психолог:

- активизирует процессы осмысления происходящего,
- ориентирует участников работы на понимание, развитие своих позиций и умение услышать позицию другого.

Этап консолидации

- переход на этап понимания каждым членом группы значения совместной работы и своего места в этом пространстве.

Проявление некоторых психологических эффектов в содержательном слое работы

- эффект группового давления;
- фактор смещения риска.

Правила групповой работы родителей

- "здесь и теперь"
- доверия и откровенности
- участия, конфиденциальности.

Факторы, определяющие эффективность групповой работы

- степень инициативы, самостоятельности и ответственности за результаты общей работы каждого члена группы,
- степень взаимопонимания, взаимоподдержки,
- готовность к продуктивному сотрудничеству,
- совместимость,
- удовлетворенность проделанной работой и т.д.

Функции психолога, ведущего групповую работу с родителями

- Руководящая
- Экспертная
- Аналитическая
- Посредническая
- Мобилизирующая
- Консультирующая

Формы работы с родителями

- «Мозговой штурм» / «брейнсторминг»
- Активизация творческого потенциала группы родителей
 - "Реверсированная мозговая атака", или "разнос«;
 - "Список прилагательных и определений«;
 - "Ассоциации«;
 - "Коллективная запись";
 - "Запись на листе«;
 - "Большая мечта"

Формы работы с родителями (только в сплоченных и замотивированных группах)

• **Работа в парах**

ПРЕИМУЩЕСТВА

- появляется возможность получить обратную связь и поддержку;
- в паре участники могут легче идентифицировать себя с другими (идентификация - способ понимания другого человека через осознанное или бессознательное уподобление его самому себе);
- способствует развитию эмпатии (эмпатия - понимание другого человека на уровне чувств и эмоционального отношения, является основой для такого человеческого явления, как дружба);
- взаимодействие в паре создает напряжение, которое помогает проявиться личности;
- работа в парах облегчает процессы самораскрытия, самоисследования и самопознания.

Перед началом работы родители выделяют интересующие их темы, формулируются вопросы

Игры

- Игра - модель социального взаимодействия средство усвоения социальных установок.

Функции игры:

- познавательная;
- коммуникативная;
- разрешающая;
- объединяющая;
- организующая;
- развивающая;
- настраивающая;
- психотерапевтическая.

Игры

Схема проведения игры (И. Бачков)

- создание игровой проблемной ситуации;
- "проживание" проблемной ситуации, развертывание игрового сюжета;
- подведение итогов игры; анализ игровой ситуации; обсуждение хода и результатов игры, действий и переживаний участников.

Используются следующие *игровые методы*: ситуационно-ролевые игры, дидактические, творческие, деловые, разогревающие.

Материалы для родителей

- Отношения “Родители и дети” - важнейший компонент в работе с суцидальными пациентами является осознание последними своих ролей в семейных отношениях. Когда родители не замечают истинных потребностей ребенка в чувственном принятии, в создавшейся атмосфере эмоциональной холодности с ориентацией на формализованные отношения в семье , все это толкает подростка в своем самовыражении и отрицании сложившейся ситуации на крайние меры, в том числе в попытку обращения внимания на собственное существование через самоубийство.

Что необходимо знать родителям детей и подростков

- Почему ребенок решается на самоубийство?
 - - нуждается в любви и помощи;
 - - чувствует себя никому не нужным;
 - - не может сам разрешить сложную ситуацию;
 - - накопилось множество нерешенных проблем;
 - - боится наказания;
 - - хочет отомстить обидчикам;
 - - хочет получить кого-то или что-то

Что может сделать родитель?

- быть внимательным к своему ребенку;
- уметь показывать свою любовь к нему;
- откровенно разговаривать с ним;
- уметь слушать ребенка;
- не бояться прямо спросить о самоубийстве;
- не оставлять ребенка один на один с проблемой;
- предлагать конструктивные подходы к решению проблемы;
- вселять надежду, что любая ситуация может разрешиться конструктивно;
- привлекать к оказанию поддержки значимых для ребенка лиц;
- обратиться за помощью к специалистам

Чего нельзя делать родителям

- читать нотации;
- игнорировать человека, его желание получить внимание;
- говорить «Разве это проблема?», «Ты живешь лучше других» и т.д.;
- спорить;
- предлагать неоправданные утешения;
- смеяться над подростком.

Советы внимательным и любящим родителям

- показывайте ребенку, что вы его любите;
- чаще обнимайте и целуйте;
- поддерживайте в сложных ситуациях;
- учите его способам разрешения жизненных ситуаций;
- вселяйте в него уверенность в себе;
- помогите ребенку проявить свои переживания через игры, рисунки, лепку, увлечения.

Эти слова ласкают душу ребенка...

- -Ты самый любимый!
- -Ты очень много можешь!
- -Спасибо!
- -Что бы мы без тебя делали!
- -Иди ко мне!
- -Садись с нами!
- -Расскажи мне, что с тобой?
- -Я помогу тебе...
- -Я радуюсь твоим успехам!
- -Чтобы ни случилось, твой дом – твоя крепость!
- -Как хорошо, что ты у нас есть!

Скорая помощь ребенку

<i>Если Вы слышите</i>	<i>Обязательно скажите</i>	<i>Запрещено говорить</i>
«Ненавижу всех...»	«Я чувствую, что с тобой что-то происходит. Давай поговорим об этом» «Я чувствую, что ты подавлен.»	«Когда я был в твоём возрасте...да ты просто несешь чушь!»
«Все безнадежно и бессмысленно»	Иногда мы все так чувствуем себя. Давай обсудим, какие у нас проблемы, как их можно решить»	«Подумай о тех, кому хуже, чем тебе»
«Всем было бы лучше без меня!»	«Ты много значишь для меня, для нас. Меня беспокоит твое настроение. Поговорим об этом»	«Не говори глупостей. Поговорим о другом»
«Вы не понимаете меня!»	«Расскажи мне, что ты чувствуешь. Я действительно хочу тебя понять»	«Где уж мне тебя понять!»
«Я совершил ужасный поступок»	«Я чувствую, что ты ощущаешь вину. Давай поговорим об этом»	«И что ты теперь хочешь? Выкладывай немедленно!»
«У меня никогда ничего не получается»	«Я чувствую, что ты сейчас ощущаешь недостаток сил. Давай обсудим, как это изменить»	«Не получается – значит, не старался или плохо старался!»

- Очень тяжело фиксировать попытки суицида, поскольку во многих случаях родители не обращаются в медучреждения или сами попытки не считаются таковыми.

Страх перед наказанием

- Родители часто не задумываются, что добившись такими целями послушания ребенка, они включают его инстинкт самосохранения и животные эмоции страха, но когда он адаптируется в этой ситуации, осмолтрится, реально ее оценит, то сочтя ее безопасной, может тут же позволить себе запретные (запрещаемые родителями) действия. Исследования доказали, что в результате различных наказаний у ребенка формируются неблагоприятные черты характера и личностные особенности: такие дети больше подвержены влиянию чужого примера; у таких детей чаще формируется поведение «Вечного Протеста»

Родители могут привить ребенку навыки преодоления, совладания со сложными ситуациями, научить справляться со стрессом

- 1. Сохранять, поддерживать, культивировать благоприятную, спокойную, доброжелательную атмосферу в семье. Доброжелательное спокойствие членов семьи поможет убедить подростка, что не все потеряно, есть выход.
- 2. Всегда воспринимать проблемы и переживания ребенка серьезно, какими бы несущественными они ни казались
- 3. Стараться регулярно общаться, разговаривать с ребенком на темы, связанные с его переживаниями, чувствами, эмоциями. Обязательно-но обсуждайте ближайшее и далекое будущее.
- 4. Не препятствовать подростку в принятии самостоятельных решений (не влияющих на жизнь и здоровье его и других людей). Постарайтесь задавать открытые вопросы, которые требуют от ребенка подумать и ответить, не ограничиваясь односложным «да» или «нет» (например: «Какие «за» и «против» этого решения?», «На что это больше всего повлияет?», «Что подсказывает твоя интуиция?»).
- 5. Научить ребенка выражать свои эмоции в социально приемлемых формах (агрессию через активные виды спорта, физические нагрузки; душевные переживания через доверительный разговор с близкими, приносящий облегчение). Часто подростку сложно рассказывать о своих переживаниях родителям или сверстникам.
- 6. Поощрять физическую активность ребенка. Старайтесь не вынуждать подростка тратить силы на то, что ему не интересно, но постарайтесь определить совместно с подростком, каким активным дополнительным занятием он хотел бы заниматься.
- 7. Поддерживать и стимулировать творческий ручной труд подростка.
- 8. Заботиться о том, чтобы подросток «принимал» свое тело, не отвергал свои телесные ощущения (в этом помогут занятия йогой, специальные психологические тренинги). Старайтесь сохранять контакт с взрослеющим ребенком, в том числе на телесном уровне (объятия, прикосновения, поглаживания).
- 9. Поощрять ребенка к заботе о близких (старшее поколение, младшие дети, домашние питомцы). Приятные необходимые обязанности, ощущение, что «кто-то от меня зависит», «без меня не справится», «я нужен кому-то» являются в жизни дополнительным ресурсом для подростка.
- 10. Поддерживать семейные традиции, ритуалы.
- 11. Стараться поддерживать режим дня подростка (сон, режим питания). Чаще давайте подростку возможность получать радость, удовлетворение от повседневных удовольствий (вкусная еда, принятие расслабляющей ванны, красивая одежда, поход на концерт, в кафе и т.д.).
- 12. Научить ребенка применять навыки расслабления, регуляции своего эмоционального состояния (см. далее) в сложных, критических для него ситуациях.

Что могут сделать родители, чтобы не допустить попыток суицида

- Сохраняйте контакт со своим ребенком. Важно постоянно общаться с подростком, несмотря на растущую в этом возрасте потребность в отделении от родителей.
- Говорите о перспективах в жизни и будущем. У подростков еще только формируется картина будущего, они видят или совсем отдаленное будущее, либо текущий момент.
- Говорите с ребенком на серьезные темы: что такое жизнь? в чем смысл жизни? Что такое дружба, любовь, смерть, предательство? Эти темы очень волнуют подростков, они ищут собственное понимание того, что в жизни ценно и важно.
- Сделайте все, чтобы ребенок понял: сама по себе жизнь – эта та ценность, ради которой стоит жить. Если ценность социального успеха, хороших оценок, карьеры доминирует, то ценность жизни самой по себе, независимо от этих вещей, становится не столь очевидной.
- Дайте понять ребенку, что опыт поражения также важен, как и опыт в достижении успеха.
- Проявите любовь и заботу, разберитесь, что стоит за внешней грубостью ребенка.
- Найдите баланс между свободой и несвободой ребенка.
- Вовремя обратитесь к специалисту, если поймете, что вам по каким-то причинам не удалось сохранить контакт с ребенком.

А также материалы из
предыдущих презентаций

Дополнительные материалы

С багажом базисных приобретений от родителей,
**причина «виновата школа» весьма условна, это
лишь верхушка айсберга, основная причина, то
есть первопричина – гораздо глубже.**

Но ее так неприятно и больно сознавать самому
близкому окружению ребенка, что, чтобы
обезопасить себя от боли, чувства вины, стыда и
бессилия, в целях самосохранения психики,
первопричина просто вытесняется из сознания.

**События в школе или любые другие причины
могут стать пусковым механизмом, но не
основной причиной.**

Запреты (Боб и Мери Гулдинг)

1. Не живи (не существуй): «Ты причинил мне боль, когда родился»
2. Не будь собой: «Ну ты — вылитый отец»
3. Не будь ребенком : «Ты уже большой, чтобы...», «Не будь ребенком!», «Ты что, маленький!»
4. Не взрослей / Не расти: «Ты еще маленький», «Вот когда вырастешь...»
5. Не достигни этого / Не достигай / Не делай успехов: «Ну куда ты лезешь!»
6. Нельзя (не делай ничего) / Не делай
7. Не высовывайся / Не будь лидером / Не будь значимым: «Будь скромнее!», «Не высовывайся!», «Как тебе не стыдно, тебя же все видят!»
8. Не связывайся: «Что ты делаешь, ведь у тебя отец...», «Вспомни, кто ты!»
9. Не будь близким / Не доверяй: «Держи дистанцию!»
10. Не будь здоров (не будь психически здоров): «Вы ведь знаете, какой это слабенький, болезненный ребенок»
11. Не думай: «Да... Ну, ты умник». Скрытый: («Он думает не так ... как я».
12. Не чувствуй: «Мальчики не плачут. Будь смелым!», «Мне холодно, одень свитер!», «Я голодна, что ты будешь есть?» Скрытый: «Не чувствуй как ты, чувствуй как я»
13. Не принадлежи: «Ты отличаешься от других людей», «Ты застенчивый»

Предписание «Не живи»

Не живи (Сгинь, Умри). Если вы хотели покончить жизнь самоубийством, то, вероятнее всего, ваши сценарные послания включали предписание «Не живи». По-видимому, это будет справедливым и в тех случаях, если вы чувствовали себя ущемленным, ненужным или нелюбимым. Возможно, вы помните, как отец говорил вам: «Я убью тебя за это!» или «Чтоб ты сгинул!». Подобные вербальные послания позволяют сделать вывод о наличии данного предписания, хотя оно могло быть передано невербальными сигналами в более раннем возрасте.

Зачем родители отдают ребенку предписание «Не живи»? По-видимому, это происходит потому, что в своем эго-состоянии Ребенка родитель чувствует, что собственный ребенок мешает или угрожает ему. Предположим, молодой человек женится и становится отцом. Видя, что его жена отдает все свое внимание новорожденному, отец может с помощью резиновой ленты вернуться в детство. Не осознавая этого, он будет проживать то время, когда ему было два года, и в его семье только что появился новый ребенок. В двухлетнем возрасте он серьезно боялся того, что ему уже никогда не будут уделять достаточно внимания. Как он мог вернуть любовь матери? По-видимому, единственный для него шанс заключался в том, чтобы убить младенца. Став взрослым, он может невербально проявлять ту же потребность в убийстве по отношению к своему ребенку.

Предписание «Не живи»

Или, возможно, у женщины уже есть несколько детей, и она больше не хочет их иметь. «Совершенно случайно» она все же рождает еще одного ребенка. В эго-состоянии Ребенка она кричит: «Нет! Не хочу больше! Хочу, чтобы уделяли внимание моим желаниям!» Она, скорее всего, будет подавлять ярость своего Ребенка, не признаваясь в этом даже себе, тем не менее, скрытыми способами она передает родившемуся ребенку свой отказ от него. При этом может никогда не улыбаться и редко разговаривать с ним, даже если и ухаживает за малышом.

В тех случаях, когда родитель оскорбляет ребенка физически или вербально, послание «Не живи» передается открыто. При анализе сценария такое предписание выявляется довольно часто. Это странно, поскольку оно может иметь смертельные последствия. Необходимо помнить, что ребенок может чувствовать угрозу смерти из-за поведения родителей или внешних событий, которые взрослому кажутся абсолютно безобидными. Кроме того, маленький ребенок не может провести границы между поступками и желаниями. Возможно, желая смерти своему брату, ребенок решил: «Я — убийца и заслуживаю смерти» и отдал себе предписание «Умри». То же самое может произойти, если мать в скрытом виде передает своему ребенку следующее послание: «Ты причинил мне боль, когда родился». (Берн назвал это сценарием Разорванной матери.) В этом случае ребенок может решить: «Своим рождением я причинил матери боль, следовательно, опасен для людей и заслуживаю мучений или смерти». Мать может сказать: «Если бы не ты, я могла бы закончить институт, или поехать в турне, или вышла бы замуж за приличного человека».

Предписание «Не живи»

Если «Умри» является обычным предписанием, то почему большинство людей не кончают жизнь самоубийством? К счастью, люди делают все возможное, чтобы остаться в живых. В первые годы жизни ребенок, имеющий предписание «Умри», вероятно, принимает сложные решения, чтобы защитить себя от фатального исхода. Эти решения могут быть приняты в виде: «Я буду жить, пока...». Многоточие может быть заполнено различными решениями, например: «... буду много работать» или «... если не буду сближаться с людьми».

Предписание «Не будь собой»

Не будь самим собой. Это предписание может передаваться ребенку родителями, у которых родился мальчик, а они хотели девочку или наоборот. При этом их невербальное послание будет: «Не будь мальчиком (девочкой)». Это может выразиться в выборе имени ребенку: девочку могут назвать мужским именем, а мальчика — женским. Девочку будут одевать «под мальчика», а мальчика — «под девочку». Во взрослой жизни человек, имеющий предписание «Не будь мальчиком (девочкой)», может продолжать носить одежды и иметь привычки, соответствующие другому полу. «Не будь самим собой» является более общим предписанием и передается обычно посланием: «Не будь самим собой, будь другим ребенком». Родители могут предпочитать младшего ребенка старшему или брата сестре. Мать, чувствуя неприязнь к своему ребенку, может постоянно сравнивать его с другими детьми: «Маленький Джонни уже катается на двухколесном велосипеде — какой умница! А ведь он на год младше тебя». В данном случае мать хранит образ желаемого «идеального ребенка». Поэтому она положительно реагирует лишь на те аспекты своего реального ребенка, которые напоминают этот образ, и игнорирует остальные. Родители могут высказывать такие мысли: «Ты похож на неудачника дядю Гарри». В этом случае, чем больше ребенок напоминает своим поведением дядю Гарри, тем больше поглаживаний получает.

Предписание «Не будь ребенком»

Не будь ребенком. Существует еще одно предписание, передаваемое родителями, которые в своем эго-состоянии Ребенка чувствуют угрозу со стороны собственного ребенка. Однако, вместо того, чтобы убрать ребенка со своего пути, Ребенок в родителе говорит: «Здесь есть место только для одного ребенка — и этот ребенок я. Тем не менее, я буду терпеть тебя, если ты будешь вести себя как взрослый, а не как ребенок». Позднее это может выражаться в таких вербальных посланиях: «Ты уже большой, чтобы...» или «Большие мальчики не плачут».

Предписание «Не будь ребенком» передают также родители, которые никогда не вели себя как дети, и поэтому чувствуют угрозу в детском поведении. Возможно, они воспитывались в строгих семьях, где мерилom ценности человека были конкретные дела и поступки.

Иногда это предписание внушают себе старшие или единственные в семье дети. Видя спор между отцом и матерью, единственный ребенок может прийти к решению: «Единственный человек поблизости — это я. Поэтому именно я являюсь причиной конфликта и, следовательно, должен его разрешить. Нужно побыстрее вырасти и взять на себя ответственность». Таким же образом старшие дети могут решить, что они ответственны за своих младших братьев и сестер.

Если вы неуютно чувствуете себя с детьми, то, по-видимому, несете с собой предписание «Не будь ребенком». Это справедливо и для случаев, когда вы не можете вести себя раскованно и поэтому чувствуете дискомфорт на вечеринках или в других подобных ситуациях, связанных с развлечениями и удовольствиями. Иногда предписания «Не радуйся» («Не получай удовольствия») рассматриваются как варианты «Не будь ребенком». Конечно, для того, чтобы получить радость или удовольствие, нам необязательно находиться в эго-состоянии Ребенка. Однако, если вы ребенком решили, что радуются и получают удовольствие только дети, а вам отводилась роль маленького взрослого, то будете привязывать себя резиновой лентой к этому детскому решению, когда вам как взрослому нужно расслабиться.

Если вы получаете слишком много удовольствий, то вас могут назвать ленивым или порочным. Здесь, возможно, действует вера в то, что если вам слишком хорошо, то может случиться нечто плохое.

Следовательно, чтобы быть подальше от греха, не надо чувствовать себя слишком хорошо и не испытывать большую радость.

Предписание «Не взрослей / Не расти»

Не расти (оставайся маленьким). Младший ребенок в семье часто получает предписание «Не расти». Возможно, в эго-состоянии Ребенка родители не хотят, чтобы дети выросли, так как свою ценность они видят в исполнении роли хорошего отца или матери. Когда их ребенок становится взрослым, они более не чувствуют своей значимости в этом мире. И наоборот, подобное предписание могут передавать родители, которые сами так и не стали взрослыми. Поэтому их послание направлено на то, чтобы ребенок остался их маленьким товарищем по играм. Иногда предписание «Не расти» может восприниматься как «Не покидай меня». Это послание может нести женщина среднего возраста, которая ухаживает за матерью преклонного возраста.

Другим вариантом «Не расти» является предписание «Не будь привлекательной (сексуальной)». Подобное послание передается отцом своей дочери, когда она в определенном возрасте становится женственной. В Ребенке отец боится своей сексуальной реакции на нее и физически отделяется от нее. Маленькая девочка может воспринять это как предписание не становиться взрослой и привлекательной женщиной.

Предписание «Не достигни этого / Не достигай / Не делай успехов»

Не достигай (не делай успехов). Это предписание передает родитель, который в своем Ребенке ревниво относится к успехам и достижениям своего сына или дочери. Предположим, что отец вырос в бедной семье, вынужден был работать с пятнадцати лет и не имел возможности учиться в институте. В результате его многолетнего труда он и его дети в настоящее время достигли материального благополучия. Он платит за то, что его дочь ходит в престижную школу, после окончания которой она будет иметь возможность поступить в университет. Видя успехи дочери, отец может чувствовать родительскую гордость. Однако, не осознавая этого, в эго-состоянии Ребенка он испытывает черную зависть к открывающимся перед дочерью перспективам, которых у него никогда не было. Что, если она достигнет успехов в учебе? Может быть, это будет свидетельством того, что она лучше его? Предписание «Не делай успехов» он может передавать дочери невербально, в то время как на поверхностном уровне он даже может призывать ее хорошо учиться.

Школьник, который принял сценарное решение подчиниться предписанию «Не делай успехов» обычно хорошо учится в школе и старательно выполняет все задания. Однако, во время экзаменов он, возможно, будет уклоняться от них. Он может переволноваться и уйти с экзамена или «забыть» сдать какую-то важную работу. У него может даже наступить психическое расстройство.

Предписание «Нельзя (не делай ничего) / Не делай»

Не делай (ничего не делай). Собирательное послание «Не делай» означает: «Ничего не делай, потому что все, что ты делаешь, настолько опасно, что лучше вообще ничего не делать». Если кто—либо во взрослой жизни не знает, что ему нужно предпринять, при этом постоянно ощущая бесполезность своих действий и никогда ничего не предпринимая, чтобы изменить это положение, то он несет это сценарное послание.

Послание «Не делай» передается родителем, который в Ребенке страшится мысли, что его ребенок наделает вреда, если освободится от родительской заботы. Основания для подобного испуга скорее лежат в основе сценария самого родителя, нежели в реальной действительности. Родитель, испытывающий подобный страх, может сказать: «Джонни, пойди посмотри, что делает твоя младшая сестра, и скажи ей, чтобы она этого не делала».

Предписание «Не высовывайся / Не будь лидером / Не будь значимым»

Не будь значимым (не будь лидером, не высовывайся). Люди, имеющие подобное послание, боятся играть ведущую роль. Они теряются, когда их просят выступить на собрании. Подчиняясь предписанию «Не будь лидером», такие люди могут успешно работать в роли подчиненных, при этом они или не добиваются продвижения по службе или отказываются от выгодного предложения. Одним из вариантов этого предписания является послание: «Не проси того, что ты хочешь».

Существует еще одно сценарное послание, вызванное неприятием родителем своего ребенка. В этом случае родитель будет невербально передавать из своего эго-состояния Ребенка следующее послание: «Я буду терпеть тебя, малыш, пока ты не поймешь, что ты и твои желания здесь ровно ничего не значат».

Предписание «Не будь близким / Не доверяй»

Не будь близким. Предписание «Не будь близким» может включать запрет на физическую близость. В таком виде оно часто формируется у родителей, которые редко ласкают друг друга или ребенка. Кроме того, это послание может означать «Не будь эмоционально близким». Подобная форма послания обычно передается из поколения в поколение в семьях, в которых не принято говорить о своих чувствах.

Ребенок может сам передать себе предписание «Не будь близким» в ответ на постоянный отказ родителя от физического контакта. При этом ребенок может постоянно тянуться к родителям, которые никак на него не реагируют. Со временем он может решить, что его стремление к близости не стоит той боли, которую он испытывает при отказе.

Одним из вариантов «Не будь близким» является послание «Не доверяй». Подобное послание воспринимается ребенком, родитель которого или неожиданно исчезает или умирает. Не способный понять подлинные причины родительского исчезновения, ребенок может прийти к выводу: «Больше я никогда не буду доверять окружающим людям, даже если буду в них нуждаться». «Не доверяй» может быть также воспринято ребенком в тех случаях, когда родитель оскорбляет, пытается обмануть или использовать его в своих целях. В этом случае решение ребенка будет следующим: «Для того чтобы защититься, я буду держаться от тебя подальше». Если подобные решения привносятся во взрослую жизнь, то такой человек может постоянно подозревать окружающих его людей. Даже если они будут хорошо к нему относиться, он все равно будет считать, что его отвергают. Если другой человек несмотря ни на что не отвергает его, он может затеять ссору, а после разрыва сказать: «Я же говорил, что так и выйдет!»

Предписание

«Не достигни этого / Не достигай / Не делай успехов:»

Не достигай (не делай успехов). Это предписание передает родитель, который в своем Ребенке ревниво относится к успехам и достижениям своего сына или дочери. Предположим, что отец вырос в бедной семье, вынужден был работать с пятнадцати лет и не имел возможности учиться в институте. В результате его многолетнего труда он и его дети в настоящее время достигли материального благополучия. Он платит за то, что его дочь ходит в престижную школу, после окончания которой она будет иметь возможность поступить в университет. Видя успехи дочери, отец может чувствовать родительскую гордость. Однако, не осознавая этого, в эго-состоянии Ребенка он испытывает черную зависть к открывающимся перед дочерью перспективам, которых у него никогда не было. Что, если она достигнет успехов в учебе? Может быть, это будет свидетельством того, что она лучше его? Предписание «Не делай успехов» он может передавать дочери невербально, в то время как на поверхностном уровне он даже может призывать ее хорошо учиться.

Школьник, который принял сценарное решение подчиниться предписанию «Не делай успехов» обычно хорошо учится в школе и старательно выполняет все задания. Однако, во время экзаменов он, возможно, будет уклоняться от них. Он может переволноваться и уйти с экзамена или «забыть» сдать какую-то важную работу. У него может даже наступить психическое расстройство.

Предписание «Не будь

здоров»

Не будь здоров. Представим себе, что мать и отец занятые люди, которые много работают, и, хотя они и любят свою дочь, у них не хватает времени уделять ей достаточно внимания. Когда же она заболевает, мать остается дома и ухаживает за своей больной дочерью, а отец читает ей сказки перед сном, что он делает очень редко. В своем проницательном Маленьком профессоре девочка записывает следующее решение: «Для того чтобы получать внимание, я должна болеть». Не осознавая этого и без злого умысла, родители передают ребенку предписание «Не будь здоровой». Если она сохранит это послание во взрослой жизни, то, возможно, будет применять сценарную стратегию заболеть, когда не все идет гладко дома или на работе.

Иногда послание «Не будь здоровым» передается с помощью оценочных определений, когда родители говорят родственникам или знакомым: «Вы ведь знаете, это слабенький болезненный ребенок». Предписание «Не будь здоровым» часто передается ребенку родителем или родственником, страдающим каким-то психическим расстройством. В этом случае ребенку оказывают внимание лишь тогда, когда он ведет себя как сумасшедший.

Предписание «Не думай»

Не думай. Предписание «Не думай» может передаваться родителем, который постоянно принижает способности ребенка мыслить. Маленький Джеймс с гордым видом показывает отцу свое творение — первую попытку написать свое имя. Отец презрительно ухмыляется и говорит: «Ну, ты и умник!» Послание «Не думай» может передаваться, например, истеричной матерью, которая наставляет свою дочь так: «Когда женщины хотят добиться чего-либо от мужчин, они перестают думать и живут чувствами». Послание «Не думай» может также означать: «Думай о чем угодно, только не о решении неотложных проблем». Подчиняясь предписанию «Не думай», взрослый человек не сможет решать трудные проблемы и будет чувствовать себя не в своей тарелке. Другими вариантами послания «Не думай» являются предписания «Не думай о х» (где х может означать секс, деньги и т.д.) и «Не думай о своих проблемах, а думай о моих проблемах».

Предписание «Не чувствуй»

Не чувствуй. Послание «Не чувствуй» может передаваться родителями, которые сами сдерживают свои чувства. В некоторых семьях существует запрет на любое проявление чувств. Гораздо чаще бывает так, что одни чувства разрешаются, а другие запрещаются. Таким образом, предписание «Не чувствуй» может восприниматься как «Не сердись (Не выходи из себя)», «Не испытывай страх» и так далее. Иногда это послание может быть прочитано как «Чувствуй что-либо, но не показывай это». Некоторые дети получают предписание, предписывающее большее, чем просто не испытывать какое-либо чувство. Отцы маленьких мальчиков, например, постоянно наставляют последних: «Большие мальчики не плачут» или «Будь храбрым, как солдат», при этом эти лозунги воспринимаются как «Не испытывай печаль» и «Не испытывай страх».

В некоторых семьях послание «Не чувствуй» означает «Не испытывай физических (телесных) ощущений». Это предписание дается в раннем детстве и, если оно достаточно сильно, то может стать причиной серьезных проблем во взрослой жизни. Например, у ребенка, получившего предписание не испытывать голод, могут развиваться болезни, связанные с пищеварением. По мнению ряда терапевтов ТА, послание «Не испытывай физических ощущений» лежит в основе некоторых психозов. Одним из вариантов этого предписания является послание «Не чувствуй сам, чувствуй как я». При этом мать может говорить своему сыну: «Я голодна. Хочешь ли ты есть?» или «Мне холодно, одень свитер».

Предписание «Не принадлежи»

Не принадлежи. Индийский лидер Пандит Неру как-то сказал: «Когда я нахожусь среди европейцев, я чувствую себя индусом. Когда я среди индусов, я чувствую себя европейцем». Вполне возможно, что он получил от своих родителей предписание «Не принадлежи». Человек, подчиняющийся предписанию «Не принадлежи», чувствует себя чужаком среди людей, и поэтому его, вероятно, будут считать нелюдимым и замкнутым.

Это послание в виде определения может передаваться родителями, которые постоянно твердят своим детям, что они отличаются от других детей, что они застенчивые или трудные. В другом случае родители могут культивировать это предписание из-за своего неумения общаться.

Спасибо за внимание!