МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧЕРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬОГО ОБРАЗОВАНИЯ(ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ) СПЕЦИАЛИСТОВ

« УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЦЕНТР»

КОНСПЕКТ ЗАНЯТИЯ

**«10 шагов к успеху. Работа с детьми с осложненным поведением по формированию доверительных отношений со взрослыми»**

Составитель

Педагог-психолог ЛАХМЫТКО Н.М.

Наро-Фоминск, 2012

**Цель:** сформировать модель взаимодействия взрослого и ребенка на этапе развития доверительных отношений

**Задачи:**

- определить в процессе разработки 10 этапов формирования алгоритма работы по изменению осложненного поведения ребенка;

- развивать эмпатические возможности участников группы;

- развивать коммуникативные умения слышать и слушать;

- объединить участников для решения задачи на основе партнерства;

- научить ценить и уважать не только себя, но и окружающих людей, доверять им, находить положительные стороны личности.

**Оборудование:** листы, ручки, карандаши, доска, маркеры, мешок с игрушками, листы с «Я-Высказываниями».

**Время проведения:** 2 часа.

ХОД ЗАНЯТИЯ

1. **Приветствие.**

В.: - Здравствуйте, уважаемые коллеги! Очень приятно видеть вас сегодня. Давайте познакомимся и сделаем это таким образом. Каждый по очереди будет называть свое имя и ожидания от сегодняшнего занятия. Итак, имя и ожидания…(10 мин.)

**2.Упражнение «Кот в мешке».**

В.:- В нашей жизни встречается множество ситуаций, когда мы знакомимся с новыми людьми, входим в новый коллектив, принимаем классное руководство, в класс приходит «новенький». Все мы не можем четко прогнозировать свое отношение к новым обстоятельствам, отношение нового коллектива к нам. Мы имеем дело с детьми самого разного возраста, с самыми разными запросами, самыми разными стилями поведения. Представим ситуацию, что к вам в класс пришел новый ученик. И точно установить «какой» он сразу мы не можем. Мы покупаем «кота в мешке».

В.: - Сейчас каждый из вас по очереди не вынимая объект из мешка, выберет себе ученика и опишет его личностные качества, внешность, привычки, и чего вы можете ожидать от него.

В.: - А сейчас я предлагаю вам внимательно посмотреть на своего «ученика» и описать его положительные качества.

В.: - Посмотрите, не важно, что вы получили в мешке, не важно, что вы ожидали от поведения, успехов, развития этого «ребенка». Важно то, что каждый из вас нашел те положительные черты, которые поменяли ваше отношение к этому «ребенку». Но для этого вы преодолели нечто…Что? (***например, свое отношение первоначальное, свое поведение, свои установки, свои стереотипы и т.д***)

**3. «Меняем поведение, а не ребенка».**

В.: - Трудное поведение ребенка, осложненное поведение – это поведение, с которым нам, взрослым, трудно. Трудно с ним смириться, трудно его исправить. Пытаться описать проблему трудного поведения как качества, присущего ребенку, абсолютно бесперспективно. И ставить задачу по изменению самого ребенка и его качеств – дело безнадежное. Попробуем разобраться почему. Проведем такой эксперимент. Подумайте о чем – то, что вам в себе не нравиться. Например, лишний вес или излишняя обидчивость. Опишите на бумаге свою особенность, объясните, почему это плохо и почему это следовало бы изменить, приведите убедительные доводы (н-р, лишний вес вредит здоровью и т.д.).

* Что вы чувствуете, когда говорите об этом?
* Очень ли вам неприятно думать о своих недостатках?
* Согласны ли вы, что изменить себя было бы очень неплохо?
* Есть ли желание приступить к изменением или хотя бы их обдумать?

А теперь представьте себе: этот же самый текст произносит другой человек, обращаясь к вам. Дословно, только «Я» он заменяет на «ТЫ». И объясняет вам, как вредно быть таким толстым, или как глупо обижаться по пустякам.

* Что вы чувствуете теперь?
* Как изменилось ваше настроение?
* Что произошло с желанием начать «новую жизнь»?

(***Большинство людей, проведя этот опыт, замечают: одни и те же слова, обращенные к самому себе, мало расстраивают, но в устах другого звучат обидно и неприятно***.)

В.: - Следовательно, планы по изменению своей внешности, характера или привычек, которые мы строим сами, могут вдохновлять, а те же планы, озвученные извне – вызывать сопротивление и протест. И это нормально. Мы такие, какие мы есть, и наши недостатки - тоже часть нас. Мы не хотим меняться по первому требованию каждого. И не будем. Только подумайте, что было бы, если бы нас могли изменять с помощью уговоров, объяснений и убеждений все, кого что-то в нас не устраивает? Начальник, соседи, Свекровь? Стоит меня покритиковать – и вот я уже изменился. Стоит убедительно объяснить, как я не прав – и я стал другим человеком. Страшно? К счастью, это невозможно. Люди умеют отстаивать свою целостность, свою идентичность. И взрослые умеют, и дети тоже.

По крайней мере, теперь мы знаем, почему «я ему говорю-говорю, объясняю-объясняю, а он все равно домашнее задание не выполняет». Причем, обратите внимание, наш мысленный эксперимент был невероятно щадящим. Воображаемый «другой» человек говорил только то, что вы сказали сами себе. Он не прибавлял «зла на тебя не хватает», или « уже дурак бы понял», или «как не стыдно быть таким бессовестным». Он не повышал голос. Он не критиковал вас при друзьях. Не грозился наказать, если вы ослушаетесь. Но все равно вызвал отторжение.

Что же говорить о реальных ситуациях, когда мы читаем нотации, ставим двойки, обвиняем, давим? Как только мы начинаем действовать по принципу «стань таким, как я хочу», в ответ мы получаем протест. Атмосфера накаляется, близость и доверие исчезают, отношения решаться.

Поэтому, давай те договоримся сразу: мы не ставим задачи изменить ребенка. Мы не знаем, каким он задуман, в чем смысл его жизни и как ему в будущем помогут или помешают те или иные качества. Не надо брать на себя функцию Создателя. Все проще: он делает что – то, что «отравляет» нам жизнь. И вот эту проблему мы будем решать.

**4.10 шагов к успеху.**

В.: - Скажите, что нам может не нравиться в поведении ребенка?

(***не слушается, шумит, мешает вести урок, прогуливает, хамит, врет, не выполняет домашнее задание***).

В.:- Кто может решить эти проблемы?

Нам хочется, чтобы все было наоборот. Как писал Януш Корчак «цель воспитания состоит в том, чтобы сделать ребенка удобным». Так вот: ЭТО НЕВОЗМОЖНО. Удобных детей не бывает на свете. А если бы были? Представьте себе этого ребенка: послушный, тихий, аккуратный, никогда ничего не выдумывающий, никогда ни от чего не отлынивающий – вышел бы в жизнь? Поэтому предлагаю оставить мечты об идеально ведущей себя детке и думать в более практическом ключе. На самом деле из всего, что делает «трудный» ребенок, по – настоящему нас выводят из себя только лишь 2-3 вида поведения.

Здесь работает широко известный принцип « 20 на 80». Почему – то его принято формулировать на примере пива и он гласит: 20% выпивают 80% пива, и наоборот, оставшиеся 80% людей выпивают лишь 20% оставшегося пива. И справедливо это отношение не только для пива. Действительно, 80% времени мы носим 20 % всей нашей одежды, В 80% случаев мы готовим для семьи любимы блюда, которые составляют лишь 20 % того, что мы в принципе умеем готовить.Так и с трудным поведением: 80% наших переживаний связано лишь с 20% всего того, что делает наш «особенный» ребенок. Во всех остальных случаях мы либо знаем, что делать, либо не очень расстраиваемся. Что это нам дает? Очень просто:если какое – то дело или обстоятельство более значимо, именно им и надо заниматься.

**А) МЫ ОПРЕДЕЛЯЕМ ЦЕЛЬ – ЭТО ПЕРВЫЙ ШАГ**. Один, максимум два вида поведения ребенка, которые по настоящему «отравляют» нам жизнь. Итак, наша задача - сделать неприемлемое для нас поведение приемлемым. Не идеальным и удобным – просто терпимым. Представьте себе результат. Что именно должен ребенок делать(или не делать), чтобы «жить стало легче и веселей». Что выиграйте вы? Что выиграет ребенок?

**Б) ШАГ ВТОРОЙ – А МОЖЕТ НЕ НАДО?**

В.: - Народная мудрость гласит: прежде чем что – то делать, подумайте 3 раза, а может, не стоит? И это очень правильно.

Пример с ранним развитием (ребенка учат читать в 4 года, а этот навык ему совершенно ни к чему, нет у него потребности в этом возрасте получать информацию из текста). Часто ребенку предъявляется требование вести себя так, как он не готов и не может.

В.: - Приведите пример ситуаций, когда ребенок не может себя вести по-другому и ведет себя « трудно» для нас (***плохо себя чувствует, переживает стресс, подростковый возраст, потеря, темперамент).***

Такое поведение можно немного подкорректировать, так, чтобы оно создавало меньше проблем, но избавиться от него вовсе не получится.

Поэтому, **ШАГ ВТОРОЙ – А МОЖЕТ НЕ НАДО?** Мудрость царя Соломона «И это пройдет».

**В)ШАГ ТРЕТИЙ – ТРЕТИЙ ЛИШНИЙ.** Кто этот третий, спросите вы. Прежде всего – социум, окружение. Так устроено, что воспитание детей – это дело школы. За вашим результатом следят все. И меры порицания принимают все: администрация, родители, коллеги, правоохранительные органы (КДН, ОДН и т.д.). Вы постоянно находитесь под колпаком, чувствуя себя скованно и иногда неуверенно. Львиная доля стресса учителя из-за трудного поведения ребенка – это стресс, вызванный «третьим», наблюдающим и оценивающим. Возможно, сам учитель реагировал бы гораздо спокойнее, что-то переждал, чего-то не заметил, к чему – то приспособился. Но «третий» обычно не ждать, ни терпеть, не намерен.

Это очень серьезная проблема. Решить ее вряд ли получится, но нужно хотя бы осознавать подлинные причины своего состояния, своих острых реакций на трудное поведение ребенка. И там, где возможно, смягчать стресс от присутствия «третьего».

Как можно это сделать? (***Часто помогает вовлечение «третьего» в решение проблемы, иногда «третьего» нужно поставить на место, вежливо, но твердо, можно сделать взгляд «третьего» более доброжелательным, осознайте, какую роль в стоящей перед вами проблеме играет «третий», не слишком ли большое значение вы придаете мнению окружающих, не накручиваете ли себя***).

**Г) ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ-ЧТО ИМЕННО ПРОИСХОДИТ? СОБИРАЕМ ДАННЫЕ**

В.: - изменение трудного поведения – это задача, которую вам предстоит решать. Ч то мы делаем в первую очередь, чтобы решить какую – либо задачу?

(***Изучаем исходные данные, условия, собираем информацию и т.д.)***Все верно, никому не придет в голову решать задачу, про условие которой известно только, что какие – то путники вышли из какого-то пункта и куда – то долго шли. Здесь ясно: - задачу невозможно решить, недостаточно данных. Но! Когда идет речь о поведении ребенка, взрослые (учителя и родители) часто именно так и пытаются поступить. Поэтому, **ШАГ ЧЕТВЕРТЫЙ-ЧТО ИМЕННО ПРОИСХОДИТ? СОБИРАЕМ ДАННЫЕ.**

Как вы думаете, какие данные для решения нашей задачи нам необходимо собрать?(***При каких обстоятельствах проявляется осложненное поведение? Как часто? Зависит ли это от дней недели? Уроков? Аудитории слушателей? Пытается ли ребенок сам справиться со своим поведением?Считает ли его неправильным? Было ли трудное поведение таким всегда? Что предшествовало ему? Что могло вызвать у ребенка стресс или протест?)***

Согласитесь, что после сбора данных появляется гораздо больше материала, чтобы понять, что может стоять за поведением ребенка и как надо действовать. Обычно, когда появляются идеи и гипотезы по решению проблемы, значит пора переходить к следующему шагу.

**Д) ШАГ ПЯТЫЙ – ИЩЕМ ПРУЖИНУ**

В: - Люди по своей природе ленивы. И взрослые, и дети. Мы не склонны делать то, что нам ни к чему. Тем более, мы не станем делать ничего трудоемкого, энегрозатратного, да и еще грозящего нам неприятностями, если нам нет от этого никакой пользы. Например, та же истерика, или воровство. Очень эноргозатратные мероприятия! Значит, первый вопрос, который стоит себе задать – ЗАЧЕМ РЕБЕНОК ЭТО ДЕЛАЕТ?

Разберем это на примере воровства. С какой целью ребенок может воровать чужие вещи?

1. ***У ребенка может быть не сформировано представление собственности. В этом случае потребность ребенка – разобраться в вопросах собственности.***
2. ***Воровство может быть просто привычкой, возможно ребенка этому учили, потом хвалили. В этом случае потребность ребенка-одобрение партнера.***
3. ***Нередко воруют дети, родители которых уверены, что они лучше знают, «что ему действительно нужно», ограничивают во всем и без оснований отказывают в покупке модной одежды, предметов увлечения и т.д. В этом случае потребность ребенка-«быть в порядке», не испытывать отвержения сверстников.***
4. ***Часто целью ребенка, крадущего деньги, становится подкуп одноклассников, которые готовы общаться с ним, если у него есть деньги. В этом случае потребность ребенка – быть принятым сверстниками.***
5. ***Бывает, что дети воруют, чтобы привлечь внимание родителей. В этом случае потребность – быть любимым и принятым.***
6. ***Иногда дети своим поведением пытаются воздействовать на ситуацию в семье, например, развод родителей. В этом случае потребность ребенка-близость между взрослыми членами семьи, чувство защищенности в прочной семье.***
7. ***Ребенок может воровать от безвыходности – у него вымогают деньги. В этом случае потребность – быть в безопасности, защитить себя.)***

Как мы видим, все названные ситуации не имеют никакого отношения к воровству как таковому. Его цели совсем иные: любовь, покой, безопасность, успешность. Примерно таким образом можно рассуждать о любом виде трудного поведения. И называется этот **ПЯТЫЙ ШАГ – ИЩЕМ ПРУЖИНУ.**Зачем ребенок так делает. НЕ ПОЧЕМУ. А ЗАЧЕМ.

Американский педагог Рудольф Дрейкус выделил всего 4 пружины:

* потребность привлечь к себе внимание,
* желание избежать неудачи, выяснение «кто здесь главный»,
* месть.

Даже если вы не смогли сразу определить пружину, ничего страшного. В любом случае возможных пружин конечное количество, и со второй или третьей попытки вы их найдете.

**Е) ШАГ ШЕСТОЙ – ОБЪЯСНЯЕМ, ЧТО НЕ ТАК.**

В:- «Как ты себя ведешь! Это просто ужас!» - говорим мы в сердцах ребенку. Давайте на минутку остановимся и спросим себя:к какому результату приведет эта гневная тирада? Поможет ли она ребенку вести себя лучше? Вызовет ли у него желание изменится? Повысит ли его самооценку? Единственный результат этой пламенной речи – взрослый сбросил пар, разрядился. Как мы помним, прямая критика не вызывает ничего, кроме протеста. Как только мы говорим: «Ты неправ» или того хуже «Ты плохой», ребенок в ответ начинает защищаться и спорить. Важно научиться не обвинять, а показывать негативные последствия трудного поведения. В этом незаменимы «Я – высказывания», то есть высказывания о себе, о своих чувствах.

Сравним:

|  |  |
| --- | --- |
| Как не стыдно шуметь!!!! | Я веду уже 6 урок, очень устала, не шумите, пожалуйста. |
| Почему ты меня не слушаешь? | Я хочу, чтобы ты меня услышал |
| Не смей говорить со мной таким тоном! | Мне неприятно, когда ты грубишь |
| Вы опять не убрали за собой в классе! От вас помощи не дождешься! | Я прошу вас, ребята, мне помочь убрать в классе. Помогите мне, пожалуйста! |
| У тебя совесть есть - постоянно прогуливать уроки!? | Я очень волнуюсь за тебя. |

Действенность «Я – высказываний в том, что их невозможно оспорить. Если человек говорит: « я волнуюсь, мне неприятно, я хочу, мне нужно», с этим невозможно спорить. А когда он говорит: «ты грубишь, ты прогуливаешь, ты шумишь, у тебя нет совести», сразу же возникает протест. Употребляя «Я-высказывания», мы демонстрируем ребенку, что не намерены залезать на его территорию, «учить его жить». Итак, **ШАГ ШЕСТОЙ – ОБЪЯСНЯЕМ, ЧТО НЕ ТАК.**Постарайтесь при объяснении ребенку дать понять, что вы знаете, какая потребность стоит за трудным поведением. Можно сказать: « знаю, ты очень хочешь подружиться с ребятами, и поэтому решил взять деньги и купить сладости» или «Да, я понимаю, в школу иногда идти ужасно не хочется, так и тянет прогулять». Этим вы показываете, что вы не по ту сторону баррикады, а здесь, рядом с ребенком. Что вы посягаете не на потребность как таковую, а на плохую технологию ее достижения! А значит, с вами можно иметь дело! Объясните минусы трудного поведения, говорите конкретно и доходчиво. Главное, помните: одного объяснения недостаточно. Это всего лишь один шаг из 10. Если вы им и ограничитесь, не удивляйтесь, что изменений не произойдет. Двигаемся дальше!

**Ж) ШАГ СЕДЬМОЙ – ДАЕМ НАСТУПИТЬ ПОСЛЕДСТВИЯМ.**

В.:- Скажите мне, пожалуйста, можно ли наказывать ребенка и как? ***(разные варианты ответов).*** С наказаниями вот какая проблема: во взрослой жизни НЕТ наказаний, если не считать сферу уголовного и административного права и общение с ГИБДД. Нет того, кто стал бы нас наказывать. Все проще. Опаздываем на работу постоянно – рано или поздно нас уволят. Чтобы наказать? Ни в коем случае. Просто чтобы работа шла лучше. Это не наказание – это просто естественное следствие наших поступков. Большой мир строится не на принципе наказаний и наград, а на принципе естественных последствий. Что посеешь – то и пожнешь. Не убрали в классе - занимайтесь среди бумаг и пытайтесь писать на грязной доске. Прогуляли уроки – долгожданный классный праздник переносится на неопределенный срок, а то и вовсе отменяется. Разбили окно, сломали мебель – после уроков дружно ремонтируем, либо сидим на сломанном стуле. Не стесняйтесь нестандартных поступков, и давайте последствиям наступить.

**З) ШАГ ВОСЬМОЙ – ПОМОГАЕМ ДОБИВАТЬСЯ СВОЕГО ПО – ДРУГОМУ**

В.: - Мы уже говорили о том, что трудное поведение – это прежде всего примитивные технологии достижения желаемого. Но это мы знаем, что они примитивные., и бывают способы получше. Но ребенку пока об этом неизвестно. Он не может отказаться от плохих технологий, пока не получит взамен хорошие, более эффективные. Наверное, самая распространенная ошибка учителей: говорить ребенку, что он делает не так, при этом забывая сказать или показать, а как надо – то?! Убедитесь, что вы ясно показали ребенку, какого именно поведения от него ждете взамен трудного. Часто лучше именно показать, а не объяснять. Например, ребенок говорит на повышенных тонах – сами при этом снижайте голос, спрашивайте разрешения, чтобы взять его вещи, например ручку, покажите, как правильно нужно вытирать доску и наводить в классе порядок, удержите его руку, если он замахнулся, чтобы ударить, и помогите сформулировать свой гнев в словах. Если вы требуете от детей внимательно вас слушать, но сами при обращении ребенка к вам продолжаете заполнять журнал, ничего не выйдет. Присядьте, найдите его взгляд и только тогда ведите беседу. Будьте изобретательны, помогайте ребенку найти новые способы решения проблемы. Это **ШАГ ВОСЬМОЙ – ПОМОГАЕМ ДОБИВАТЬСЯ СВОГЕГО ПО – ДРУГОМУ.**

**И) ШАГ ДЕВЯТЫЙ-ПОДДЕРЖИВАЕМ, ХВАЛИМ, ЗАКРЕПЛЯЕМ ДОСТИЖЕНИЯ.**

В.:- Чтобы проделать огромную работу по замене одних способов поведения на другие, ребенку нужно много душевных сил и веры в себя. Он сможет измениться к лучшему только в атмосфере поддержки, симпатии, принятия, заботы, доверия. Любое недовольство, отвержение, неуважение, критика подчеркивают неуспешность ребенка и усиливают его тревогу. Что мы делаем, когда не уверены в себе? Естественно, цепляемся за самые привычные, хорошо освоенные виды поведения и реакции. То есть в результате ребенок будет еще крепче держаться за те самые «плохие» технологии, от которых мы хотим его избавить. **ШАГ ДЕВЯТЫЙ-ПОДДЕРЖИВАЕМ, ХВАЛИМ, ЗАКРЕПЛЯЕМ ДОСТИЖЕНИЯ.**Очень важно поддерживать у ребенка оптимизм и веру в то, что все обязательно получится, замечать и подкреплять любой успех. Хвалите ребенка конкретно, по возможности точно описывая, что именно вам понравилось. Вы удивитесь, насколько хорошо это работает. Научите ребенка видеть и признавать собственные достижения. Всегда уверенно и позитивно говорите о будущих изменениях к лучшему. Не призывайте измениться, не требуйте, не уговаривайте, а уверенно утверждайте: так будет. Например, «у тебя много пробелов по математике, поэтому сейчас тебе трудно учиться, но мы будем заниматься, и с каждым днем будет лучше». Помните: дети нам верят. Как вы скажите, так и будет.

**К)**И последний **ШАГ ДЕСЯТЫЙ –БЕРЕЖЕМ СЕБЯ, ЛЮБИМЫХ.**

Каждый учитель должен знать, что есть такое малоприятное явление, как эмоциональное выгорание, или нервное истощение. Возникает оно тогда, когда человек подвергается слишком большим и длительным нагрузкам. Оно вызывается грузом ответственности, необходимостью постоянно вникать, помогать, искать общий язык, бесконечно вынимать у себя душевные силы и отдавать их, иногда не получая ничего в ответ. Неудивительно, что приходит чувство, что ресурсов больше нет, силы кончаются, нет больше ничего внутри, пустота, усталость, выгорание. Если вы заметили у себя признаки выгорания, срочно принимайте меры. Обязательно выделяйте время для себя. Не по остаточному принципу, «когда получится», а совершенно обязательно, «как штык». Подумайте, какие занятия вас восстанавливают? Все, что вам помогает отдохнуть или расслабиться, должно присутствовать в вашей жизни регулярно.

Важно, чтобы у вас были силы к тому моменту, когда ребенок будет готов измениться к лучшему. Главное – это отношения: уважение, близость, доверие, забота.

**5. Подведение итогов занятия. Упражнение «Стратегия жизни».**

В.:- Мы уже заканчиваем нашу работу. Что – то изменилось в каждом из нас, каждый сделал определённые открытия в себе, в окружающих, в нерешенных проблемах. Над чем – то мы успели поработать, но на этом процесс саморазвития и самосовершенствования не заканчивается. Впереди большая и серьезная работа. И сейчас я попрошу вас, основываясь на том, что вы услышали, спланировать, стратегически разработать ту линию вашего взаимодействия с «особыми» ребятами, которую вы хотите начать осуществлять прямо завтра, через неделю, через год (на ваш выбор). Стратегия может быть изображена в виде прямой, графика с точками, пунктов деятельности, реки, диаграмм. (Все листочки сдаются ведущему).

В.:- Я хочу поблагодарить вас за активное участие, за интерес, проявленный к данной теме, за искренность и глубину суждений. Доверяйте себе, своему опыту, интуиции. Не сегодня, так завтра вы обязательно придумаете, как справиться даже с самым трудным поведением, и, возможно, не за десять шагов, а еще быстрее!

Список литературы.

1.Айдакова Л. Уроки психологии в школе.-М.1993.

2.Анн. Л. Психологический тренинг с подростками. - М.2007.

3.Бернс Р. Развитие Я – концепции и воспитание. - М.2000.

4.Кипнис М. Тренинг коммуникации.– М.2007.

5.Кон. И.С. Психология юношеского возраста. – М. 1994.

6.Лебедева Н.Т. Школа и здоровье учащихся. – Минск, 1998.

7. Петрановская Л. 10 шагов по изменению трудного поведения. – М.

2010.