**"Балалардың қыңырлығы, ашуланшақтық және қыңырлық"семинар-практикумы**

Мен сөзімді көбелектер туралы «Бәрі өз қолыңда» деген таныс астарлы әңгімеден бастағым келеді. Өйткені, данышпанның: «Бәрі өз қолыңда» деген сөзі біздің басқосу тақырыбымен тамаша үйлеседі. Балаларымыздың мінез-құлқы қандай және қандай болатыны, өскенде қандай адам болатыны өзіміздің қолымызда, ұстаздар мен ата-аналардың қолында.

Біз бәріміз әртүрліміз, бірақ біз біртұтаспыз... Балалар және олардың тәрбиесіне байланысты мәселелер.

Әрбір бала капризді, кейде истерияға айналады. Мұндай жағдайларды әрбір ересек адам көрген шығар. Мұндай жағдайларда балалардың барлығы дерлік бірдей әрекет етеді. Бірақ ересектер басқаша. Баланың қыңырлығы, истериясы, қыңырлығы деген не және біз ересектер осындай жағдайға тап болсақ, не істеуіміз керек екенін бүгін сөйлесейік.

Қыңырлық пен қыңырлық бағынбаушылықпен, балалық негативизммен, өз еркімен, тәртіпсіздікпен қатар девиантты мінез-құлықтың құрамдас бөлігі ретінде қарастырылады.

Каприз – негізсіз қалау, құмарлық, қыңырлық; бір нәрсеге негізсіз немесе негізсіз талап ету.

Қыңырлықтың «симптомдары»: жылау, айғайлау, аяқпен аяқпен басу, ойыншықтар мен қолдағы заттарды лақтыру.

Қыңырлықтар да себепсіз болуы мүмкін. Бұл балалардың көпшілігі әлі сөздерді қолдана алмағандықтан ғана емес, сонымен бірге олардың өздері де өз тәжірибелері мен эмоцияларын түсініп, жалпылай алмағандықтан болады.

Баланың истериясы сонымен қатар ұстамалармен бірге жүруі мүмкін: жабайы айғайлар мен айқайлар, еденде домалау, тіпті конвульсиялық доға. Көбінесе истерия басқалардың назарының жоғарылауымен күшейеді және бұл назар жоғалғаннан кейін бірден кетеді.

Қыңырлық - бұл барлық сұрауларға, нұсқауларға және дәлелдерге қарамастан, өз қалауынша әрекет етуге ұмтылу арқылы көрінетін мінез-құлық ерекшелігі. Бұл өзін-өзі растаудың алғашқы әрекеттерінің бірі.

Қыңырлық пен қыңырлық кезеңі 1,6-2 жастан басталып, тәрбие әдістеріне байланысты айтарлықтай ұзақ уақытқа созылуы мүмкін. Қыңырлық талапшыл ата-ананың өзінен туындаса, қыңырлықтар, керісінше, үлкендердің шектен тыс бағынуының нәтижесінде пайда болады. Қыңыр адамда өте жағымсыз қасиеттер қалыптасады: өзін-өзі құрметтеу, өзіне деген сенімділік, өзін-өзі бағалау, бұл баланың талаптар мен шектеулерге бағынуына кедергі жасайды.

Истрияны қалай болдырмау керектігін, қыңырлықтар мен қыңырлықтың мінезге айналуын қалай болдырмау керектігін түсінбес бұрын, ықтимал себептерді қарастырайық.

Қыңырлықтар мен истерикалардың себептері Сіздің әрекеттеріңіз

Қиындықтар шамадан тыс жұмыс істеуге байланысты пайда болуы мүмкін (соның ішінде қозғалмай ұзақ жаттығулардан кейін, әсіресе мультфильмдерді ұзақ қараудан, ыңғайсыз қоршаған ортадан, ыңғайсыз киімнен, денсаулықтың нашарлауынан, эмоционалды қозғыштық, сезімталдықтың жоғарылауынан кейін).

1) Ауырсыну - ол өзін ұрып кетуі мүмкін еді, сіз оны байқамадыңыз, өкінбедіңіз (немесе, мысалы, дәрігердің қабылдауында - оған ауыр инъекция жасағаны үшін ашуланыңыз); Жағдайды тек сіздің назарыңыз, қолдау, құшақтау, көзбен көру, жағдайды әділ шешу, белсенді тыңдау, түсіну, содан кейін ғана – нәрестенің назарын басқа нәрсеге аудару: «Кел, ертегі оқы... ойын ойнайық...» Бірден назарын аудару – түсінбестен.

қыңырлығын тудырған мәселе практикалық емес, шешілмеген мәселелер қалыпты жағдайға оралады;

2) Қорқыныш - ол қорқуы мүмкін (тіпті, мысалы, өткір дауыспен немесе қимылмен);

3) Өкпе – оның негізінде ренжітуі мүмкін

әртүрлі жағдайлардан (қабылданбаған, қалаусыз сезінеді немесе ойыншық алынып тасталды);

4) тітіркену - бірдеңе ол қалағандай болмағандықтан ренжіуі мүмкін (оны басқара алмайды, олар дұрыс емес нәрсені сатып алды, дұрыс емес нәрсе берді);

5) Зейіннің болмауы – ішке

«созылмалы» және қысқа мерзімді нысаны;

Бұл жастағы бала онымен барлық уақытта ойнай алмайтыныңызды әлі түсінбейтінін түсіну және қабылдау керек, соған қарамастан оған мүмкіндігінше көп көңіл бөлуге тырысыңыз, бірлескен әрекеттерге көбірек уақыт бөліңіз, оны біртіндеп үйретіңіз. өз бетінше ойын, сурет салу, модельдеу, қолданбалы өнерді орындау.

6) Бопсалау - бала бір нәрсені талап етеді, мысалы, дүкендегі тәттілер немесе ойыншықтар, сізді басқаруға деген ұмтылыс.

Баланың үлкендерді бопсалауға, басқаруға деген құштарлығы да бекерден-бекер тумайды, ата-ананың жүйелі дұрыс емес әрекетінен туындайды.

Ата-аналарға «Мен капризді, қашан...» жаттығуы ұсынылады. Допты беру арқылы әрбір қатысушы баласының қалай және қандай жағдайда капризді екенін айтады. Оқиға баланың көзқарасы бойынша баяндалады. Бұл жаттығу ата-аналарға, бір жағынан, өз балаларының орнын басып, жағдайға олардың көзімен қарауға, ал екінші жағынан, бала жиі кездесетін жағдайларды талдауға мүмкіндік береді.

Әрі қарай, ата-аналарға балаға әсер ету жолын ұсыну және ашулануға дейін, кезінде және одан кейін не істеуге болмайтынын бірлесіп шешу үшін жағдайды сипаттайтын карталар ұсынылады. Ал командаларға бірігу үшін «Сәлемдесу» ойыны. Әрбір қатысушы бір картаны алады және онда не жазылғанын айтпайды. Бұл амандасудың үш түрлі тәсілі екені жарияланды: «еуропалықтар» қол алысады, «жапондықтар» садақ алады, «африкалықтар» оң иығына тиеді. Қатысушылардың мақсаты – «өз адамдарын» тауып, бірігу. Бір-бірлеріңе сәлемдесуге болмайды. Осылайша, аздап босаңсыған ата-аналар жағдайларды шешу үшін үш кіші топқа отырады.

Ашу кезінде не істеуге болмайды, баладағы ашулануды қалай болдырмауға болады:

• Шамадан тыс берілу.

Егер сіз балаңызға бәріне рұқсат етсеңіз, оның барлық талаптарын орындаңыз - «ол жыламағанша», онда оның рұқсат етілуі мен бұзылған мінез-құлқы пайда болады, демек, истерика түріндегі барлық салдарлар пайда болады. Көптеген аналар нәрестенің аузын жабу үшін бұл қиындыққа берілуді жөн көреді. Ал балалар - олар табиғаты бойынша өте практикалық және олар қалаған нәрсеге соншалықты қысқа жолды басып өтіп, оны бірнеше рет пайдаланады, өйткені бұл ең аз қарсылық жолы. Кішкентай балалар ненің жақсы, ненің жаман екенін өте абстрактылы түсінеді - «бұл жұмыс істейді, сондықтан мен оны қолданамын», - деп ойлайды нәресте.

• Мораль және белгілерді оқыңыз.

Истерия кезінде олар жай ғана пайдасыз, баланың қазір оларға уақыты жоқ. Сіз өзіңізді қалай ұстай алатыныңызды және жасай алмайтыныңызды тыныш атмосферада мейірімді тонмен түсіндіру керек.

• Физикалық жазалау.

Мұндай төтенше жағдайдағы физикалық жаза мен ашулы айғайлар отқа май құйып қана қоймайды. Әрбір ата-ана отбасында физикалық жазаны қолдану немесе қолданбауды өзі шешеді, бірақ бұл шешімді қабылдаған кезде сіз бірнеше тармақты есте сақтауыңыз керек:

– Балалық шағында физикалық зорлық-зомбылыққа ұшыраған балалар темпераментіне қарай әдетте еңселі, әр нәрседен қорқатын, қобалжығыш немесе агрессивті, ашушаң болып келеді.

Уақыт өте келе, балалар айғайлауға немесе бұрышта тұруға үйренгендей физикалық әсерлерге де үйренеді - және олар жай ғана әрекет етуді тоқтатады. - Бала ата-анаға еліктеу арқылы тәрбиеленеді, ал егер ата-ана мәселені шешуде күш қолданатын болса, онда бала басқаларға әсер ету тәжірибесін оңай қабылдайды.

• Балаға айқайлаңыз, императивті көңіл-күйде бұйрық беріңіз.

Осындай әдемі қағида бар - ең маңызды нәрселердің барлығын балаға сыбырлап (немесе тыныш ызылдап) айту керек. Зорлық-зомбылық сияқты айқайлау да кері реакция тудырады. Өзіңізді бақылауда ұстаңыз, сабырлылық танытыңыз, сонда сіз жақсы үлгі көрсетесіз.

Есіңізде болсын, балаға айқайлау оңай, бірақ ол шынымен түсінуі үшін оған оның не қате екенін және оның не кінәлі екенін ТҮСІНДІРУ - бүкіл өнер осында жатыр.

Иә, бұл әдіс мәселелерді тез шешуге әкелмейді, ол көп уақытты қажет етеді, ол сіздің жанды қиялыңызды, тапқырлықты және баланы түсіну қабілетін талап етеді, бірақ оның нәтижесі ең жоғары сапалы және ұзақ уақытқа созылады. Ал ең маңызды марапат – сіздің балаңызбен берік достығыңыз, оның сізге деген түбегейлі сенімі.

• Баланы мазақ ету, оның барлық сезімін әзілге айналдыру.

Егер сіз сезімдердің кез келген көрінісін (соның ішінде реніш, ашу және т.б.) және баланың қажеттіліктерін әзілге аударсаңыз, онда бұл әдіс алдымен жұмыс істей алады, ал бала тіпті өзіне күледі. Бірақ егер бұл жүйеге енсе: онда оның сезімдері мен қажеттіліктері байыпты қабылданбайды деген пікір оның подсознаниесінде сақталуы мүмкін және осы жерден терең сезім пайда болуы мүмкін.

«ешкімге пайдасыз», сізге деген ішкі реніш.

• Толығымен елемеңіз, кетіңіз, бөлмені құлыптаңыз, истерияңызбен жалғыз. Кішкентай бала айғайлап, ырылдап, тыныштала алмайды, өйткені... ол анасынсыз тыныштала алмайды... Енді оған ештеңе керек емес, егер анасы оны жүрегіне қысып, аяп кетсе болды. . Мұндай жағдайларда сіз сонда болуыңыз керек, өйткені сіз нәрестені сөзсіз жақсы көресіз, ештеңеге қарамастан. Истерия белгілерін елемеңіз, бірақ баланың өзі емес.

• «Анаңды бұлай тыңдамасаң, жаман қызсың», «Жаман баласың, жыласаң ұят! Жігіттер жыламаңдар!» Баланы сезімдері үшін ешқашан бағаламау керек; Оны «жаман», «ашкөз», «зиянды» деп атай алмайсың, сондықтан ата-ана баласына соны білмей өсиет береді. Есіңізде болсын - сіз балаңызға өзі туралы не айтсаңыз - ол шынайылық ретінде таниды және қабылдайды. «Мен жаманмын ба? Жарайды, мен де солай боламын!» Басқаша айтқанда: «Қайықты қалай атасаңыз да, ол солай жүзеді». О, сіз жасай алмайтын көптеген нәрселер бар ... Бірақ мәселенің шешімі қайда? Бұтаның айналасында ұрып-соғып жүрмейік ...

Балада ашулануды қалай болдырмауға болады?

Отбасында махаббат атмосферасы.

Сабырлы сәттерде балаңызға оны қаншалықты жақсы көретініңізді жиі айтыңыз, ол жақсы істер үшін емес, бірақ дәл солай, өйткені ол бар. Балаңызды жиі құшақтап алыңыз, «күніне 8 құшақтау» ережесін есте сақтаңыз, ол баланы қуантады.

Баламен бірлескен серуендеу және іс-әрекеттер (сурет салу, қолөнер, модельдеу, би және ән айту, гимнастика).

Отбасылық дәстүрлер (бірлескен мерекелер, демалыс күндері) сіздің отбасыңызды нығайтады.

Барлығы үшін бір ата-ана саясаты.

Қатаң тыйым салынған, үлкендер жоқ жерде тыйым салынған және нәрестеге рұқсат етілген заттардың тізімін нақты анықтау қажет.

Одан да маңыздырақ, бұл саясатты әрқашан және отбасы ретінде ұстану.

Бұл ретте, әрине, бала тәрбиесінде шыдамдылық танытып, баламен ымыраға келе білу керек.

«Не жақсы, не жаман» пікірталастар мен әңгімелер.

Бала өзінің қалай «болатынын» және қалай әрекет ететінін жақсы түсінуі және қабылдауы үшін бұл жанжалды күтпестен, басқалардың мысалын қолдана отырып, ертегілерде (ертегі терапиясы, сюжеттік спектакль (қуыршақтармен драматизациялар, қуыршақ театры, режиссерлік пьеса).

Баланың ойында қайталап ойнап, ертегіден кейін талқылаған дұрыс түсінілген мінез-құлық ережелері оған ноталар мен мораль оқудан гөрі әлдеқайда күшті болады.

Сәби өзінің барлық кемшіліктерін жеңетін, ерлік істер жасайтын сюжеттік ойын - оған өзін, осы әлемдегі орнын түсінуге көмектеседі («Мейірімділік. Саған ұқсайтын баланың ертегілері» аудио ертегісі, сондай-ақ « Ертегі терапиясы: «Ертеде» сен сияқты қыз болған Бретт Д.)

Егер дауыл соғатын болса...

Баланы белсенді түрде тыңдау - бұл балаға оның сізге не айтқысы келетінін түсінетіндігіңізді түсіндіру, сонымен бірге оған өзінің сезімін айту. Мұны «Сіз-хабарлама» арқылы жасауға болады. Бұл не? Мысалы, жағдай: құмсалғышта баланың иық пышағын алып кетті. Ол көз жасын төгуге дайын. Анасы: «Бала сенен шпательді алды. Сіз оған қатты ренжіп, ашуланасыз» - психологтар «Сен-хабарлама» деп осылай атайды. Одан кейін ұрыс-керіс, айқайлауға кез келген жағдайда тыйым салынып, жағдайдың бейбіт түрде шешілетіні (оның орнына ойыншық алынады т.б., истерия болмайды) айтылады.

Балаға арналған сөздерді анық және нақты тұжырымдаңыз.

Бірақ сөз тіркестерін ҮШ ТЫЙЫМ СӨЗден бастауға болмайды: «егер», «сіз» және «неге (неге)». «Егер» сөзін бала қауіп ретінде қабылдайды, «сіз» оған қысым көрсету сигналы ретінде, ал «неге» оның әрекетін түсіндіруді талап етеді, ол әлі жасай алмайды.

Баланы әрекетке айналдырыңыз, оны қызықты нәрсемен алаңдатыңыз.

«Тек айқайламаңыз! Жыламаңыз! - дейсің, ал бала екі есе қатты айғайлайды? Бұл жас балаларда жиі кездесетін реакция. Оның психологиясына сәйкес, бала «бірдеңе жасама» дегенді тыңдаудан гөрі, сіздің бірдеңе істеу туралы өтінішіңізге жауап беру ықтималдығы жоғары. Сондықтан, егер сіздің балаңыз жылай бастаса, оның назарын әрекетке аударыңыз: оның сізге келуін сұраңыз, оған бірдеңе жасауға мүмкіндік беріңіз, бұл жағдайда сізде кішкентай ойыншық болғаны жақсы. Сонда ол сіздің өтінішіңізді бірінші жағдайға қарағанда әлдеқайда ықыласпен орындайды.

• Егер балаңыздың сізге қойған талабын орындау мүмкін болмаса, онда сіз онымен осы тақырыпта армандауға тырысуға болады. Бұл психологиялық трюк жұмыс істейді! Баламен қатты қалаған, бірақ мүмкін емес нәрсе туралы қиялдау көбінесе «ақылға қонымды дәлелдерден» гөрі көмектеседі.

• Балаңызға оның жағымсыз мінез-құлқының салдары туралы айтыңыз, мысалы: «Балалардың дүкенде айқайлағаны маған ұнамайды, оларды жай ғана дүкеннен алып кетеді олар үшін бәрі де». Бұл оны ойлануға мәжбүр етеді, мүмкін ол жанжал шығару туралы ойын өзгертеді.

Егер истерия басталса: егер ол баланың өрт сиренасы сияқты айқайлап, еденде жатқанына дейін жетсе, келесі әрекеттерді орындау керек:

Ең бастысы, ең қиыны - өзіңізді жинап, сабырлы болуға тырысу.

• Баламен бір көз деңгейінде болыңыз.

• Содан кейін балаңызға оның өтінішін орындау неге мүмкін еместігін нақты және қарапайым сөзбен түсіндіріңіз. Кейде бұл туралы бірнеше рет айту керек.

• Егер ол естімегендей кейіп танытып, истерикамен жүре берсе, ескертіңіз: «Сіз айқайлағанша, мен сізбен сөйлесе алмаймын. Мен сізді түсінбеймін», - деп естімесе, қайталаңыз.

• Мұндай «шоу» көрермендерге арналғанын есте сақтаңыз. Тек истерияны елемеуден бастаңыз, бейтаныс адамдардың «кеңестеріне» және түсініктемелеріне мән бермеңіз, жай ғана оған жақын болыңыз немесе оны қоғамдық жерден, айталық, дүкеннен алып кетсеңіз, үнсіз жолыңызды жалғастырыңыз.

• Егер балаға ешкім назар аудармаса, онда ол көп ұзамай айқайлауға қызығушылық танытпайды, ол тынышталып, сізбен қарым-қатынасты қалпына келтіруге дайын болады.

Мұнда тағы да 2 жол бар:

А) бірінші жағдайда ол сізге өзі жүгінгенше күткен дұрыс, өйткені сіздің өтінішіңіз истерияны қайта бастауға ықпал ету мүмкіндігі бар;

Б) кейде бала (әсіресе ерте жаста) жоғарыда жазылғандай сіздің көмегіңізсіз өздігінен тоқтай алмайды.

Содан кейін оған қолдау көрсету керек - ол ештеңені өзгерте алмайтын жағдайда «бостың көз жасы» деп аталатын жылау мүмкіндігі берілген. Бұл жағдайда және истерия кезінде сіз оны көтеріп, оны жақын ұстауға және тыныштандыруға болады, мысалы: «Мен бәрін түсінемін, қазір бұл мүмкін емес».

• Шиеленіс басылған кезде оның назарын бірден ол үшін қызықты іс-әрекетке аударуға тырысыңыз - ойын алаңында тоқтаңыз, егер сіз үйде болсаңыз - мысалы, әкеге, әжеге және т.б. қоңырау шалуды ұсыныңыз.

• Кейінірек, мүмкін, кешке, бұл тақырыпты қозғайтын кез келгеніне сенімді болған кезде, балаңызға: «Бүгін не болды, не істедің, не сұрау керек еді» деп түсіндіріңіз. Балаңызға сол сәтте қандай сезімде болғаныңызды айтыңыз: ұят, тітіркену. Оның (лар) мұндай әрекеттерімен ешқашан ештеңеге қол жеткізе алмайтынын, оның тілектерін көз жасы мен айқаймен емес, сөзбен, сабырмен білдіру керектігін түсіндіріңіз.

• Балаңыздың теріс қылықтары үшін жауапкершілікті алуға міндетті түрде үйретіңіз – мысалы, кешірім сұрау, бұл оған келесі жолы өзін саналы түрде ұстауға мүмкіндік береді.

• Қалай жазалау керек? Егер бала 2-3 жастан асқан болса, бұл пайдалы болуы мүмкін: бірақ оны астынан ұрып, бұрышқа қоюдың қажеті жоқ, жаза ретінде оны қызықты нәрседен айыру, мысалы, бас тарту. осы демалыс күндері хайуанаттар бағына жоспарланған саяхат немесе балалар кафесіне басқа саяхат. Сіз мұны міндетті түрде айтып, балаңызға не үшін бұлай істеп жатқаныңызды түсіндіруіңіз керек.

Кейде сезімдер санаңызды бұлдыратып, дұрыс шешім қабылдауға кедергі жасайды. Көбінесе солардың кесірінен біз эмоционалдық тұзаққа түсіп, балаларымыздың жетегіне еріп, кейін өкінеміз. Есіңізде болсын, Карлсон Балаға: «Тыныштық, тек тыныштық!» Сондықтан «Лифт» немесе «Әуе шары» жаттығуларын орындауға болатын тайм-аут алыңыз. Сіз оларды балаңызбен бірге жасай аласыз.

«Лифт» жаттығуы

Орындау уақыты: 2-3 минут. Жаттығуды тұрып орындау жақсы.

Ауа ішіңізге жету үшін терең дем алып, «лифтпен жүруді» бастаңыз. Дем шығарған кезде ауаның «бірінші қабаттан» (асқазаннан) қалай басталатынын сезініңіз.

1) Ауа асқазанға (бірінші қабат) жетуі үшін ауыз арқылы терең және баяу дем алыңыз. Деміңізді ұстаңыз және ауыз арқылы дем шығарыңыз.

2) Ауа бір «қабат» жоғары көтерілетіндей етіп қайтадан дем алыңыз (асқазан). Деміңізді ұстаңыз және аузыңыз арқылы дем шығарыңыз.

3) Біз дем алып, лифтіні басқа «қабатқа» көтердік (кеуде, дем шығару).

Жаттығуды аяқтағаннан кейін сіз лифт есігінен шыққандай кернеу де, толқу да денеден шығып кеткендей сезімге ие боласыз.

«Әуе шары» жаттығуы.

«Тік тұрыңыз, көзіңізді жұмыңыз, қолыңызды жоғары көтеріңіз, өкпеңізге ауа алыңыз. Өзіңізді ауа толтырылған үлкен шар екеніңізді елестетіңіз. Бұл қалыпта 1-2 минут тұрыңыз, дененің барлық бұлшықеттерін тартыңыз. Содан кейін допта кішкене тесік пайда болғанын елестетіңіз. Бір мезгілде дененің бұлшық еттерін босаңсытып, ауаны баяу шығара бастаңыз: қолдар, содан кейін иық, мойын, дене, аяқ және т.б.. Релаксация жағдайындағы сезімді есте сақтаңыз. Жаттығуды оңтайлы психо-эмоционалды күйге жеткенше орындаңыз».

Қарапайым «Қағаз отшашуы» ойыны арқылы сіз балаңызға жағымсыз эмоциялардан уақытында арылуға, жинақталған шиеленістерден арылуға, осылайша истерияны болдырмауға көмектесе аласыз. Сізге суреттері бар қалдықтар журналы немесе 2-3 парақ түсті қағаз және қолайлы қорап қажет. Балаңызды журналды кішкене бөліктерге бөлуге шақырыңыз, оған көмектесіңіз. Содан кейін журнал қалдықтары қорапқа немесе қолайлы құмыраға орналастырылады, содан кейін бала өзіне және анасына жарқын қағаз бөліктерін шашыратып, түрлі-түсті қағаздан отшашу жасайды. Содан кейін балаңызды сіздің көмегіңізбен барлық қағаз бөліктерін жинап, қорапқа салуға шақырыңыз. Осыдан кейін қағаз отшашуын нәресте шаршағанша қайталауға болады.

Эмоционалды күйді бақылауды үйрену үшін ата-анаңызбен бірге «Менің маскаларым» жаттығуын орындауға болады.

Қатысушыларға қағазды, түрлі-түсті қарындаштарды, қайшыларды және т.б. екі маска жасау ұсынылады - «Мен сабырлымын» және «Мен тітіркенемін». Маскалар дайын болғаннан кейін қатысушылар балалармен өзара әрекеттесу кезінде ұқсас маскаларды «таққан» жағдайларды еске түсіреді. Әрі қарай қатысушылар бетперделердің диалогтары арқылы ойланып, оларды ойнайды.

Пікірталас барысында қатысушылар әртүрлі маскаларды көрсету кезінде бастан кешірген сезімдерін, сондай-ақ өздерінің тітіркенуін қалыптастыру процесін және ананың (әкенің) эмоционалдық күйінің балалардың ашуланшақтықтарының пайда болуына және ынталандырылуына әсерін талдайды.

«Ештеңе көрме, ештеңе естіме, ешкімге ештеңе айтпа» өте жақсы ойын. Бала рөлін ойнау үшін қатысушы таңдалады. Психолог: «Енді балаларымызбен қалай сөйлесетінімізді есімізге түсірейік» дейді.

Бала бұзық болса, оған айтамыз, жылама, тоқта! Біз оған өз сезімдерін еркін білдіруге мүмкіндік бермейміз (қатысушының жүрек аймағына шарфты байлап қоямыз). Егер бала қашып кетсе, біз оған айтамыз - жүгірме! (аяғымызды байлап аламыз) Егер бала рұқсатсыз алуға тиіс емес заттарды алса, оған айтамыз, тиіспе! (қолымызды байлап аламыз) Бала айқайласа, оған айтамыз, айқайлама! (кесек айтамыз) Үлкендер сөйлесіп, бала олардың әңгімесін тыңдап тұрғанда, біз оған айтамыз - тыңдама! (біз құлағымызды жабамыз)

Енді «баламыздан» оның көңіл-күйін сұрайық? Сіздің ойыңызша, бала бұл күйде дами алады ма?

Талқылау барысында алдымен нені шешу керектігі туралы пікірлердің бірлігіне қол жеткізіңіз. Баланың өзінен сұрау керек деген ойға жетелей отырып, сіз ол үшін шешім қабылдай алмайсыз. Сондай-ақ байланған «бала» қатысушыдан оның сезімін сұраңыз. Бұл мәлімдемелер басқа қатысушыларға ата-аналық тыйымдардың барлық теріс жақтарын түсінуге, түсінуге және эмпатия жасауға мүмкіндік береді.

Балаға өтініш немесе өтініштің интонациясы оның орындайтын-орындамайтынын анықтайтынымен бәрі келісетін шығар. Балалармен тиімді әрекеттесу дағдыларын дамыту үшін «Орындау» жаттығуы өте қолайлы. Қатысушылардан балаға өтінішті орындауға кірісу үшін оны қайта тұжырымдау ұсынылады:

балаға ойыншық беріңіз;

- үй тапсырмасын қашан орындайсың?;

- Лас ыдыстарыңды кім жинайды?

- Ақыры киінесің бе?;

- бөлмеңе бар, мені мазалама! және т.б.

Бұл жаттығудан басқа, сіз «Керек немесе қажет» жаттығуын жасай аласыз. Ата-аналардан парақтарға не істеу керек екенін жазу ұсынылады, ата-ана ретінде істеуге міндетті. Одан әрі берілген тұжырымдардағы «міндетті», «міндетті» деген сөздерді «қалаймын» деген сөзбен ауыстырып, бірінен соң бірін дауыстап айту ұсынылады.

«Міндетті немесе міндетті» және «қалау» сөзі бар сөз тіркестерін айту кезінде қандай сезімдер пайда болатынына назар аударыңыз. Балаларға «сіз керек» деген сөз тіркесі қолданылған кезде қандай сезімдер пайда болуы мүмкін екенін талдау қажет.

Бұл жаттығулардың өрісі ата-аналарға шағын сынақты ұсыну болып табылады. Бұл сынақта ең бастысы нәтиже емес, өйткені ол күш-жігер жұмсаса өзгеруі мүмкін, бірақ ата-аналар өздерінің тәрбиелік ұстанымдарының назар аударуы керек ерекшеліктерін анық көреді».