

# Восемь тем по хорошему взаимодействию



Брошюра с темами для обсуждений  
для родителей и других взрослых

Фото:  
Johs Bøe  
Tine Poppe  
Lars Pettersen/Tinagent  
Glenn Røkeberg  
Scanpix Creative

Печать:  
[www.flisatrykkeri.no](http://www.flisatrykkeri.no)

2018



# Каким вы *видите* своего ребёнка?

Для того чтобы суметь воспринимать ребенка как самостоятельную личность — со своими чувствами, желаниями и потребностями — следует попытаться понять, каково это быть этим маленьким человечком, поставить себя на место ребёнка. На профессиональном языке мы это называем **эмпатической идентификацией** с ребёнком. Это значит, *что* вы видите не только, что ваш ребёнок делает, но и пытаетесь понять, *почему* он делает это, и какие потребности, мысли и чувства лежат за его поступками. Чтобы суметь это понять, вы должны задать самому себе вопрос: Если бы этим ребёнком был я, что бы я чувствовал, думал или желал?

## **От того, кто ты есть сам, зависит и то, как ты смотришь на ребёнка**

Многие факторы влияют на то, как вы смотрите на своего ребёнка. Это может, например, быть пережитое вами в детстве событие. Важна также и ваша ситуация в настоящий момент — как с социальной, так и с экономической точки зрения. И, конечно же, на всех нас, осознанно или подспудно, откладывают отпечаток наши ценности — культурные, религиозные или личные. Всё это формирует наш взгляд на ребёнка.

## **Темперамент ребёнка также играет свою роль**

Каждый из нас чувствует и реагирует по-своему, характерным для себя образом — в соответствии со своим **темпераментом**. Так и темперамент вашего ребёнка влияет на то, как вы его воспринимаете. Это спокойный ребёнок, которого легко удовлетворить, или же он легко возбудим? Она активная девочка? Он самостоятельный мальчик? Мы с лёгкостью навешиваем на детей ярлыки, исходя из их поведения. Например, мы можем сказать, что ребёнок шумный, спокойный или трудный. Иногда мы замыкаемся на одном описании, позволяя ему формировать наше впечатление о ребёнке. То, как мы воспринимаем ребёнка, во многом определяет наше отношение к нему.

## **То, что вы видите и о чем думаете, взаимосвязано с тем, что вы даете.**

То, как вы смотрите на ребёнка и понимаете его, имеет решающее значение для того, что вы испытываете и сопереживаете вместе. Этим также закладывается фундамент вашей заботы о ребёнке. Каждый ребёнок нуждается в надежных и хороших отношениях со своими родителями. Это краеугольный камень, который ляжет в основу его дальнейшей жизни.

## Покажите ребёнку, что вы его любите



Вашему ребёнку, также как и вам самим, для того чтобы почувствовать себя в полной безопасности, важно ощущать, что его любят и ценят. И ваш ребёнок, также как и вы сами, не может читать мысли. Поэтому так важно, чтобы вы показывали ему, как вы его любите — показывали словами и поступками. Это относится и к малышам, которые ещё не понимают обычной речи, но уже могут воспринимать эмоциональные проявления радости и горя, любви и отторжения. Дети любого возраста в состоянии «читать» и истолковывать ваши слова и поступки,

например, через выражение вашего лица или интонацию.

### Как показать ребёнку свою любовь?

- смеясь и улыбаясь вместе с ним
- обнимая ребёнка или похлопывая его по плечу
- говоря, что вы его любите
- играя и шутя с ребёнком
- разговаривая с ним с улыбкой
- утешая ребёнка и помогая ему успокоиться
- ...

### Подумайте над следующим:

- Как вы можете наиболее естественным образом показать своему ребёнку, что вы его любите?
- Что, по вашему мнению, придаёт ребёнку уверенности в том, что вы любите его?
- Что в вашем ребёнке вы цените больше всего?
- Как ещё лучше показать ребёнку свою любовь?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.



## Замечайте инициативы ребёнка и поддерживайте их



### Подумайте над следующим:

- Присутствуете ли вы “здесь и сейчас” для своего ребёнка?
- Есть ли что-то, из-за чего ребёнок может почувствовать себя забытым, например, мобильный телефон или телевизор?
- Как реагирует ваш ребёнок, когда вы оказываете ему знаки внимания?
- Как реагирует ребёнок, когда он пытается найти контакт, но не получает ответа?
- Может ли вы по языку мимики и жестов понять чувства ребёнка?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

Для того чтобы по-настоящему качественно провести время с ребёнком, не достаточно просто находиться рядом с ним физически. Надо быть вместе с ним и мысленно. У взрослых зачастую мысли заняты чем-то другим. Это может быть, например, разговор по телефону, озабоченность по поводу того, что мы не успели сделать. Но если вы хотите быть с ребёнком, быть для ребёнка, вам придется приспособиться, вжиться в то, что его занимает, о чём он думает, что чувствует.

У детей, в определённых границах, должна быть возможность следовать собственным идеям и делать вещи по-своему. Именно так они развиваются. Поэтому важно, чтобы вы не решали за ребёнка абсолютно всё, а поддерживали его, поощряли и давали ему время для вынашивания собственных идей. Поддерживая инициативу ребёнка, вы подаете ему сигнал, что он может проявлять инициативу, действовать самостоятельно и с его мнением будут считаться. При хорошем взаимодействии вы и ребёнок равны, и вы оба имеете право высказаться о том, что вам не нравится. Но это не означает, что ребёнок должен вами управлять. Ответственность за взаимодействие лежит на взрослом, то есть на вас.

### Как заметить и поддержать инициативу ребёнка?

- реагируя на инициативу ребёнка
- проявляя интерес к занятию ребёнка
- читая язык мимики и жестов ребёнка
- выявляя желания и чувства ребёнка
- отвечая на желания и чувства ребёнка
- подстраиваясь, насколько это возможно, под настроение и желания ребёнка
- ...



## Разделяйте чувства ребёнка

Задумывались ли вы когда-нибудь о том, насколько чувствительна у младенцев «система сигнализации»? Когда их что-то беспокоит, они начинают плакать, и мы приходим, чтобы успокоить их. Детям постарше нужно помочь понять, что в проявлении чувств нет ничего страшного. Это вполне естественно и нормально.

Испуганный ребёнок нуждается в защите. Расстроенный ребёнок — в утешении. Также и подросток нуждается в понимании, когда ему кажется, что ходить со скобами на зубах ужасно стыдно.

Если ваш ребенок рассержен или раздражён из-за того, что вы установили для него какие-то необходимые ограничения, ему нужно не только помочь успокоиться, но и показать, что мы понимаем его чувства. Если вы, например, стоите в магазине с четырёхлетним ребенком, который выпрашивает у вас конфеты, вы можете сказать: «Я понимаю, что ты хочешь конфеты, но сейчас купить их мы не можем». Понимание чувств ребёнка не равнозначно изменению определённых вами границ. Однако, когда вы объясняете, почему вы говорите: «Нет», и говорите, что вы понимаете его чувства, ребёнку будет легче смириться с такими границами.

### Разговаривайте со своим ребёнком — с самого его рождения

Дети с младенческого возраста в состоянии вступить в то, что мы называем «эмоциональный диалог», т.е. общение посредством выражения чувств. Через зрительный контакт, выражения радости и позитивные жесты у ребёнка вырабатывается чувство привязанности к вам. Имитируя проявленные младенцем

эмоции, вы сигнализируете, что вы поняли, что он пробует выразить. Этот бессловесный контакт чрезвычайно важен для развития у ребёнка в дальнейшем языковых и социальных навыков и безбоязненному выражению им своих чувств. Поэтому, разговаривая со своим малышом, пытайтесь говорить всем телом — губами, глазами, руками.

Со взрослением ребёнка значение тесного и хорошего контакта между ним и вами не уменьшается. Дети более старшего возраста также ранимы и нуждаются в заботе, словах утешения, произнесенных, может быть, во время открытого разговора, в ходе которого дети чувствуют, что они свободно могут говорить на личные темы. Поэтому так важно, чтобы ребёнок чувствовал, что он может доверять вам.

### Как разделить чувства ребёнка?

- находя время для «разговора» со своим малышом
- устанавливая с ним зрительный контакт и повторяя его движения и звуки
- утешая ребёнка, если тот расстроен, будь то совсем маленький ребенок или ребенок старшего возраста
- помогая ребёнку вернуть чувство защищенности, если тот испуган
- помогая ребёнку успокоиться, если тот рассержен
- находясь рядом с ребёнком и не отвлекаясь ни на что другое, если он хочет с вами доверительно поговорить
- ...





## Похвала и признание

Все дети, в том числе и дети грудного возраста, нуждаются в признании того, кто они *есть*, и в похвале за свои *действия*. Поэтому хвалите ребёнка, когда это представляется естественным — даже за мелочи. Похвала и признание важны для того, чтобы ребёнок понял, что вы цените его как самостоятельного человека, и для развития у него уверенности в себе и положительной самооценки. Похвала помогает ребёнку осознать свою внутреннюю ценность, и что он что-то умеет. Важно также говорить ребёнку, что конкретно он сделал хорошо, и почему это хорошо. Это помогает ребёнку развивать позитивный и **реалистичный образ самого себя**.

Похвала за хорошие поступки по отношению к другим способствует развитию у ребёнка социальных навыков. Таким образом ребёнок учит, что рассматривается как хорошее социальное поведение, а что — нет.

### Способы похвалы и проявления признания ребёнка

- показать ребёнку, что вы его видите — зрительный контакт
- быть конкретным, например, проявляя



признание посредством того, что вы пережили вместе («я так рада, что мы сегодня провели время вместе», «я вижу, что тебе это нравится»)

- говорить ребёнку, что хорошо, и почему это хорошо («молодец, это хорошо, потому что, когда ты так делаешь, то...», «как хорошо, что ты помогаешь младшему братику, потому что...»)
- использовать в знак признания улыбку, добрые слова и ласковые прикосновения
- ...

### Подумайте над следующим:

- Что значит для вас похвала?
- Как вы реагируете на похвалу в ваш адрес?
- Часто ли вы, на ваш взгляд, хвалите своего ребенка? (Приведите примеры того, как вы это делаете на практике).
- Может ли отсутствие похвалы быть во вред ребёнку? Или излишняя похвала?
- Как реагирует ваш ребёнок, когда вы хвалите его и проявляете признание?
- Как, на ваш взгляд, будет вести себя по отношению к другим ребёнок, которого родители никогда не хвалят?
- Как вы хвалите и проявляете признание грудному ребёнку?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.



## Общее внимание — совместные переживания



Пережить или испытать что-то вместе — это предпосылка для успешного контакта и коммуникации, ведь не переживая совместно окружающие нас вещи, трудно говорить или делать что-то вместе. Это также хороший и необходимый исходный пункт для дальнейшего процесса приобретения *знаний*.

Детей и взрослых занимают разные вещи. Например, стоящий на другой стороне дороги экскаватор кажется ребёнку куда более интересным, чем светофор, действие которого вы объясняете. В подобных ситуациях вы, как взрослый, можете создать условия для того, чтобы ваше внимание и внимание ребёнка было обращено на одно и то же, создав таким образом возможность для получения общих впечатлений. Вы можете, например, сказать: «Посмотри-ка...» и показать ему на то, что Вы хотите, чтобы ребёнок увидел. Или вы сами можете подстроиться под интересы ребёнка, направив свое внимание на то, что заинтересовало ребёнка. Этим вы также покажите ему, что его интересы важны для вас.

Помогая ребёнку сосредоточить на чём-то своё внимание, вы создаёте основу не

только для общих впечатлений. Вы также помогаете ребёнку и в развитии способности к концентрации внимания. Концентрация является условием для способности ребёнка к пониманию новых вещей и освоению новых знаний.

### Как вы можете помочь ребёнку сосредоточить внимание?

- думая, что у вас возникнут *общие* впечатления от ситуации
- помогая, ребёнку направить его внимание на то, что вы хотите пережить или испытать вместе, например, указывая на что-то пальцем, смотря ребёнку в глаза и говоря: «Подойди сюда!» или «Посмотри!».
- обращая свое собственное внимание на то, что заинтересовало ребёнка
- ...

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

**Подумайте над следующим:**

- Находите ли вы с ребёнком время на то, чтобы вместе пережить или испытать то, что интересует вас обоих?
- Приведите примеры того, как вы помогаете своему ребёнку сосредоточить внимание? Как реагирует на это ребёнок?
- Как, на ваш взгляд, будет развиваться ребёнок, который редко получает помощь в том, чтобы он смог сосредоточить свое внимание?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

---

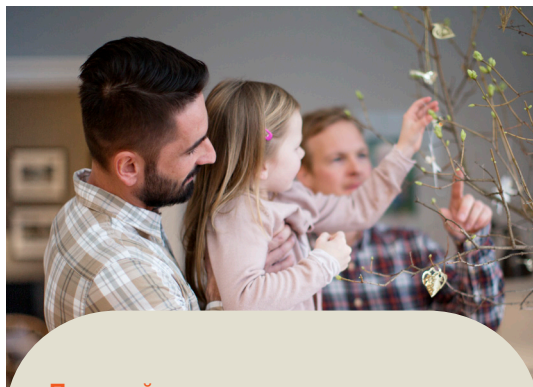
## Добавляйте смысл к впечатлениям ребенка

Чтобы ребёнок понял, что он переживает вместе с вами определенный опыт, и смог уяснить взаимосвязь нынешних впечатлений с пережитым им ранее, важно, чтобы вы обозначали ребёнку названия окружающих его вещей и объясняли, как они действуют. Выражая положительные эмоции и проявляя заинтересованность в том, чем вы и ваш ребенок занимаетесь, вы помогаете ему запомнить пережитое. Оно становится для него важным и наполненным смыслом.

Когда ребёнок чувствует, что он делит с вами «реальность», он обнаруживает, что вы делите и один и тот же язык, и что произносимые им слова имеют определенное значение не только для него самого — они несут ту же смысловую нагрузку и для других. Ребенок узнаёт, что конкретные вещи имеют свои названия, например, «дом» или «молоко», а также учится выражать словами незримые вещи, например, чувства.

Важно, чтобы вы, как родитель, помогли ребёнку озвучить и понять различные чувства, возникающие в связи с тем, что происходит вокруг него. Вы, например, можете сказать: «Твой братик, наверное, расстроился из-за того, что мы его не взяли с собой».

И дети более старшего возраста нуждаются в ком-то, с кем бы они могли поговорить о чём-то, что им самим трудно понять, например, о притеснениях в школе, смерти близкого или о драматических событиях, освещаемых в СМИ.



### Подумайте над следующим:

- Приведите примеры того, как вы это делаете на практике. Как реагирует на это ребёнок?
- Как будет вести себя ребёнок, который не получает объяснений смысла происходящего вокруг него?
- Как можно объяснить смысл чего-то детям разного возраста (грудному ребёнку, 3-летнему ребёнку, 14-летнему подростку)?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

### Как помочь ребёнку с процессом осмысления?

- разговаривая с ребёнком об общих впечатлениях
- называя и описывая то, что вы видите
- показывая ребёнку, как действуют вещи
- проявляя энтузиазм и увлечённость в отношении того, что вы вместе с ребёнком открываете для себя
- ...

Описывая словами то, что ребёнок видит или переживает, вы помогаете ему понять, что вокруг него происходит, помогаете в развитии его языковых и социальных навыков и в обретении ребёнком уверенности. Фактически, мы зачастую это делаем автоматически, уже с момента рождения ребёнка.



## Нахождение взаимосвязей



Самые главные учителя для ребёнка — это его родители. Именно родители учат детей любознательности и пытливости к окружающим вещам. Дети начинают учиться задолго до школы.

Накопление знаний и опыта и создание между ними взаимосвязей является важным элементом для **интеллектуального развития** ребёнка, т.е. развития способности к обучению. Помогая ребёнку привязать ранее полученные впечатления к новым («а ты помнишь, как...», «вот поэтому мы сейчас и...»), вы помогаете ему понять взаимосвязи, и он начинает более абстрактно относиться к словам и понятиям. Представьте себе, что вы с ребёнком идёте по улице и видите кота. Вы можете показать пальцем на кота и сказать, что он находится в родстве с тигром. Спросите затем ребёнка: «А ты видишь, чем кошка и тигр похожи друг на друга?» Таким образом вы помогаете ребёнку увидеть взаимосвязь и думать, выходя за рамки конкретной ситуации. Это чрезвычайно важно для развития у ребёнка когнитивных функций, т.е. способности понимать, учить и думать. Это также важно и для развития навыков владения языком.

### Как помочь ребёнку с нахождением взаимосвязей?

- объясняя, рассказывая и находя причины происходящего
- объясняя и беседуя с ребёнком о случившемся с ним
- сравнивая с чем-то, то что произошло раньше, и находя сходства и различия
- находя взаимосвязи с прошлым и будущим
- сочиняя и рассказывая истории о том, что вы испытали вместе
- рисуя, сочиняя песенки, рассматривая картинки на тему увиденного
- ...







## Планирование



Способность смотреть вперед и обладание чувством предсказуемости может помочь вашему ребёнку в развитии самоконтроля. Совместное с ребёнком пошаговое обсуждение предстоящих планов помогает ему развивать способность самостоятельного планирования и сохранять представление об отдельных шагах, ведущих к конечной цели. Для этой цели хорошо может, например, подойти планирование похода в лес. Что нам взять с собой, чтобы не замерзнуть? Что из еды нам нужно взять? Куда мы пойдём? На профессиональном языке мы называем это созданием **когнитивной карты**.

Когнитивные карты помогают ребёнку сосредоточиться на достижении цели за определенный период времени. Помогая ребёнку выработать хороший режим дня с чётко определёнными занятиями, как, например, сон, приём пищи, выполнение домашних заданий, вы даёте ему важный

инструмент, с помощью которого он сам сможет создавать в своей жизни структуру и предсказуемость.

### Как помочь ребёнку встать на собственные ноги?

- помогая ребёнку с пошаговым планированием
- определяя цель, которую ребёнок сможет достичь с вашей помощью
- выработав хороший распорядок дня с чётко определёнными привычными занятиями (сон, приём пищи, выполнение домашних заданий и т.п.)
- ...

### Подумайте над следующим:

- Как вы помогаете своему ребёнку с пошаговым планированием?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

## Поддержка



Для хорошего развития всем детям нужна поддержка. В ICDP мы используем понятие **дифференцированная поддержка**, означающее, что мы оказываем помощь только в тех случаях, когда ребёнок в ней нуждается, и отступаем в сторону, когда мы видим, что ребёнок начинает справляться сам. Излишняя поддержка может привести к появлению у ребёнка неуверенности в собственных силах, и сделать его зависимым от получения помощи, когда он пробует что-то новое. Нехватка поддержки может привести к тому, что когда ребёнку что-то не удаётся, он начинает чувствовать себя глупым.

Хорошим примером дифференцированной поддержки может послужить то, как мы учим ребёнка кататься на велосипеде: Мы придерживаем велосипед за багажник, но сразу отпускаем его, когда мы чувствуем, что ребенок поймал баланс. И мы снова

придерживаем его, когда велосипед начинает вилять.

### Как правильно поддержать ребёнка?

- поддерживая ребёнка именно тогда, когда нужно
- позволяя ребёнку почувствовать самостоятельность и способность справиться с задачей
- ...

### Подумайте над следующим:

- Как можно оказывать ребёнку *слишком большую* поддержку?
- Бывает ли так, что вы слишком мало поддерживаете своего ребёнка?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

## Создавать условия

С самого раннего возраста дети учатся саморегуляции в различных ситуациях. Например, их поведение дома отличается от поведения в детском саду или в школе. В некоторых случаях для саморегуляции им нужна помощь, например, в случае конфликта на детской площадке или на школьном дворе. В этом случае, вы, как взрослый человек, можете воспользоваться тем, что мы называем **ситуационным регулированием**, то есть, вмешаться в ситуацию вместо ребёнка, изменив рамки или правила игры. Когда дети видят, что ситуация может быть улучшена путем внесения в неё изменений, они овладевают лучшими стратегиями своего собственного поведения.

### Как создать для ребёнка условия для саморегуляции?

- вмешиваясь в ситуацию вместо ребёнка
- изменяя правила и рамки
- разговаривая с ребёнком о различных способах справиться с ситуацией
- ...

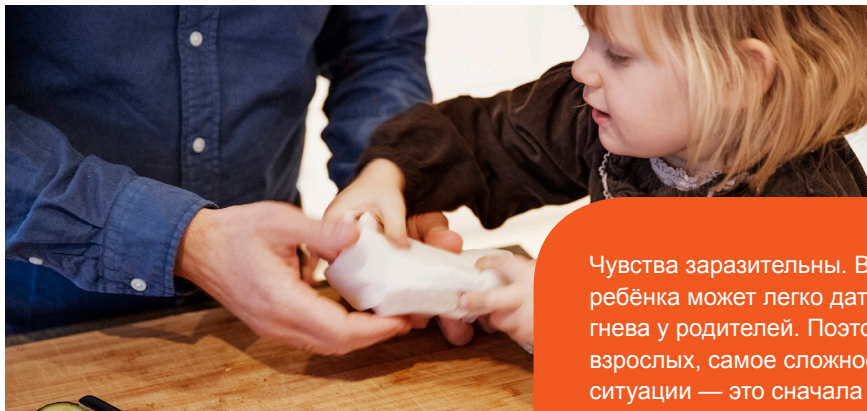
### Подумайте над следующим:

- Почему регулирование ситуации вместо ребёнка может быть хорошей идеей?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.



## Устанавливать границы в позитивном ключе



Устанавливать ребёнку границы может быть трудным для многих из нас. Однако это совершенно необходимо для того, чтобы ребёнок мог развить **моральное понимание, эмпатию** и чувство ответственности.

**Установление границ в негативном ключе**, используя, например, запреты и угрозы наказания, в долгосрочной перспективе приносит больше вреда, чем пользы. Если вы хотите, чтобы ребёнок из установленных границ смог почерпнуть что-то ценное, необходимо применять то, что мы называем **установлением границ в позитивном ключе**. Это означает установление границ таким образом, который ребёнок находит полезным и разумным. Этого можно достичь, объяснив ребёнку, почему вы устанавливаете границу и, желательно, предложив ему какие-то альтернативы. С детьми старшего возраста разумным может быть прийти к соглашению о том, где эти границы будут проходить. Тогда они почувствуют, что они принимают участие в принятии решений, и что их принимают всерьёз.

Устанавливая границы в позитивном ключе, вы помогаете понять ребёнку различие между хорошим и плохим. Тогда он сможет

Чувства заразительны. В частности, гнев ребёнка может легко дать начало вспышке гнева у родителей. Поэтому, для нас, взрослых, самое сложное в подобной ситуации — это сначала успокоиться самим, а затем уже успокаивать ребёнка. Для того, чтобы мы были в состоянии регулировать ребёнка, мы должны уметь регулировать самих себя. Когда мы устанавливаем границы, важно оставаться спокойными, даже если мы рассержены.

самостоятельно сделать правильный выбор, например, не воровать в магазине — и не из страха наказания, а потому что это плохо.

### Как устанавливать для ребёнка границы в позитивном ключе?

- объясняя, почему вы устанавливаете границы
- предлагая ребёнку альтернативы
- используя переговоры с ребёнком в качестве вспомогательного средства
- ...

### Подумайте над следующим:

- Почему для ребёнка важны границы?

Попробуйте вспомнить, как вы делаете это, и как ребёнок реагирует на это.

# Словарь

Абстрактное	чисто мысленное, противоположность конкретному
дифференцированная поддержка	оказание поддержки только, если ребёнок в ней нуждается, и отход в сторону, когда мы видим, что ребёнок начинает справляться сам
интеллектуальное развитие	развитие способности к обучению
когнитивные карты	способность планировать и сохранять представление об отдельных шагах, ведущих к конечной цели
когнитивные функции	способность понимать, учить и думать
моральное понимание	способность понимать разницу между правильным и неправильным, между хорошим и плохим поведением
признавать	показывать, что вы цените ребёнка таким, каков он есть
реалистичная уверенность в себе	верное представление о собственных навыках и способностях
самооценка	говорит о том, насколько человек доволен самим собой, и какие ценности он видит в себе
ситуационное регулирование	изменять рамки или правила в ситуации, чтобы помочь ребёнку справиться с ней
темперамент	врожденная тенденция чувствовать или реагировать типичным для себя образом
уверенность в себе	говорит о том, как человек судит о самом себе, исходя из того, что он в состоянии сделать или думает, что он в состоянии это совершить
установление границ в негативном ключе	устанавливать границы, используя запреты и угрозы наказания
установление границ в позитивном ключе	установление границ таким образом, который ребёнок находит полезным и разумным
хвалять	показать ребенку, что вы цените то, что он делает
хорошее взаимодействие с ребёнком	забота и близость, но одновременно выставление требований и установление границ
эмоциональный диалог	коммуникация посредством выражения чувств
эмпатическая идентификация	понимание, каково это быть другим человеком
эмпатия	способность войти в ситуацию другого человека, понять его чувства

# Действовать вместе, чтобы вместе стать лучше

Воспитать ребёнка — это одна из наших важнейших и сложнейших задач. Ваш ребёнок — это не ваша миниатюрная копия. Это отдельная личность, которая постепенно развивает свою индивидуальность и становится самостоятельным человеком. Перед нами, взрослыми, стоит задача поддержать ребёнка и быть последовательными, надёжными и заботливыми родителями. Даря нашим детям заботу и близость, мы не должны забывать выставлять требования и определять границы, так как именно это помогает ребёнку обрести уверенность и самостоятельность. Именно это мы и имеем в виду, когда мы говорим о хорошем взаимодействии между взрослыми и детьми.

## **ICDP – помощь найти хорошие способы быть вместе**

ICDP (International Child Development Programme — Международной программе развития ребенка) — это программа методической помощи родителям, которая была разработана экспертами из многих стран на основе многолетних исследований. В программе речь идёт о комплексных задачах, с которыми сталкиваются многие родители, о стратегиях для хорошего и позитивного контакта между родителями и детьми. Участвуя в программе, вы встретите в группах других родителей, с которыми вы сможете обменяться опытом и точками зрения. Таким образом вы помогаете друг другу обрести большую уверенность в роли родителя и сможете получить новые идеи, касающиеся ваших взаимоотношений со своим ребёнком.

Брошюра «Восемь тем по хорошему взаимодействию» — это и практическое учебное пособие для групповых занятий, и «памятка», к которой можно вернуться по завершении курса. Из этой брошюры вы узнаете о том, как ребёнок развивается, и какие потребности у него возникают на различных этапах развития. В ходе занятий вам будет предложено обдумать различные темы. Это может помочь вам взглянуть на ситуацию с другой стороны и даст вам идеи о том, как вы сможете справиться с конкретными проблемами и сделать взаимоотношения между вами и вашим ребёнком ещё лучше.

Эта брошюра никоим образом не даёт «окончательный ответ», как воспитывать ребёнка. Она предназначена для использования в качестве инструмента, который позволит вам обрести уверенность в вашей роли родителя.

Мы рекомендуем вам во время курса делать в брошюре пометки и активно участвовать в групповой работе.

Добро пожаловать!

## **Хотите узнать больше?**

На сайтах [bufdir.no](http://bufdir.no) и [foreldrehverdag.no](http://foreldrehverdag.no) Вы сможете найти больше информации об отношениях между детьми и родителями.