Реброва О.О.

Інститут спеціальної педагогіки і психології імені Миколи Ярмаченка Національної академії педагогічних наук України

ПРОГРАМА ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ БАТЬКІВ ДІТЕЙ РАНЬОГО ВІКУ З ОСОБЛИВИМИ ОСВІТНИМИ ПОТРЕБАМИ

У статті детально проаналізовано розроблену програму психологічного супроводу батьків дітей раннього віку з особливими освітніми потребами з метою оптимізації дитячо-батьківських стосунків та емоційного мікроклімату в родині. Визначено, що на успішність реабілітації дитини раннього віку, що має особливості розвитку, впливають різноманітні чинники, а основним із них є родина.

Аргументовано й узагальнено важливість роботи над дитячо-батьківською взаємодією. Розроблена програма психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, складалася з 5 зустрічей (днів), тривалістю 2,5–3 години, рекомендована кількість осіб – не більше 10. Практично кожну вправу відпрацьовують у парі. Тому ідеальними умовами вважається наявність обох батьків. Визначено, що для кожної родини, яка має дитину з обмеженими можливостями життєдіяльності, характерні свої особливості, свій психологічний клімат, який так чи інакше впливає на дитину, сприяє її реабілітації або, навпаки, гальмує її.

Представлено комплекс вправ із батьками, які орієнтовані на корекцію та стабілізацію емоційних станів у батьків, роботою над взаєминами в родині. Отже, програма психологічного супроводу батьків – це лише частина необхідної роботи у психологічній підтримці батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами. Підкреслено важливість індивідуальної роботи з батьками, що дозволить їм створити належне реабілітаційне і корекційне середовище для власної дитини, сприятиме емоційній адаптації батьків у прийнятті особливостей малюка, тобто сформувати «здорове» ставлення до його особливостей. Визначено, що повноцінна і якісна реабілітація або корекційна робота можливі тільки в разі взаємодії та спільної роботи батьків і фахівців.

Ключові слова: психологічний супровід, психологічний тренінг, родина, дитина з особливими освітніми потребами, спілкування.

Постановка проблеми. На успішність реабілітації дитини раннього віку, що має особливості розвитку, впливають різноманітні чинники. Головним із яких є родина. На наш погляд, спеціалістам, які беруть активну участь у реабілітації дитини, потрібно допомогти батькам взяти на себе роль психолога, реабілітолога, а також педагога для своїх дітей. Оскільки фахівці перебувають із дітьми лічені години, а батьки майже 24 години на добу.

Батькам буває дуже важко зрозуміти й усвідомити, у яких ситуаціях необхідно вживати особливі прийоми і способи комунікації із власною дитиною, яка має проблеми розвитку. Як відомо, кожен фахівець пропонує власне бачення вирішення проблем, оскільки вони освоюють різні методики і різні техніки реабілітації, які можуть збентежити багатьох батьків. Тому лише батьки зможуть вирішити, хто з фахівців зможе надати якісну допомогу їхній дитині. Отже, фахівцю

в такій ситуації необхідно зрозуміліше пояснити батькам, що відбувається з їхньою дитиною, надати інформацію, яка в домашніх умовах сприятиме реалізації успішної реабілітації [1].

Тому необхідно зазначити, що за наявності значної кількості реабілітаційних заходів не вистачає якісної психологічної роботи з батьками як основи успішної реабілітації дітей. І це мають бути не просто психотерапевтичні заходи, а процес, у який будуть включені й навчальні заходи, які дозволять зрозуміти, що відбувається з дитиною, заходи, які дозволять навчитися, набутти необхідних навичок для підтримки реабілітації в домашніх умовах. У результаті цього було розроблено програму психологічного супроводу батьків дітей раннього віку з особливими освітніми потребами з метою оптимізації дитячо-батьківських стосунків та емоційного мікроклімату в родині.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Багато учених-психологів досліджували у своїх

наукових працях проблематику родини, а саме: О. Бондарчук, В. Дружинін, Д. Ісаєв, З. Кісарчук, О. Лютак, Т. Титаренко й інші.

А наукові розробки дослідників І. Білої, А. Варги, І. Корнієнка, Л. Сердюка, О. Співаковської показують, що на формування особистості дитини впливає стиль виховання в родині, батьківське ставлення до неї, способи дитячо-батьківської взаємодії тощо. А дослідження особливостей родин, які виховують дітей з особливими освітніми потребами, представлено у працях Т. Зімовіної, І. Мамайчука та М. Семаго. Відомо, що основним способом психологічної підтримки батьків, що виховують дітей із проблемами розвитку, є психологічний супровід. Значний внесок щодо технологій психологічного супроводу зробили такі вчені: І. Баєва, А. Волосніков, Е. Зеєр, В. Кобильченко, Г. Ложкін, В. Мухіна, М. Савчин.

У результаті проведеного аналізу досліджень учених можна констатувати, що не на належному рівні розроблені заходи та програми, які спрямовані на психологічну підтримку батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Постановка завдання. Мета – проаналізувати програму психологічного супроводу батьків дітей раннього віку з особливими освітніми потребами з метою оптимізації дитячо-батьківських стосунків та емоційного мікроклімату в родині.

Виклад основного матеріалу дослідження. Щоби батьки стали активними помічниками своїй дитині, формували перспективний реабілітаційний простір, необхідний усебічний підхід до цього питання. Суть особистісної проблеми дитини-інваліда полягає найчастіше в завищених вимогах батьків до дитини. Так відбувається тому, що батьки не усвідомлюють, наскільки складно, а іноді й неможливо виконати будь-яку інструкцію. Або навпаки, проблема криється в зайвій ізольованості дитини від суспільства, у якому вона має жити і рости. Батьки не знають, як включити дитину в це середовище, тому що не знають меж можливостей дитини [2, с. 36].

Розроблена програма орієнтована допомогти батькам знайти свій шлях до розуміння власної дитини. Програма розрахована на 5 зустрічей тривалістю 2,5–3 години. Рекомендована кількість осіб – не більше 10. Практично кожну вправу відпрацьовують у парі. Тому ідеальною умовою вважається наявність обох батьків. Оскільки кожній родині, яка має дитину з обмеженими можливостями життєдіяльності, властиві свої особливості, свій психологічний клімат, який так чи інакше впливає на дитину, сприяє її реабілітації або, навпаки, гальмує її.

Такий чинник, як включеність батька у виховання дитини з особливими освітніми потребами, значно впливає на його психологічне самопочуття. Унаслідок відсутності включеності батька у виховання, а також з інших причин діти із проблемами розвитку часто відчують дискомфорт у родині. Така дитина в родині відчуває подвійне навантаження: неприйняття суспільством і схильність до відчуження у власній родині. Тому залучення батьків до реабілітаційного та виховного процесу є одним із завдань тренінгу.

Натепер є багато методів реабілітації, а саме: бесіди, індивідуальні психологічні консультації, психологічна допомога, рольові ігри, психологічні тренінги, групи психологічної взаємодопомоги і взаємної підтримки, як для дітей із проблемами розвитку, так і для членів їхньої родини. Усі ці заходи спрямовані на прийняття дитини, на формування психологічного клімату в родині, на встановлення внутрішнього спокою та рівноваги. Усе це дуже важливо у процесі реабілітації й абілітації дитини [3, с. 247]. Але наша програма спрямована більше на освітній процес, який сформує новий досвід взаємодії з дитиною та дозволить подивитися на свою дитину по-іншому, а значить, допоможе навчитися розуміти її краще.

Тому до кожної зустрічі був підібраний відповідний матеріал, орієнтуючись на поставлені завдання в роботі з батьками, які виховують дітей з особливими освітніми потребами.

Основні завдання роботи з батьками: усвідомлення відмінностей між внутрішнім світом дитини і дорослого, сприйняттям, емоційними переживаннями, мотивами, потребами, поведінкою, можливостями; опанування навичок аналізу поведінки дитини, виходячи з позиції самої дитини; навчання батьків корекційно-розвивальної взаємодії з дитиною; удосконалення батьківської компетентності через підвищення інформованості; формування ефективної батьківської позиції; формування усвідомлених механізмів ефективного спілкування; формування умінь і навичок конструктивної взаємодії з дітьми в родині.

Для реалізації поставлених завдань були підібрані відповідні вправи, які враховують різні особливості дітей раннього віку (інтелектуальні та рухові можливості).

Дуже часто в різних ресурсах (інтернет або друковані видання) пропонуються різні моделі роботи з батьками, які виховують дітей з освітніми потребами розвитку. Але необхідно зазначити, що в цих ресурсах є вправи, які не спрямовані на

**Програма психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей
з особливими освітніми потребами**

№	Дні	Зміст програми
1.	1 день. Ознайомлення	<ul style="list-style-type: none"> – мінілекція «Розуміння» як основа взаємодії з дитиною; – вправа «Сірники»; – обговорення вправи; – вправа «Дія без попереднього сповіщення»; – обговорення вправи; – обговорення першого дня.
2.	2-й день. Привітання	<ul style="list-style-type: none"> – мінілекція «Помилкові очікування як джерело конфлікту в дитячо-батьківських взаєминах»; – вправа «Ведене малювання»; – обговорення вправи; – вправа «Групове малювання»; – обговорення вправи; – обговорення 2-го дня.
3.	3-й день. Привітання	<ul style="list-style-type: none"> – мінілекція «Не можу, не хочу чи не розумію?»; – вправа «Бантик»; – обговорення вправи; – вправа «Лижі»; – обговорення вправи; – обговорення 3-го дня.
4.	4-й день. Привітання	<ul style="list-style-type: none"> – мінілекція «Діалог або монолог?»; – вправа «Скульптор»; – обговорення вправи; – вправа «Говори і показуй»; – обговорення вправи; – обговорення 4-го дня.
5.	5-й день. Привітання	<ul style="list-style-type: none"> – мінілекція «Емоції і переживання»; – вправа «Я в центрі уваги»; – обговорення вправи; – вправа «Шукачі»; – заключна бесіда, підбиття підсумків зустрічей.

таких дітей (наприклад, може пропонуватися розгляд ситуації, у якій дитина не має можливості виконати задану дію). Отже, у разі організації зустрічі необхідно чітко розуміти, які батьки прийдуть, які порушення мають їхні діти.

Нами була розроблена програма психологічного тренінгу для батьків, які виховують дітей з особливими освітніми потребами. Дана програма розрахована на 5 зустрічей (днів).

Детально схарактеризуємо кожен день зустрічей.

На першій зустрічі в основному збираються незнайомі люди. Вони практично завжди скуті та закриті, неохоче включаються в роботу. Тому дуже важливо правильно підібрати та провести першу вправу «Знайомство». Ця вправа може змінюватися залежно від групи. Цей процес дозволить зняти перші бар'єри, залучити учасників групи до якісно нових міркувань.

Даний вид знайомства дозволяє не тільки познайомитися учасникам групи, але і звернути увагу на те, як ми слухаємо.

Під час проведення мінілекції «Розуміння дитини як запорука успішного навчання» зазначається таке: для кожного з батьків розуміти – означає різне. Практична робота з батьками показує, що кожен розглядає «розуміння» відповідно до своєї системи координат. Для багатьох батьків розуміння своєї дитини зводиться до відповіді на питання: Чому вона плаче без видимих причин? Чому відмовляється їсти? Чому не хоче займатися? Безумовно, кожна мати хоче знати відповіді на ці питання. Однак розуміння своєї дитини залежить також від розуміння фізіологічних та інших вікових особливостей малюка. Також розуміння є важливим аспектом успішного навчання. Навчання спілкуватися, формування нових рухових або побутових навичок, навчання життя загалом. Внутрішній світ дитини сповнений нових подій і яскравих переживань, із часом вони починають структуруватися і підпорядковуватись особливим законам. Кожна дитина від народження довірливо відкриває свій світ, якщо батьки стають уважні до нього, розуміння своєї дитини стає звичкою.

Якщо звернутися до словника, розуміння – це засвоєння нового змісту і вбудовування його в систему усталених ідей і уявлень. Отже, наші усталені системи й уявлення про взаємодію, спілкування, поведінку можуть заважати нам засвоїти нове. Під «новим» розуміються несподівані моделі поведінки і моделі взаємодії дітей із батьками. Ті, які не відповідають очікуванням, збудованими усталеними моделями поведінки. У результаті ми отримуємо конфлікт між батьками і дитиною.

Як же складно буває зрозуміти власну дитину, поки вона не навчиться говорити. Однак буває і так, що цього не станеться або ж відбудеться не скоро. Тому розуміння як розуміння зверненої мови, розуміння того, що дитина сприймає з того, що ми їй говоримо, а також розуміння і вміння висловитися є для дитини важливим аспектом розвитку, виховання, просто взаємодії батьків із власним малюком. Оскільки навіть дитина, яка розуміє звернену до неї мову, не завжди може якісно зрозуміти, отже, і відреагувати на, здавалося б, просту інструкцію дорослого. З набутим досвідом ми не помічаємо, як у повсякденному житті ми вживаємо слова і звороти, які ще не доступні дитині.

У ситуації з дитиною, яка має особливості розвитку, необхідно бути гранично уважними до її проявів і висловлювань батьків у процесі взаємодії, у прагненні зрозуміти свого малюка. Необхідно показати вашій дитині, що ви її розумієте. Крім того, уважно стежити за обличчям дитини та її «мовою тіла». Висловлюйте свою підтримку і заохочення не тільки словами. Це можуть бути ваша посмішка, поплескування по плечу, кивок головою, погляд в очі, дотик до дитячої руки. Вибирайте правильний тон для ваших відповідей. Пам'ятайте, що тон голосу пов'язаний зі змістом ваших слів. І навіть якщо дитина ще не розуміє звернену до неї мову, вона розпізнає вашу інтонацію й емоційний настрій. Уживайте схвальні фрази для підтримки розмови і показуйте вашу зацікавленість у ній. А також намагайтеся уживати прості слова і нескладні конструкції [4, с. 17].

Розуміти свою дитину – означає навчитися дивитися на світ її очима, уміти проводити свого роду реконструкцію її світогляду. Тоді стає зрозуміло, чому малюк так чи інакше реагує на ваші слова і дії, поводить себе саме так, а не інакше. Дитина сприймає світ зовсім не так, як дорослі. Щоб встановити з нею контакт, розмовляти зрозумілою для неї мовою, сприяти її розвитку, дуже важливо знати, як же вона його бачить і розуміє. Тоді вдасться і відчувати її переживання, і надати

інформацію доступним для неї чином, ефективно вплинути на її модель поведінки.

Найпростіший спосіб зрозуміти свою дитину – це згадати себе в дитинстві, що вас радувало, а що ні, що лякало, а що цікавило. А для того, щоб нам було трохи легше згадати і відчувати це, необхідно виконати деякі вправи.

Вправа «Сірники» забезпечує можливість батькам усвідомити (відчувати) складність (виконання) словесної інструкції, яку вони часто дають дитині.

Під час обговорення необхідно звернути увагу на те, наскільки доступною і зрозумілою була інструкція, яку ми даємо дитині в повсякденному житті. Необхідно звернути увагу батьків на те, наскільки складно вони будують діалог зі своєю дитиною. Звернути увагу батьків на той факт, що в дитини немає того словникового запасу, кількісного і якісного, який є в дорослого. Необхідно, щоб кожен із батьків поділився тим, як йому було в ролі особи, яка приймає інструкцію, й особи, яка дає інструкцію.

Вправа «Дія без попереднього сповіщення» допомагає визначити і вибрати максимально зручну модель поведінки і взаємодії з дитиною.

Під час обговорення необхідно звернути увагу на свої почуття і свої переживання щодо ситуацій, які виникали під час виконання вправи. Батьки мають дати відповіді на питання: як часто вони виконують різні дії за свою дитину, не даючи їй можливості усвідомити ситуацію і спроби самостійно вчиняти дії? якої допомоги і підтримки їм не вистачало під час виконання вправи? чи легко їм було орієнтуватися, коли всі дії виконувалися без їхньої участі?

На другій зустрічі батькам проводиться міні-лекція «Помилкові очікування як джерело конфлікту у стосунках дітей і батьків».

Пред'являти дітям набір очікувань – це улюблене заняття практично всіх батьків. Вони мають як позитивний, так і негативний аспект. У позитивному аспекті вони повідомляють дитині про їхні очікування щодо неї, про деякі стандарти, до яких необхідно прагнути у процесі розвитку. І вони можуть як допомогти дитині в розвитку, так і стати нестерпним тягарем, під яким самооцінка дитини знизиться до найнижчого рівня, а конфліктні ситуації між батьками і дитиною збільшаться багаторазово. Вибір сценарію залежить від самих батьків.

Велике значення відіграють не самі послання про ваші очікування, а те, як їх розуміє й осмислює ваша дитина. Між відправленим і отриманим посланням про очікування може бути прірва.

У гонитві за реалізацією очікувань і бажанням відповідати нав'язаним стереотипам суспільства батьки нерідко самі створюють патологічні умови для розвитку.

Є ще один важливий момент у посланні очікувань від дитини батьками. Наприклад, якщо задати занадто високу планку очікувань, діти не зможуть її перестрибнути. З почуттям «Я ніколи не буду настільки хороший» діти починають вірити, що чому б вони не навчилися, усі їхні досягнення втрачають вагу порівняно з неймовірно високими стандартами, пред'явленими їм колись. Такі послання беруться із джерел нереалістичних очікувань батьків, уявлень, що будь-який навик треба доводити до досконалості. У результаті від очікувань страждають і дорослі і діти. І чим вище очікування, тим більше розчарування в дорослих і стрес у дітей.

Краще взагалі відмовитися від вимог до результатів, а замість них давати «мету за результатом». Цілі істотно відрізняються від вимог до результату. Дуже часто дітей насильно тягнуть до заявлених вимог, через сльози і опір. Діти не придумували очікування, вони не мотивовані йти до них, за винятком прихованих загроз від батьків. Цілі – це зовсім інше. Коли діти самі ставлять цілі, вони хочуть йти до них, за допомогою батьків і вчителів.

Вправа «Ведене малювання» допомагає батькам навчитися розраховувати і пропонувати адекватну допомогу дитині, розраховувати свої можливості і можливості дитини.

Під час обговорення необхідно звернути увагу на необхідну підтримку, яку давав ведучий відомому. Також варто звернути увагу на те, чи збіглися ваші очікування від представлених образів, коли малювали вашою рукою, з тим, що ви побачили в підсумку. Які складнощі були у процесі проходження цієї вправи?

Вправа «Групове малювання» спрямована навчити батьків не формувати помилкових очікувань. Сформувані творчу позицію.

Під час обговорення батьки дають відповіді на поставлені питання: Чи виправдалися ваші очікування? Які почуття виникали, коли сусід виправляв задумане? Які складнощі були у процесі проходження цієї вправи?

Потім підбиваються підсумки цієї зустрічі.

Третя зустріч починається із привітання. Потім проводиться мінілекція «Не хочу або не можу?».

Повертаючись до батьківських амбіцій, згадаємо, що всі прагнуть дати дитині найкраще. І намагаються завантажити її максимально, вибирають «сильних» фахівців, велику кіль-

кість різноманітних занять і реабілітаційних заходів, часто не орієнтуються на об'єктивні здібності дитини. А потім виявляється, що вона просто «не тягне», її можливості, фізичні, психічні, не відповідають вимогам батьків. Дуже часто трапляється, що відсутність можливостей до тієї чи іншої діяльності батьки приймають за лінь. Однак відсутність старанності в дитини не обов'язково говорить про лінь або небажання опанувати будь-які навички. Водночас дитина, яка розуміє, що в неї не виходить, не чує похвали від батьків, просто опускає руки і втрачає інтерес до діяльності, до занять, до будь-якого іншого навчального процесу. Зрозуміти «не може» чи «не хоче» вам допоможуть спостереження за вашою дитиною, а також рекомендації фахівців.

Адже якщо ми говоримо про «не може», то йдеться про відсутність фізичних можливостей або невідповідність періодів розвитку дитини якійсь діяльності. Якщо ж ми говоримо про «не хоче», то, імовірно, йдеться про відсутність або ж зниження мотивації, бо дитина повинна розуміти, для чого їй необхідна ця навичка, для чого вона освоює ту чи іншу діяльність. У будь-якому разі визначення і виконання деяких правил під час діяльності або навчання вашої дитини будуть корисними для більш ефективного процесу.

Отже, після проведення мінілекції були зроблені такі висновки:

- не робити поспішних висновків: наприклад, дитині може не вистачати конкретних навичок для виконання завдання, вона може заплутатися, але боїтиметься або не матиме можливості просити про допомогу. Необхідно з'ясувати, що насправді ховається за невиконанням дії – «небажання» чи «неможливість». Це буде першим кроком до освоєння чогось нового або напрацювання старого;

- пам'ятати про індивідуальність дитини. Адекватно оцінювати її здібності, слабкі сторони, інтереси, уподобання. Не забувати про завантаженість різними заняттями дитини, що вона тільки вчиться справлятися з безліччю завдань. Навчання – це важлива частина розвитку і становлення особистості дитини, але прорив не трапляється за одну ніч;

- підтримувати дитину: робити це перед тим, як дитина приступить до виконання великого завдання, щоб дати потрібний поштовх. Допомогати візуалізувати прогрес і усвідомити кінцевий результат;

- бути спостережливими: помічати «трижожні дзвіночки». Це можуть бути проблеми зі

здоров'ям, в тому й інші індикатори, які показують, що дитина не може впоратися зі стресом і об'єктивно не здатна відповідати вашим високим вимогам;

- уникати гострих моментів: бути послідовними і терплячими, намагатися не допускати спалахів гніву, розмовляти з нею без тиску і принизливих коментарів. Слухати і спостерігати за дитиною;

- очікування мають бути реалістичними: не чекайте неможливого – пред'явлена вимога швидко освоїти складний матеріал або складний навик може призвести до того, що в дитини під час виконання завдання буде збільшуватися рівень напруги, вона відмовиться від виконання завдання. Ваші інструкції повинні бути простими і зрозумілими;

- завчасно готуйтеся: придбайте необхідні посібники та матеріали, які підходять вашій дитині і доступні для неї. Організуйте для дитини простір, де її не турбуватимуть сторонні шуми;

- різноманітність і рівномірність: необхідно наповнити життя дитини якомога різноманітнішими заняттями і діяльністю. Однак не забувати, що всі вони мають бути в потрібних пропорціях;

- бути ініціативними: використовуйте будь-які можливості, щоб розвивати в дитини впевненість у власних силах. Це підвищить її мотивацію для подальшої діяльності;

- обрати стратегії, які будуть ефективні для вашої дитини: маленькі кроки і короткі перепочинки знижують тривожність і дуже часто виявляються більш ефективними. Будь-яке завдання можна розбити на кілька блоків, обрати до кожного часовий інтервал;

- не потрібно бути суворим контролером, однак усе ж залишайтеся контролером: підтримувати і надихати дитину або контролювати кожен її крок – не те саме. Заохоченням відповідальності, вселяючи почуття гордості за докладені зусилля, ви зможете сформувати правильну мотивацію для подальшої діяльності.

Звичайно, іноді є необхідність наполягати на виконанні тих чи інших дій, вправ, що може привести до відторгнення навчальної діяльності або ж агресії. Тому дотримання визначених правил дозволить батькам уникнути гострих кутів у процесі навчання їхньої дитини. Батькам необхідно виробити власні стратегії і правила, які будуть ефективними для їхньої дитини, головне, щоб це відповідало її розвитку і розумінню.

У процесі виконання вправи «Бантик» необхідно дати можливість батькам відчувати складність

виконання інструкції дитиною вперше, у разі неосвоєної навички. Допомогти батькам усвідомити і відчувати обмеження можливостей під час виконання вправ.

Під час обговорення необхідно звернути увагу на те, наскільки доступною і зрозумілою була інструкція, порівняти її з тією, яку батьки дають дитині в повсякденному житті. Необхідно звернути увагу батьків на те, наскільки складно буває дитині виконати, здавалося б, просту для нас дію. Постаратися відповісти на питання: як краще організовувати навчальний процес для дитини? який краще використовувати матеріал?

Під час виконання вправи «Лижі» батьки мають можливість відчувати складність відтворення руху.

Під час обговорення необхідно звернути увагу батьків на перенесення чуттєвого досвіду, а також складність рухового акту на лижах, на дитину, яка тільки освоює цю навичку. Кожному з учасників необхідно відповісти на такі питання: які труднощі виникли у вас під час виконання даної вправи? які висновки ви зробили для себе під час виконання вправи?

Підбиття підсумків 3-го дня необхідно розпочати з таких запитань: що нового ви дізналися на цій зустрічі? що ви будите застосовувати у спілкуванні зі своєю дитиною?

На четвертій зустрічі проводиться мінілекція на тему «Діалог або монолог?».

Уміння говорити мовою співрозмовника, а в нашому випадку – мовою дитини, одне з необхідних умінь батьків. На думку різних психологів і педагогів, у питанні різних моделей виховання та методів побудови взаємин між батьками і їхньою дитиною модель стосунків, у якій є діалог, є максимально прийнятною для питання виховання дитини. Є безліч підходів і типів виховання дітей, наприклад:

- батьки-диктатори, які пригнічують в дитині її ініціативу і нав'язують свою думку. У результаті таких дій дитина починає чинити опір, бунтувати, з'являється невпевненість у власних силах, виростає почуття тривоги;

- батьки-опікуни. У рамках такого підходу батьки дуже сильно опікують свою дитину, водночас намагаються захистити її від усіх небезпек, труднощів, проблем, зусиль і турбот. У результаті такого виховання діти не набувають необхідних для життя навичок. Вони стають примхливими і не вміють ухвалювати рішення самостійно, знаходити вихід у складних ситуаціях;

- батьки-нейтралі. Інша крайність, коли батьки намагаються не втручатися в життя дитини,

коли діти і батьки існують «незалежно» один від одного. Якоюсь мірою це допоможе дитині навчитися самостійності, але дитина, яка позбавлена уваги з боку батьків, має всі шанси вирости одинокою, емоційно відчуженою і недовірливою. Прийняти допомогу і підтримку у важкій ситуації такій дитині буде дуже складно;

– батьки-дипломати. Коли батьків і дітей об'єднують спільні цілі, завдання й інтереси, коли батьки сприяють спільній діяльності та водночас відбувається діалог, який відіграє дуже важливу роль у розвитку дитини. У такому підході дитині надається самостійність, але дорослі також завжди перебувають поруч для надання допомоги, роз'яснення, підтримки і заспокоєння. Ця система виховання найбільш ефективна.

У процесі будь-якої взаємодії батьки завжди повинні розмовляти з дитиною. Важливі тон і емоційне забарвлення звернення. Так само варто звернути увагу на вміння чітко пояснити дитині, що дорослі від неї хочуть, чого очікують. Дуже важливо навчитися у правильному тоні обговорювати з дитиною всі проблеми, які виникли, вести не монолог, а діалог. Дитина повинна знати і відчувати, що її думки та почуття важливі для батьків. Якщо ви не можете щось зрозуміти в її словах, варто перепитати, уточнити. Якщо ваша дитина з різних причин не може відповідати вам, придивляйтеся до неї. Але ніколи не переходьте до монологу. У дитини завжди є, що вам «сказати». Поглядом, жестом, мімікою, зміною інтонації в лепет або вокалізації. Варто пам'ятати, що щирість і довіру, яка була втрачена, відновити буде дуже складно. А без довіри діалог просто неможливий. Найголовнішим правилом діалогу є вміння знайти різні компромісні рішення у проблемних ситуаціях, які виникають.

У вправі «Скульптор» основна мета – продемонструвати батькам важливість вибору правильної стратегії поведінки у взаємодії з дитиною.

Під час обговорення учасникам необхідно звернути увагу на свої переживання під час взаємодії зі своїм напарником. Визначити комфортну взаємодію, що для цього необхідно зробити.

У вправі «Говори і показуй» необхідно навчити батьків якісно передавати інформацію, продемонструвати і напрацювати альтернативні способи передачі інформації під час взаємодії з дитиною. Навчитися звертати увагу на необхідність пошуку доступної форми спілкування, у даному разі – за допомогою наочної демонстрації.

Наприкінці четвертої зустрічі здійснюються обговорення та підбиття підсумків.

Останній, п'ятий день починається із привітання. А потім ведучий проводить мінілекцію на тему: «Емоції і переживання».

Емоційний стан дитини з порушеннями в розвитку залежить не стільки від самого характеру порушення, скільки від соціальних умов, ставлення до неї членів суспільства і, звичайно ж, її батьків. Для дітей, які мають особливості розвитку, недорозвинення емоційно-вольової сфери є обґрунтованим. Так, одні діти надмірно вразливі, ранимі, болісно прив'язані до матері, інші, навпаки, емоційно холодні, замкнуті й егоїстичні. У багатьох спостерігаються підвищена збудливість, схильність до афектних спалахів, їхня поведінка має імпульсивний, ситуативний характер.

Відомо, що позитивні емоції підвищують рівень працездатності. Водночас варто дотримуватися оптимального обсягу емоційної напруженості в будь-якій діяльності. У навчальному процесі помірні емоції є організуючим чинником, а сильні – таким, що дезорганізує.

Під час виконання вправи «Я в центрі уваги» батькам надається можливість відчувати себе дитиною, «про яку говорять».

Під час обговорення необхідно звернути увагу на те, як часто батьки включаються у процес обговорення дитини публічно: на первинній консультації з різними фахівцями, у розмовах із друзями, родичами у присутності дитини.

А вправа «Шукачі» допомагає батькам визначити стратегію підтримки своєї дитини під час виконання якої-небудь дії.

Під час обговорення учасникам групи необхідно звернути увагу на свої емоційні переживання у процесі виконання вправи. Визначити важливість емоційної складової частини у взаємодії з дитиною, а також для розвитку дитини. Визначити можливі рішення для вибору правильної стратегії підтримки.

Потім підбиваються підсумки всієї програми.

Учасникам програми пропонується визначити і зафіксувати ключові аспекти даних зустрічей, які були для них корисні. Яку з отриманої інформації вони зможуть застосувати? Якої інформації їм не вистачило?

Під час роботи із групою ведучому, тренеру, педагогу або психологу варто розуміти, що в кожного учасника групи можуть актуалізовуватися індивідуальні питання. Також ведучому необхідно бути дуже уважним. Щоб групова робота залишалася груповою. Безумовно, кожна родина індивідуальна, кожен із батьків із цих зустрічей візьме своє.

Висновки. Запропонована програма психологічного супроводу батьків – це лише частина необхідної роботи у психологічній підтримці батьків, які виховують дитину з особливими освітніми потребами. Тому необхідно підкреслити важливість індивідуальної роботи з батьками. Це дозволить їм створити сприятливе реабілітаційне

і корекційне середовище для своєї дитини. Сприятиме емоційній адаптації батьків у прийнятті особливостей своєї дитини, тобто сформувати «здорове» ставлення до її особливостей. Оскільки повноцінна і якісна реабілітація або корекційна робота можлива тільки в тісній співпраці та спільній роботі батьків і фахівців.

Список літератури:

1. Алексєнко Т. Сімейне виховання: концептуалізація ідей теорії і практики : монографія. Умань : ФОП Жовтий О.О., 2016. 437 с.
2. Братусь І., Гулевська-Черниш А., Лях Т. Формування навичок усвідомленого батьківства та ранній розвиток дитини. *Практична психологія та соціальна робота*. 2002. № 5. С. 36–49.
3. Гречко Л. Психологічний супровід дітей з вадами психофізичного розвитку в загальноосвітній школі. *Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського державного університету. Серія «Соціально-педагогічна»*. 2006. Вип. 6. С. 247–250.
4. Мушкевич М. Психологічний супровід сімей, що мають проблемних дітей : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07. Київ, 2020. 46 с.

Rebrova O.O. PROGRAM OF PSYCHOLOGICAL SUPPORT OF PARENTS OF EARLY CHILDREN WITH SPECIAL EDUCATIONAL NEEDS

The article analyzes in detail the developed program of psychological support for parents of young children with special educational needs in order to optimize the child-parent relationship and emotional microclimate in the family. It is determined that the success of the rehabilitation of an early child with developmental disabilities is influenced by various factors, and the main one is the family.

The importance of work on child-parent interaction is argued and generalized. The developed program of psychological training for parents raising children with special educational needs consisted of 5 meetings (days), lasting 2,5–3 hours, the recommended number of people – no more than 10. Almost every exercise is practiced in pairs. Therefore, the ideal conditions are the presence of both parents. It is determined that each family that has a child with disabilities has its own characteristics, its own psychological climate, which in one way or another affects the child, or contributes to its rehabilitation, or, conversely, inhibits it.

A set of exercises with parents is presented, which are focused on the correction and stabilization of emotional states in parents, work on relationships in the family. Thus, the program of psychological support of parents is only a part of the necessary work in psychological support of parents who bring up a child with special educational needs. The importance of individual work with parents is emphasized, which will allow them to create a proper rehabilitation and correctional environment for their own child, promote emotional adaptation of parents in accepting the characteristics of the baby, i.e. to form a “healthy” attitude to its features. It is determined that full-fledged and high-quality rehabilitation or correctional work is possible only with the interaction and joint work of parents and professionals.

Key words: *psychological support, psychological training, family, child with special educational needs, communication.*