

ГРУППА ПОДДЕРЖКИ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ДЕТЕЙ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Цель оказания услуги: профилактика инвалидного стиля жизни семьи, воспитывающей ребенка с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ), через создание условий для взаимоподдержки семей и нормализации их жизни;

Целевая группа услуги: родители и другие члены семьи, в которой воспитывается ребенок с ОВЗ.

Краткое описание деятельности по услуге

Услуга предполагает групповую работу с родителями под руководством психолога, направленную на преодоление психологических проблем, связанных с воспитанием ребенка с ОВЗ (чувство вины, стыда, страхи, ощущение одиночества и бессмысленности жизни), и на получение поддержки от других семей.

Количество человек в группе: 7–15, продолжительность курса: 10–15 занятий; средняя продолжительность одного занятия: 3 академических часа.

Основные задачи специалистов, оказывающих услугу:

- создание в групповом пространстве атмосферы доверия и условий, позволяющих родителям делиться своими эмоциями, сближения и объединения членов группы;
- улучшение эмоционального состояния родителей;
- коррекция иррациональных ожиданий от ребенка;
- предоставление родителям знаний о возрастных особенностях детей, об особенностях конкретных нарушений развития, о способах установления конструктивных отношений с ребенком и другими членами семьи, другой информации по запросу участников группы;
- обучение навыкам ненасильственной коммуникации и взаимодействия с ребенком в конфликтных ситуациях;
- формирование навыков, позволяющих конструктивно решать проблемы во взаимоотношениях с другими членами семьи, представителями более широкого социума;

- разрешение проблем во взаимодействии с медицинским (педагогическим и др.) персоналом;
- построение перспективы на будущее, снижение тревоги за дальнейшую жизнь ребенка;
- нахождение дополнительных ресурсов помощи для ребенка и семьи;
- преодоление изоляции детей и родителей от социума;
- разрешение трудных ситуаций в конкретных случаях.

Нормативно-правовое обеспечение услуги

Услуга соответствует существующим нормативным и правовым актам, не требует дополнительного нормативно-правового обеспечения деятельности на региональном и муниципальном уровне. Соответствует международным и национальным стандартам.

Конфиденциальность информации о клиенте

В процессе оказания услуги и после нее специалистами сохраняется конфиденциальность информации о клиентах, которая обеспечивается учреждением, оказывающим услугу, в порядке, принятом в данном учреждении и в соответствии с Федеральным законом Российской Федерации от 27 июля 2006 г. №152-ФЗ «О персональных данных».

Содержание деятельности по оказанию услуги

1. Подготовительный этап

Цель: формирование целевой группы, исследование потребности родителей в групповой работе, исследование и формирование мотивации для работы в группе; планирование работы в группе.

Продолжительность: 2 недели.

Основные мероприятия:

- составление программы работы группы;
- подготовка и представление рекламы о группе (стендовые материалы, встречи потенциальных участников с родителями, уже получившими эту услугу);
- подготовка анкеты-опросника для изучения потребности в групповой работе, временных возможностей родителей, планирования удобного

для целевой группы времени занятий; предложение родителям заполнить данную анкету;

- планирование параллельной услуги для детей (например, группа кратковременного пребывания), которая позволит родителям оставить ребенка на время занятий в группе;
- личные беседы с родителями, желающими принять участие в занятиях, для проявления и формирования мотивации для работы в группе.

2. Диагностический этап (рекомендуемый)

Цель: исследование особенностей эмоционального состояния участников группы и детско-родительских отношений в семье для определения основного фокуса работы с каждым участником группы; в дальнейшем – отслеживание эффективности работы группы.

Продолжительность: как одна из частей одного-двух занятий (либо можно дать родителям бланки диагностических опросников для заполнения дома).

Основные мероприятия:

- диагностика особенностей эмоционального состояния участников группы и детско-родительских отношений в семье. По выбору ведущих могут быть использованы следующие психодиагностические методики (одна-две): цветовой тест отношений; проективный рисунок «Я и мой ребенок»; тест для измерения родительского напряжения *The Caregiver Strain Questionnaire*; тест для определения родительского отношения *ОРО* и другие. Возможно использование специально разработанных анкет;
- индивидуальное консультирование родителей.

Результаты диагностики ведущие должны обсудить с родителями в процессе индивидуального психологического консультирования до начала занятий в группе.

3. Практический этап. Оказание групповой психологической помощи и организация взаимоподдержки родителей, воспитывающих детей с ОВЗ.

Цель: создание условий для взаимоподдержки семей и нормализации их жизни; а также профилактика инвалидного стиля жизни семьи.

Продолжительность: 10–15 занятий, 1 занятие в неделю, средняя продолжительность одного занятия – 3 академических часа.

Основные мероприятия: занятия группы поддержки.

В задачи групповой работы входит:

- создание в групповом пространстве атмосферы доверия и условий, позволяющих родителям делиться своими эмоциями, их сближение и объединение;
- нормализация эмоционального состояния родителей; отработка переживаний, связанных с рождением больного ребенка: чувства вины, стыда, агрессии;
- коррекция иррациональных ожиданий от ребенка;
- предоставление родителям знаний о возрастных особенностях детей, об особенностях конкретных нарушений развития, о способах установления конструктивных отношений с ребенком и другими членами семьи, другой информации по запросу участников группы;
- обучение навыкам ненасильственной коммуникации и взаимодействия с ребенком в конфликтных ситуациях;
- формирование навыков, позволяющих конструктивно решать проблемы во взаимоотношениях с другими членами семьи, представителями более широкого социума. Разрешение проблем во взаимодействии с медицинским (педагогическим и др.) персоналом;
- построение перспективы на будущее, снижение тревоги за дальнейшую жизнь ребенка;
- нахождение дополнительных ресурсов помощи для ребенка и семьи;
- преодоление изоляции детей и родителей от социума;
- разрешение трудных ситуаций в конкретных случаях.

Предлагаемая тематика занятий представлена в Приложении 1. Планирование тематики занятий могут осуществлять и участники группы. План занятия представлен в Приложении 4.

4. Аналитический этап

Цель: анализ эффективности работы группы.

Основные мероприятия и их продолжительность:

1. Итоговая психологическая диагностика предлагается родителям на заключительном занятии. Используются те же методики, которые предлагались родителям перед началом работы группы. Результаты итоговой диагностики рекомендуется обсудить с родителями на индивидуальном консультировании.

2. Рефлексивная беседа с участниками группы о том, что дала им группа взаимоподдержки. Проводится также на последнем занятии.
3. Заполнение родителями анкеты-опросника по итогам работы группы. Может проводиться на последнем занятии или после окончания занятий дома.
4. Заполнение родителями анкеты-опросника через некоторое время после окончания работы группы (например, через полгода), поскольку одним из критериев эффективности является сохранение связи между членами группы, оказание ими взаимоподдержки в неформальном режиме.

5. Заключительный этап

Цель: осуществление непрерывной взаимоподдержки членов группы.

Продолжительность: по желанию членов группы. Может продолжаться сколько угодно долго.

Основные мероприятия: неформальные встречи членов группы (при желании, родители могут приглашать на эти встречи и ведущих), совместный отдых, выезды на экскурсии, выезды на природу.

Оценка эффективности деятельности по оказанию услуги

№	Критерии оценки эффективности	Способы оценки эффективности	Инструменты оценки эффективности
1	Регулярность посещения родителями групповых занятий	Учет посещаемости	Ведение журнала посещаемости
2	Развитие позитивного взаимодействия родителей с детьми (в том числе отсутствие насилия)	1. Анкетирование родителей до начала группы и после ее окончания. 2. Супервизия.	1. Специально разработанные анкеты и психодиагностические методики, направленные на диагностику детско-родительских отношений (ОРО, PARY и другие). 2. Заключение супервизора.
3	Улучшение общего	1. Анкетирование ро-	1. Специально разрабо-

	эмоционального состояния родителей	дителей до начала группы и после ее окончания. 2. Рефлексивная беседа. 3. Супервизия. 4. Обращения родителей за индивидуальной психологической помощью.	танные анкеты и психодиагностические методики, направленные на диагностику особенностей эмоционального состояния, уровня стресса и напряжения (цветовой тест отношений; проективный рисунок «Я и мой ребенок»; тест для измерения родительского напряжения <i>The Caregiver Strain Questionnaire</i> и другие). 2. Заключение супервизора.
4	Сохранение родителями связи вне группы	Отсроченное анкетирование родителей	Специально разработанная анкета
5	Более активное участие родителей в жизни общества	Отсроченное анкетирование родителей	Специально разработанная анкета
6	Способность оказывать поддержку другим родителям детей с ОВЗ	Отсроченное анкетирование родителей	Специально разработанная анкета

Организационные основы деятельности по оказанию услуги

Обязательные мероприятия перед началом деятельности по услуге:

- составление программы работы группы;
- информирование родителей о начале работы группы;
- подготовка и представление рекламы о группе (стендовые материалы, встречи потенциальных участников с родителями, уже получившими эту услугу);
- подготовка анкеты-опросника для изучения потребности в групповой работе, временных возможностей родителей, планирования удобного для целе-

вой группы времени занятий; предложение родителям заполнить данную анкету;

- планирование параллельной услуги для детей (например, группа кратковременного пребывания), которая позволит родителям оставить ребенка на время занятий в группе;
- личные беседы с родителями, желающими принять участие в занятиях, для проявления и формирования мотивации для работы в группе.

Противопоказания для оказания услуги

1. *Девиянтное поведение родителя.* Противопоказания имеют лица, которые посещают занятия в алкогольном или наркотическом опьянении. Все остальные (нарушающие социальные нормы поведения), должны отсеяться на подготовительном этапе (в ходе личных бесед с потенциальными участниками группы).

2. *Нарушения психического здоровья,* не позволяющие человеку участвовать в групповой работе, например, состояние психоза, маниакальная стадия маниакально-депрессивного синдрома, бредовые состояния, выраженные нарушения интеллекта. Это случаи для индивидуальной работы, поскольку в данных состояниях человек может не позволить другим членам группы получить качественную помощь в процессе занятий. Более легкие нарушения не являются противопоказанием для групповой работы. В любом случае необходима личная беседа с человеком, для того чтобы понять, может ли он участвовать в групповой работе.

Одновременное количество получателей: 7–15 человек.

Оптимальная продолжительность получения услуги клиентом: 10–12 занятий, средняя продолжительность занятия – 3 академических часа. При частоте занятий 1 раз в неделю продолжительность получения услуги примерно 2,5–3 месяца.

Доступность услуги для клиентов целевой группы – одно социальное или психолого-педагогическое учреждение на район.

Контекст существования услуги

Организации, на базе которых может реализовываться данная услуга: учреждения социальной защиты, реабилитационные центры, центры психолого-медико-социального сопровождения, специальные коррекционные образовательные уч-

реждения. Учреждения системы дополнительного образования, оказывающие психолого-педагогические услуги детям с ОВЗ и их семьям, например, Дом детского творчества, Центр гуманитарного образования и пр. Общественные организации, оказывающие помощь и поддержку детям с ОВЗ и их семьям.

Связь с другими услугами. Данная услуга связана с другими услугами для детей с ОВЗ и их семей:

- *Оказание мультидисциплинарной ранней помощи детям от 0 до 4 лет с ОВЗ.* В группе поддержки могут участвовать родители детей, получающих раннюю помощь.
- *Нормализация жизни ребенка с ОВЗ в семье.* Группа поддержки может рассматриваться как одна из форм нормализации жизни родителей.
- *Сопровождение семьи, затронутой проблемой ВИЧ.* В группе поддержки могут заниматься ВИЧ-инфицированные родители либо их дети.

Связь с другими организациями. При оказании услуги возможна связь со всеми организациями, в которых оказывается помощь детям с ОВЗ и их семьям: медицинскими, образовательными учреждениями, учреждениями социальной защиты, общественными организациями. Родители, дети которых получают помощь в данных организациях, могут быть включены в группу поддержки.

Работа с общественностью. Информирование населения об оказании услуги может осуществляться с помощью СМИ. Родители, по окончании получения услуги в организации, могут самостоятельно создавать общественные организации для дальнейшей взаимоподдержки.

Документооборот в процессе деятельности по услуге

Рекомендуемый список документов по услуге:

- список участников группы;
- программа работы группы: тема каждого занятия и примерное содержание занятий;
- журнал учета посещаемости группы;
- сводная таблица результатов диагностики: до начала занятий и после их окончания (если она проводилась);

- аналитический отчет ведущих группы поддержки, отражающий результативность деятельности по услуге.

Диагностический инструментарий

Цветовой тест отношений Люшера; проективный рисунок «Я и мой ребенок»; тест для измерения родительского напряжения *The Caregiver Strain Questionnaire*; тест для определения родительского отношения (ОРО).

Возможно использование специально разработанных анкет.

Особенности порядка ведения и заполнения рабочих документов:

- список участников группы формируется до начала работы группы;
- программа работы группы также формируется до начала работы группы. При проведении занятий в нее могут вноситься коррективы;
- журнал учета посещаемости группы заполняется после каждого занятия;
- информация из сводной таблицы результатов диагностики является конфиденциальной и может быть доступна только ведущим и родителям.

Кадровое обеспечение деятельности по услуге

Количественный состав команды специалистов услуги: 2 психолога – ведущих группы (либо один психолог и один педагог), один из них – основной ведущий, второй – соведущий, который участвует в подготовке занятий на первом этапе, включается в групповую работу и обсуждения, дает обратную связь основному ведущему. Также соведущий вместе с основным ведущим отслеживает эффективность групповой работы.

Квалификационные требования к основному ведущему:

- *образование:* высшее психологическое,
- *стаж:* не менее 3 лет;
- *опыт работы:* с детьми с ОВЗ и/или их родителями, опыт ведения групповой психологической работы;
- *повышение квалификации (периодичность):* 1 раз в начале деятельности по оказанию данной услуги, затем по обоснованной рекомендации супервизора;

- *необходимость супервизии (периодичность):* 1 раз в месяц в период оказания услуги.

Квалификационные требования ко второму ведущему:

- *образование:* высшее психологическое или высшее педагогическое;
- *стаж:* не менее 1 года,
- *опыт работы:* с детьми с ОВЗ и/или их родителями, опыт участия в групповой работе;
- *повышение квалификации (периодичность):* 1 раз в начале деятельности по оказанию данной услуги, затем по обоснованной рекомендации супервизора.
- *необходимость супервизии (периодичность):* 1 раз в месяц в период оказания услуги.

Знания и ценностные установки, обязательные для специалистов, участвующих в мероприятиях по услуге

Ведущие группы должны обладать следующими знаниями:

- знание общей психологии;
- возрастной психологии;
- психологии семейных отношений;
- специальной психологии;
- психологии семьи ребенка с ОВЗ.

Специалисты, ведущие группу поддержки, должны уметь создать атмосферу безопасности и доверия в группе. Для этого необходимо безусловно принимать всех участников группы, какие бы чувства они ни вызывали. Ведущие должны обладать следующими профессионально важными качествами:

- эмпатия, а именно способность сочувствовать и сопереживать;
- умение слушать;
- эмоциональная устойчивость: несмотря на эмоциональную вовлеченность в проблемы родителей, способность трезво рассуждать, грамотно задавать вопросы и вести беседу; умение справляться с эмоциональным выгоранием;
- гибкость: умение чутко реагировать на меняющееся состояние и потребности родителей;

- оптимизм: самому верить в изменения к лучшему и внушать эту веру родителям.

Материально-техническое обеспечение деятельности по услуге

Требования к помещению: помещение площадью не менее 30 кв. м.

Техническое обеспечение: мягкие стулья или кресла по количеству участников группы и ведущих, доска для демонстрационных материалов (плакатов); место для хранения конфиденциальной информации (данные диагностики, сводные таблицы); планшеты или столы (для арт-терапии), музыкальный центр (для релаксации); видеоаппаратура (для показа видеоматериалов и их обсуждения).

Расходные материалы:

- ватман, бумага, фломастеры;
- для арт-терапии – акварельная бумага, восковые мелки, глина, пластилин;
- для диагностических материалов – офисная бумага, картридж для принтера.

Предупреждения и советы

<i>Типичные трудности, встречающиеся в процессе деятельности по услуге</i>	<i>Рекомендации по преодолению типичных трудностей</i>
Трудности в решении сложных ситуаций, трудности ведения дискуссий в группе	Выработка собственного мнения по вопросам, решаемым в группе. Изучение техник ведения дискуссий и бесед. Помощь супервизора.
Снижение посещаемости группы некоторыми родителями	В каждом конкретном случае важно выяснить причину плохой посещаемости. Возможно, она не зависит от особенностей группы и ведущих и кроется в других обстоятельствах. Если родителям не с кем оставить ребенка – поможет параллельная услуга для детей.
Эмоциональное выгорание ведущих	Развитие ведущими умения конструк-

	тивно решать собственные проблемы и снимать напряжение. Помощь супервизора.
--	---

Практики, взятые за основу

<i>Территории, где наиболее полно реализована услуга</i>	<i>Региональные особенности</i>
Москва, РБОО «Центр лечебной педагогики»	Группа поддержки родителей сочетает в себе групповую терапию, взаимоподдержку, семинары и клубную работу.
Санкт-Петербург, НОУПК «Санкт-Петербургский Институт раннего вмешательства»	Интегративный родительский клуб ориентирован прежде всего на взаимоподдержку родителей.
Благотворительный фонд «Даунсайд ап»	Пока у детей проходят занятия со специалистами по расписанию, родители участвуют в работе группы поддержки.
Санкт-Петербургский фонд «Новые шаги»	Группы поддержки проводились на базе школы «Ковчег» (Москва) и летних выездных фестивалей, проводимых школой.

Приложение 1

Примерная тематика занятий

Первое занятие посвящено знакомству участников с ведущими и друг с другом, выработке общегрупповых правил. Большое внимание важно уделить созданию атмосферы безопасности, открытости. Возможно знакомство с индивидуальными историями. Ведущим необходимо сориентироваться в потребностях участников. Также возможен выбор вместе с группой наиболее интересных тем для следующих занятий. Среди них могут быть:

- родительские установки и их осознание;
- работа с раздражением, злостью, гневом;
- о важности понимания и принятия чувств ребенка;
- язык принятия и язык непринятия;

- поощрения и наказания;
- работа с чувством вины и стыда;
- о предоставлении ребенку самостоятельности и свободы выбора;
- права родителя и ребенка;
- манипулятивное поведение;
- конфликты и способы их разрешения;
- построение перспективы будущего;
- семья ребенка с ОВЗ и общество: детский сад, школа, медицинское учреждение, общественные места;
- подростковые и юношеские проблемы;
- супружеские разногласия;
- о снятии напряжения и уменьшении стресса;
- помощь в решении трудных ситуаций.

Родители могут предлагать и другие интересующие их темы.

Для достижения задач занятий существуют разнообразные психотехники, использующиеся в различных психокоррекционных направлениях: арт-терапии, гештальт-терапии, рациональной психотерапии, социально-психологическом тренинге, социодраме и др. Ведущий может использовать те из них, которыми владеет лучше всего.

Приложение 2

Примерная структура занятий:

- *приветствие участников*, первый «эмоциональный круг», когда участники рассказывают о том, с какими чувствами, мыслями, пожеланиями к работе группы они пришли. Возможно, у кого-то из участников возникла острая проблема, и ему необходима помощь группы, чтобы в ней разобраться. В таком случае, группа работает в режиме «скорой помощи», фокусируясь на данной проблеме. Если участники готовы работать над первоначально заявленной темой, ведущий приступает к основной части занятия;
- *«разминка»*: короткая игра или упражнение, позволяющая участникам снять напряжение, расслабиться, настроиться на групповую работу;
- *основная часть*. Ведущий делает в доступной для родителей форме краткое теоретическое вступление по теме занятия, затем предлагает группе

поучаствовать в дискуссии, беседе, обсуждении индивидуальных историй, психотехнических упражнениях и играх, направленных на проработку темы (формы групповой работы подбирает ведущий). После каждого вида групповой работы участники обсуждают опыт, который приобрели в процессе игры или упражнения (чувства, которые испытывали; мысли, которые возникли; навыки, которые хотелось бы перенести в повседневную жизнь);

- *заключительная часть*, когда участники говорят о том, что полезного и важного было для них на занятии, что не понравилось, высказывают свои пожелания на будущее.

По желанию ведущего, можно давать родителям домашнее задание.

Приложение 3

План группового занятия на тему «Поощрения и наказания»

1. *Приветствие*. Первый эмоциональный круг. Родители рассказывают, как они себя чувствуют, как прошла неделя, как чувствует себя ребенок, какие у них есть пожелания на сегодняшнее занятие.
2. *Разминка*. Психогимнастическое упражнение: посмотреть на соседа справа и сказать, с каким месяцем ассоциируется этот человек. Затем все рассаживаются по порядку месяцев в году и вновь, глядя на соседа справа (но это уже другой человек), объясняют, почему у этого человека именно такой месяц.
3. Ведущий озвучивает *тему занятия*, вкратце рассказывает об основных функциях поощрения и наказания: поощрения служат для подкрепления желательного поведения, а наказания – для прерывания нежелательного поведения.
4. *Упражнение «Наказание»*. На фоне расслабления родителям предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: «Что вы чувствовали тогда? Каковы были ваши телесные ощущения? О чем вы тогда думали? Что вам хотелось сделать?» Обсуждение. (Обсуждение этого упражнения часто делает излишней какую-либо дополнительную информацию о негативных последствиях наказаний).
5. Группа разбивается на подгруппы (2–3), составляют *общий список поощрений и наказаний*, которыми участники пользуются в своих семьях. Затем эти

списки обсуждаются в общем кругу, выделяются типы поощрений и наказаний (можно фиксировать их на ватмане).

6. *Групповая дискуссия:* «Можно ли наказывать детей с ОВЗ?»
7. Ведущий знакомит участников с теоретическими положениями о *поощрениях и наказаниях* (Т. Гордон, И. М. Марковская):

Стремление родителей воздействовать с помощью поощрений и наград рассматривается как фактор развития у детей либо синдрома выигрывающего, либо синдрома проигрывающего. В первом случае ребенок настроен на выигрыш, на победу, высокие достижения любой ценой; во втором случае он обречен испытывать фрустрацию в течение всей жизни, так как оказался недостаточно способным, чтобы получать поощрения.

Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения (его все равно получишь). Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребенка), они должны быть четко увязаны с действиями ребенка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятерку теряет свою роль поощрения.

Наказание должно быть значимо для ребенка, иначе оно теряет свой смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Если ребенка наказывают, оставляя дома, а он при этом и не хотел идти в гости, то вряд ли это событие можно считать наказанием.

Ребенок может принимать участие в вопросах выбора поощрений и наказаний. Дети подчас бывают очень справедливы в поиске подходящего для себя наказания, чувствуя доверие, которое оказали им родители. Осуществляя выбор, они к тому же лучше запоминают, что может последовать за определенным поведением, и это повышает их ответственность.

Лучше использовать поощрения, чем наказания. Бихевиористы давно доказали в экспериментах на животных, что те лучше поддаются выработке условных рефлексов, если в качестве подкрепления используется не наказание (например, удар током), а поощрение (что-нибудь вкусненькое). Если нужное поведение поощрять, а ненужное игнорировать, то необходимые навыки формируются быстрее, чем при использовании и поощрения, и наказания.

Поощрения должны исполняться. Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребенка, им лучше выбрать реальное вы-

полное поощрение, так как поощрения обязательно должны исполняться. Мы можем установить для детей четкие рамки поведения, применяя систему поощрений и наказаний (за исключением телесных) и следя за тем, чтобы «воздаяние» было справедливо и логически вытекало из поступков детей. Приемлемыми наказаниями служат запреты, лишения чего-либо, игнорирование, отсутствие улыбки на лице матери и т. д.

Физические наказания недопустимы, бесполезны, они могут служить прерыванию нежелательного поведения (шлепок) только в очень раннем возрасте, до 2–3 лет, пока не воспринимаются ребенком как покушение на его личность. Физические наказания наносят невосполнимый урон взаимоотношениям детей и родителей. Ребенку трудно осознать, что он подвергся телесному наказанию из-за своего неверного поведения, он скорее склонен считать, что такое наказание – это проявление гнева или нелюбви со стороны отца или матери. При этом дети легко теряют веру в добрые намерения своих родителей. Чаще всего родители прибегают к побоям из-за неумения найти другой выход из затруднительной ситуации, чувствуя бессилие и растерянность. Хотя в некоторых случаях и действует установка «Меня в детстве тоже били». Демонстрируя ребенку свою несдержанность, родители не могут научить его самообладанию, не прививают ему умения справляться с отрицательными эмоциями. Один из очень нежелательных результатов частого битья – то, что ребенок начинает видеть в нем способ излить накопившийся гнев и разрешить возникшую проблему.

Реакция на побои у детей бывает разной:

- маленький ребенок, которого ударили, зачастую начинает плакать еще громче;
- ребенок чувствует себя оскорбленным и униженным;
- ребенок чувствует глубокую неприязнь к своим обидчикам;
- ребенок, которого бьют постоянно, чувствует ненависть к самому себе и окружающим.

Наиболее эффективным методом наказания, по мнению специалистов, является предоставление детям свободы выбора во всех ситуациях, где это объективно возможно, и возможности испытать на себе последствия избранного ими образа действий.

Далее следует групповое обсуждение данных положений.

8. *Упражнение «Дисциплина».* Каждый участник кратко описывает на карточке типичную для его семьи ситуацию, когда необходимы какие-либо дисциплинарные меры по отношению к ребенку. Эти карточки перемешиваются, родители распределяются по парам. Каждая пара вытягивает себе карточку с описанием ситуации, которую надо разрешить с помощью предоставления ребенку выбора и выявления его логических последствий. Групповое обсуждение найденных решений.
9. *Заключительный круг.* Родители говорят о том, что было важно для них на занятии, что они чувствуют, о чем думают, что хотели бы сделать. Высказывают пожелания к следующему занятию.

Домашнее задание: отказ от подавляющих наказаний. Применение новых методов поощрения и наказания.