

*Section: Modern PPT practice***КАК ПСИХОЛОГ МОЖЕТ ПОМОЧЬ РОДИТЕЛЯМ, КОТОРЫЕ ХОТЯТ ОТКАЗАТЬСЯ ОТ ЖЕСТКИХ МЕТОДОВ ВОСПИТАНИЯ ДЕТЕЙ****HOW A PSYCHOLOGIST CAN HELP PARENTS WHO WANT TO GIVE UP HARSH CHILD-REARING METHODS****Марина Бондарева**

Психолог, Сертифицированный позитивный психотерапевт
Частная практика (Хабаровск, Россия)

Marina Bondareva

Psychologist, Certified positive psychotherapist,
Private Practice (Blagoveshchensk, Russia)

Email: Mavi-2011@yandex.ru

Received 30.04.2024

Accepted for publication 15.06.2024

Published 08.07.2024

DOI: [10.52982/lkj241](https://doi.org/10.52982/lkj241)

Аннотация

Данная статья посвящена вопросам помощи родителям, испытывающим трудности в позитивном воспитании детей. Рассматривается алгоритм проведения первой консультации с родителями с опорой на пятиступенчатую модель консультирования Позитивной психотерапии. Изучаются причины, побуждающие родителей применять жесткие приемы воспитания детей. Приводятся практические инструменты, помогающие специалисту установить доверительный контакт с родителями и мотивировать их к дальнейшей психологической работе. Статья может быть полезна как психологам, работающим с родителями и детьми, так и специалистам, осуществляющим сопровождение семей с детьми.

Ключевые слова: родители, воспитание детей, первичное интервью, позитивная психотерапия, пятиступенчатая модель

Abstract

This article is devoted to the issues of parents who experience difficulties in positive parenting. An algorithm for conducting the first consultation with parents based on the five-step model of Positive Psychotherapy counseling is considered. The reasons that encourage parents to use harsh parenting techniques are explored. Practical tools that help the specialist to establish trusting contact with parents and motivate them to further psychological work are given. The article can be useful both for psychologists working with parents and children and for specialists providing support to families with children.

Keywords: parents, parenting, first interview, Positive Psychotherapy, five-step model

Вступление

Психологическая работа с родителями,
которые используют жесткие приемы

воспитания детей, имеет определенный ряд специфических особенностей, которые психологу необходимо учитывать при проведении первичного интервью.

Психологи, работающие с людьми, склонными к насильственному поведению, ввели термин «авторы насилия», чтобы не стигматизировать человека, совершившего насилие таким определениями, как «абьюзер», «агрессор», «тиран». Но в работе с родителями, особенно на первой встрече, и термин «автор насилия» может оттолкнуть их от работы с психологом, даже если они хотят исправиться.

Поэтому в данной статье, когда мы пишем про родителей, допускающих по отношению к своим детям насильственные действия физического (удары, шлепки, пинки и др.) и/или эмоционального характера (угрозы и запугивания, оскорбление и принижение и др.), мы применяем тот же термин, который используется в беседе с родителями – **«жесткие приемы воспитания»**.

Родители, обращающиеся за помощью к психологу, оказываются в очень уязвимом положении. Они хотели бы перестать бить и/или кричать на детей, но у них не получается. Позитивная концепция природы человека Н. Пезешкиана (Peseschkian, 2016) предоставляет нам возможность выдерживать двойную стратегию в установлении контакта с родителями: сочувствие к человеку и твердая позиция к неприемлемости насилия.

Во многом, успешность в оказании психологической помощи родителям по выстраиванию гармоничных отношений с детьми зависит от того, как пройдет первая встреча с психологом.

Данная статья – результат личных наблюдений, основанных на 20-ти летнем опыте работы с семьями, родителями/опекунами и детьми. У Позитивной психотерапии (ППТ) есть все необходимые инструменты, помогающие понять причины и контекст, побуждающие родителей использовать жесткие приемы воспитания детей. Пять этапов Позитивной психотерапии – являются основополагающими в выстраивании доверительного и безопасного терапевтического альянса в решении данной проблемы.

Цель статьи – подробно рассмотреть алгоритм проведения первой встречи с родителями, желающих отказаться от практики применения жестких методов воспитания детей, а также выяснить, каким образом психолог может удерживать фокус внимания на гуманистических ценностях и при этом соблюдать баланс «неприемлемости насилия» и понимания чувств клиентов.

Методология

В настоящее время вопрос гуманистической направленности в семейном воспитании детей приобретает все большую актуальность. Ряд современных исследователей – психологов, занимающихся вопросами детско-родительских отношений, утверждают, что:

- надежная привязанность (Ньюфельд, 2018; Петрановская, 2019),
 - ненасильственное общение (Розенберг, 2015),
 - способность «просто быть» рядом с детьми во всех их проявлениях (Авдеева, 2020)
- позволяет родителям чувствовать себя «достаточно хорошими» (Винникотт, 2012) для своих детей, а также поддерживать собственное эмоциональное благополучие и сохранять свои ресурсы для гармоничных отношений со всеми членами семьи.

Особое внимание стоит уделить причинам, по которым родителям бывает сложно придерживаться принципов позитивного воспитания детей:

- дефицит потребностей витального уровня;
- эмоциональное выгорание;
- стресс;
- наличие психотравмирующего опыта, который актуализируется в процессе взаимодействия с детьми.

В книге «Позитивная семейная психотерапия» (Peseschkian, 2016) Н. Пезешкиан описал влияние семейных концепций на вопросы воспитания детей, а также социокультурных факторов, которые также необходимо учитывать при установлении контакта с родителями.

Обсуждение

В процессе терапевтической работы многие родители делились, что испытывали сильную тревогу перед первой встречей с психологом. Признаться, что они могут бить и кричать на своих детей – это страшно и стыдно.

Родители опасаются, что психолог:

- сообщит в правоохранительные органы, социальные службы информацию о том, что они используют в воспитании детей физическое и эмоциональное насилие;
- будет обвинять, стыдить;
- сконцентрирует свое внимание исключительно только на ребенке (детоцентризм);
- будет применять терапевтические интервенции, которые могут навредить им;
- проявит равнодушие и не сможет помочь.

К сожалению, если какое-то из перечисленных опасений все-таки подтвердилось при первом обращении к психологу, то родители еще долгое время будут избегать специалистов.

Важным является, чтобы психолог посмотрел на данную ситуацию со стороны родителей, тогда вероятность конструктивной психологической работы по решению проблемы может значительно увеличиться.

При подготовке статьи было выявлено, что разработанная практическая модель работы с родителями значительно совпадает с моделью работы с авторами насилия – НОКСА (Оберг, Исьемин, 2015), аббревиатуры которой означают фокус на пяти этапах: насилии – ответственности – контексте – следствии – альтернативы.

На наш взгляд, данное сходство подтверждает эффективность выбранной стратегии работы с родителями, основанной на многолетнем опыте работы автора.

3.1 Четыре модели формирования базовых концепций

Чтобы понять причины, побуждающие родителей применять жесткие методы воспитания детей, необходимо понять

происхождение данного паттерна и вовлеченные в него семейные концепции, действующие в первичной семейной группе (Бёссманн, Реммерс, 2024). Концепции во многом определяют наше отношение не только к тому, как устроен мир, но и к тому, как воспитывать детей. Рассмотрим примеры некоторых семейных концепций, при которых родитель допускает насилие в воспитании детей.

1) Концепция «Я» - отношение к себе. Например, родитель может относиться к себе хорошо в случае, если ребенок соответствует его ожиданиям: *«Я хорошая мать, только в том случае, когда ребенок меня слушается», «Я всегда на первом месте – только мое мнение важно»*

2) Концепция «Ты» - отношение к партнерству. Например, благополучие взаимоотношений родителей между собой зависит от поведения ребенка: *«В браке я могу быть счастлив(а), только когда дети не доставляют проблем»*

3) Концепция «Мы» - описывает сложившиеся отношения к окружающему социуму, обществу. Например, какие представления от детей в социуме, допустимы ли жесткие методы воспитания: *«От детей только одни неприятности», «Дети не понимают по-хорошему», «Воспитывай ребенка, пока поперек лавки лежит»*

4) Концепция «Пра-мы» - описывает семейную идеологию, религиозное толкование, культурные традиции, мировоззрение, что составляет основу жизненных ценностей и задач. Например, какие есть культурные, религиозные особенности, обычаи по разрешению конфликтов в воспитании детей, допустимость наказаний: *«Все так делают», «Это часть наших обычаев», «Меня били, отца били – хорошими людьми выросли»*

3.2 Внутренний конфликт

Родители, допускающие физическое и эмоциональное насилие к детям, и воспринимающие это как норму, вряд ли сами обратятся к психологу. Также как и родители, имеющие садистические наклонности, которые получают удовольствие от того, что ребенок их боится.

Скорее, с данной категорией мы сталкиваемся в рассказах пострадавших.

На практике мы имеем дело с родителями, которые любят своих детей, хотят быть хорошими родителями и не хотели бы сознательно причинять вред своим детям. В этом случае мы говорим о серьезном внутреннем конфликте, побуждающим обратиться за помощью.

Внутренний конфликт переживается как временное состояние высокого эмоционального напряжения, ощущение неразрешимости и тупиковости ситуации (Гончаров, 2015)

Вот как об этом состоянии рассказывают родители: *«Мой ребенок меня не слушается. Раньше на него прикрикнешь, пальцем погрозить – он делает, как я говорю. Сейчас приходится на него постоянно кричать, наказывать и даже отшлепала несколько раз, он ничего не понимает»* (актуальная ситуация).

«Я сама была очень послушным ребенком, у моих родителей не было со мной проблем. Родители много работали, у них не было свободного времени. Когда я выполняла то, что говорила мне мама, это радовало ее, и мне было приятно внимание от нее» (базовая ситуация).

«Я хочу быть хорошим родителем, но ребенок меня не слушается» (концепция «Я»).

«Когда он плохо себя ведет, моя самооценка страдает, я очень обижаюсь и злюсь на него. Не понимаю, почему ему сложно сделать так, как я говорю. Я не выдерживаю его непослушания и начинаю на него кричать и шлепать. В моменте мне становится немного легче, что моя ценность восстановлена и я «поставила ребенка на место». Но буквально через несколько минут я чувствую невыносимую вину за то, что не смогла сдержаться, и ребенок плачет. Мне его очень жалко. Я ругаю себя и все равно чувствую себя плохой матерью. Я в растерянности, не знаю, как себя вести» (внутренний конфликт).

3.2 Пятиступенчатая модель в первичном интервьюировании

На первой встрече с родителями психологу помимо установления безопасного и доверительного контакта важно собрать как можно больше материала, структурировать

его и выдать достаточно емкое и понятное для родителя резюме, побуждающее их к дальнейшему сотрудничеству.

Пятиступенчатая модель Позитивной психотерапии (ППТ по Пезешкиану) является прекрасным практическим инструментом, позволяющим решить поставленные задачи при проведении первичного интервью (Remmers, Peseschkian, 2020).

1 стадия. Наблюдение/дистанцирование.

При установлении первичного сессинга психологу важно проявлять следующие терапевтические способности, которые позволят родителям почувствовать себя в безопасности:

- нейтральное отношение к рассказу клиента (я не осуждаю Вас);
- эмпатия (я хочу Вам помочь);
- уверенность (я могу Вам помочь)

2 стадия. Инвентаризация.

На этой стадии важно провести диагностику развития симптомов и инвентаризацию ресурсов родителей. На какие аспекты следует обращать внимание при проведении на данной стадии.

1) Состояние родителей.

Физическое – насколько удовлетворены витальные потребности (сон, питание, условия жизни, частота болезней и др.).

Эмоциональное – как себя чувствует, в каком настроении чаще всего находится, нет ли симптомов эмоционального выгорания, депрессии и др.

Насколько клиент находится в работоспособном состоянии: контакт, связность изложения мыслей, есть ли силы на обычные житейские дела и т.д.

Например, если клиент находится в депрессии, то в этом состоянии есть риск пренебрежения основными потребностями ребенка.

2) Актуальный конфликт (АК) родителей, не связанный с ребенком. Выяснить какие стрессы клиент переживает в настоящий момент, в какой сфере (модель баланса) разворачивается АК: тяжелое заболевание (Тело), большая загруженность на работе (Деятельность), частые ссоры с партнером (Контакты), смерть близкого (Смыслы). Например, в состоянии острого горя, клиенты часто приходят с подобным запросом, как несвойственным им поведением

3) Актуальный конфликт, связанный с ребенком. Например: ребенок часто болеет, дерется с детьми, не хочет делать домашнее задание, др.

Например, из-за отказа ребенка ходить в школу, родитель вынужден часто кричать, наказывать, чтобы заставить его учиться.

4) Какие ресурсы есть в наличии:

- Что помогает справляться с трудностями?
- Есть в Вашем окружении люди, которые поддерживают или на кого Вы могли бы опираться?

5) Прояснять характер взаимоотношений с ребенком, разворачивать общие формулировки. Выше мы обращали внимание на чувства родителей (стыд и страх), которые побуждают говорить абстрактно, и избегать подробных ответов на вопросы, где они себя могут чувствовать уязвимо.

- Скажите, что именно происходит между Вами и ребенком?
- Что Вы подразумеваете под фразой «Я срываюсь на ребенке»? Как именно Вы срываетесь?

6) Сбор фактов применения жестких приемов воспитания. Задача психолога – оценить прямые риски для жизни и здоровья ребенка. Мы помним о высокой степени уязвимого положения родителей, обращающихся за помощью, поэтому психологу очень важно проявлять максимально уважительное отношение к личности клиента и устойчивую позицию о неприемлемости приемов воспитания, угрожающих жизни и здоровью ребенка. Примеры вопросов, в случае обнаружения прямого риска для ребенка, могут звучать следующим образом:

- Знаете, это ситуация, угрожающая жизни/здоровью ребенка. Как Вы сами считаете, каковы риски повторения подобного?
- Что Вы будете делать для того, чтобы эта ситуация больше не повторилась?
- Что Вам помогает удерживать себя от применения подобных приемов воспитания?

3 стадия. Ситуативное поощрение.

Когда мы разговариваем с родителями первый раз, нам важно понимать, что он

приходит к психологу с огромным количеством беды и уже накопившимся опытом неуспеха. И обращение к ресурсно-ценностной части клиента, позволяет ему в первую очередь обрести надежду на исправление возникшей ситуации и обрести опору для дальнейшей психологической работы.

На этой стадии психологу стоит сделать акцент на таком качестве родителей, как смелость. Что сам факт обращения за помощью говорит о том, что Ваш клиент любит ребенка, и то, что он пришел, это про ответственный подход и это вызывает у Вас уважение.

Далее необходимо сделать обзор ресурсов, которыми располагают родители, чтобы справиться с данной ситуацией и научиться позитивным приемам воспитания детей.

4 стадия. Вербализация.

На данной стадии важно максимально корректно и четко дать обратную связь по результатам диагностического интервью с родителями. Можно придерживаться структуры перечисленных аспектов 2 стадии модели.

Приведем образец интерпретации написанного выше практического примера:

«То, что у Вас происходит с ребенком – это верхушка айсберга. Вам это не нравится, приемы, которые Вы используете в воспитании ребенка, не работают. Но если мы обратим свой взгляд на основание пирамиды, то увидим, что Ваши потребности фрустрированы. У Вас положительные намерения – Вам очень хочется быть хорошим родителем, Вы любите своего ребенка. Но, когда он не слушается, ценность вашего «Я» страдает, и это вызывает чувство обиды, злости и бессилия, которые «затапливают» Вас. Похоже, есть необходимость разобраться, как можно помочь себе чувствовать хорошо вне зависимости от того, как ведет себя ребенок, а также, как можно совладать со своими эмоциями и чувствами, чтобы это не отражалось на ребенке».



Рисунок 1.

Пирамида развития симптомов «Айсберг»

5 стадия. Расширение целей.

После того, как проведено первичное интервьюирование необходимо уделить особое внимание завершающей стадии консультации. Чтобы родители ушли от психолога с зарядом уверенности в том, что все решаемо и с этим можно работать.

Родителям необходимы конкретные рекомендации и представление о том, как будет строиться дальнейшая психологическая работа. Приглашение родителей к сотрудничеству можно начать со следующих слов: «Я вижу Вашу заинтересованность в изменении ситуации. Самому очень трудно справиться, но есть надежда, что при нашей совместной работе Вы справитесь».

Далее алгоритм проведения 5 стадии может выглядеть следующим образом:

1) Даем рекомендации о том, как родитель может стабилизировать собственное физическое и эмоциональное состояние. При необходимости, клиенту выдаются рекомендации по обращению к узким специалистам. Например, к психиатру, если родитель находится в депрессии, социальную службу поддержки и др.

2) Обучаем простым способам саморегуляции, позволяющие уберечь ребенка от жестких методов воспитания:

- *хотите ударить ребенка, бейте по стене или подушке;*
- *хотите кричать на ребенка – ложитесь на пол, из этого состояния кричать не получится;*
- *хотите накричать/отшлепать ребенка – подставьте лицо под холодный душ.*

3) Даем позитивную интерпретацию протестного поведения ребенка: «Если

ребенок выражает независимость, то все не так плохо! Значит, ему безопасно проявлять свою злость, он доверяет Вам свое непростое состояние. Беда, если ребенок терпит и не показывает своих эмоций, в этом случае он может быть очень напуган и направлять свою злость на себя» (аутоагрессия)

4) Обратиться к ценностям родителей, завершая встречу заключением контракта на дальнейшую работу: «Факт применения жестких приемов воспитания есть, но я вижу Вашу заинтересованность в изменении ситуации, и это вызывает у меня много уважения к Вам, поэтому предлагаю заключить терапевтический контракт на регулярность наших встреч. Я подробно расскажу, как я вижу нашу с Вами дальнейшую работу, и мы назначим дату и время следующей консультации».

Хотелось бы обратить внимание, что на первой встрече контракт заключается именно на регулярность встреч. Не стоит на стадии установления контакта с родителями включать в контракт пункт о прекращении насильственных действий, в адрес детей, пока идет процесс терапии.

Для этого есть следующее обоснование, основанное на наблюдениях автора:

- На первом этапе работы основная цель – признание клиентом существующей проблемы, то есть сделать факт насилия по отношению к ребенку видимым и взять ответственность за авторство насилия на себя. Потребуется некоторое количество времени, чтобы родители смогли данный факт осознать.
- Пока нет альтернативных вариантов ненасильственных способов воспитания ребенка, у родителей могут случаться эмоциональные срывы, при которых они будут прибегать к прежним паттернам поведения насильственного характера по отношению к ребенку.
- Родители, как правило, испытывают очень много стыда и вины, если не смогли сдержать свой агрессивный импульс и проявили физическое или эмоциональное насилие к ребенку. После подобных инцидентов клиенты часто отмечают, что чувствуют

отвращение к себе, возникает желание причинить себе вред.

Пункт контракта о недопустимости насильственных действий в процессе терапии, может являться препятствием для формирования устойчивого и безопасного терапевтического альянса. Родители в случае эмоционального срыва, при котором они допустили физическое, эмоциональное насилие в адрес ребенка, - скорее всего, будут утаивать информацию о случае нарушения договора или откажутся от терапии.

Включение данного пункта в терапевтический контракт с родителем возможно после того, как клиент смог признать, что он является автором насилия по отношению к ребенку и готов взять ответственность на себя.

Выводы

Для эффективной терапевтической работы с родителями, желающими отказаться от жестких методов воспитания детей, необходимо держать в фокусе внимания не только саму ситуацию насильственного общения с ребенком, но и учитывать контекст, в котором разворачивается внутренний конфликт клиента.

Для удержания фокуса внимания на гуманистических ценностях и соблюдения баланса «неприемлемости насилия» и понимания чувств родителей, психологу важно обладать такими качествами как:

- проявление терпения, сочувствия к страданиям клиента;
- понимание своих контрпереносных реакций;
- контейнирование сложных эмоциональных переживаний;
- удержание профессиональной нейтральной позиции, воздержание от оценок и поспешных интерпретаций.

А также осознавать собственные ограничения «с какими запросами не могу

работать», для сохранения внутренней устойчивости.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

- [1] **PESESCHKIAN, N.** (2016). *Positive Family Therapy*. Bloomington, USA: AuthorHouse. 428 p. (first published in 1986, Springer-Verlag, Berlin, Heidelberg (Germany)).
- [2] **REMMERS, A.** (2024). Family therapy as a dynamic balance of action and inaction. To act or not to act – Dilemmas in family therapy. *The Global Psychotherapist*, 4(1), 73–80. <https://doi.org/10.52982/lkj219>
- [3] **REMMERS, A., PESESCHKIAN, N.** (2020). The First Interview in Positive Psychotherapy. In: Messias E., Peseschkian H., Cagande C. (Editors) *Positive Psychiatry, Psychotherapy and Psychology*, (pp. 309-330), Springer, Cham (Switzerland).
- [4] **АВДЕЕВА, Е.** (2020). *Дети, родители, психотерапевты: НеУчебник*. Издательские решения. 170 с.
- [5] **БЁССМАНН, У., РЕММЕРС, А. (ред.)** (2024) *Позитивная психодинамическая психотерапия: учебное пособие*, Висбаден: WAPP Press. 391 с.
- [6] **ВИННИККОТ, Д.** (2012). *Разговор с родителями*. М.: Независимая фирма «Класс». 79 с.
- [7] **ГОНЧАРОВ, М.** (2015). *Операционализация конфликтов в Позитивной Психотерапии*. Хабаровск. 64 с.
- [8] **НЬЮФЕЛД, Г., МАТЭ, Г.** (2018) *Не упускайте своих детей*. М.: Изд-во "Ресурс". 384 с.
- [9] **ОБЕРГ, Х., ИСЬЕМИН, А.** (2015). *Психологическая работа с мужчинами, склонными к домашнему насилию и желающими изменить свое поведение*. СПб. С. 167-191.
- [10] **ПЕТРАНОВСКАЯ, Л.** (2019). *Тайная опора: привязанность в жизни ребенка*. М.: Издательство АСТ. 288 с.
- [11] **РОЗЕНБЕРГ, М.** (2015). *Язык жизни. Ненасильственное общение*. София Медиа. 205 с.