

Беседа с ребёнком

1. Найти для разговора безопасное место – желательно, кабинет, где нет посторонних людей, и куда никто не зайдёт во время разговора.

2. Пригласить ребёнка для индивидуального разговора. Во время приглашения обозначить, что хотите поговорить с ним на важную тему.

3. Обеспечить комфортные и безопасные условия для проведения разговора – никто из участников беседы не должен спешить по другому делу, заниматься параллельно чем-то ещё.

4. Ход разговора

Прояснение ситуации

Расскажите подростку, какие изменения в его поведении вы наблюдали в последнее время. В ваших словах должны присутствовать только факты и ваши искренние чувства. Затем сообщите, для чего важен ваш разговор с ним. Например: «В последнее время я часто замечаю, что ты задумчив, на переменах меньше общаешься с ребятами. Я этим обеспокоен(а), поэтому пригласил(а) тебя, чтобы узнать, что происходит, и вместе с тобой подумать, как тебе помочь. Я встревожен(а) за тебя и считаю, что нам важно поговорить об этом. А что думаешь ты?»

Выслушивание точки зрения подростка

Дайте подростку возможность высказать свою точку зрения. Помните о том, что неудачно сказанное слово может вызвать вспышку возмущения или отказ от общения. Поэтому проявляйте осторожность и терпение в разговоре.

Если молчит – держите паузу. Минуты через три можете напомнить, что вы ждете: «Я вижу, что ты молчишь, мне хотелось бы услышать твоё мнение по этому поводу». Подросток может говорить открыто, если чувствует, что вы на его стороне.

Иногда необходимо легализовать возможное раздражение: «Это разговор на трудную тему. Он может вызывать неприятные чувства. Но он важен».

Проговаривание чувств и мыслей подростка о ситуации

Уточните то, что сказал подросток: «Если я правильно тебя поняла, то ты считаешь...».

Отметьте чувства и переживания подростка, уточните, с чем они связаны. Чем могут быть вызваны злость, страх. Если ребёнку трудно сформулировать, то надо помочь ему обозначить его состояние.

Необходимо избегать оценочных высказываний, осуждения при общении с ребёнком.

Оставайтесь спокойны и рассудительны, независимо от реакции подростка на ваши слова. Если ребёнок кричит, возмущается, обвиняет вас, кого-то ещё, возможно, это попытка перевести разговор на привычный способ. Примерьте на себя его чувства и назовите то чувство, которое испытывает подросток: «Ты сейчас разозлился (расстроился, испугался, огорчился)» – и стимулируйте подростка на откровенный разговор. Если подросток молчит, скажите ему: «Я понимаю, что это раздражает тебя. Тем не менее, важно прояснить ситуацию». Можно повторить это несколько раз в разных видах, еще раз проговорить, что

Вы не собираетесь обвинять его или наказывать за что-то, а хотите лучше понять, чтобы помочь.

Прояснение фактов

Спросите у подростка, каково его эмоциональное состояние обычно в течение дня, часто ли оно меняется, от чего это зависит. Что происходит в реальной жизни подростка, готов ли он поделиться этим. Если у него есть самоповреждения, то можно спросить, что за повреждения, чем наносит, когда начал, насколько часто он это делает. Спросите, что заставляет их наносить и как меняется его эмоциональное и, возможно, физическое состояние после нанесения, достигает ли он таким образом своих целей.

Лучше задавать открытые вопросы и в ходе общения задавать уточняющие вопросы.

Обобщение услышанного

Подросток рассказал, что происходит, объяснил возможные причины. Если вы даже поверили не всему, нет смысла искать истину прямо сейчас. Подросток открылся настолько, насколько смог при первом разговоре. Задача педагога – мотивировать подростка к решению проблемы.

Можно резюмировать полученную от подростка информацию таким образом: «Я тебя услышала и поняла, что в твоей жизни, возможно, сейчас происходят вещи, с которыми трудно справиться. Возможно, тебе сейчас кажется, что никто не поймёт, что выхода из ситуации нет, может, тебя тревожит вопрос, что будет дальше, когда взрослые узнали о твоих трудностях. Есть ли у тебя предположения, что будет происходить с твоей ситуацией дальше?»

Выслушать предположения подростка. Обсудить с ним возможные опасения – «сообщат в полицию», «поставят на учёт», «будут лечить в психушке», «скажут родителям, а они накажут». Сказать о том, что в такой ситуации – совершенно нормально, что возникает много страхов и тревоги.

Обсуждение дальнейших действий

Рассказать подростку понятным языком о том, что действительно будет сделано в дальнейшем. Нужно сообщить, что состоится беседа с родителями с целью наладить с ними диалог и получить поддержку и помощь для тебя. Обязательно надо предложить персональную помощь ребёнку, возможно, не от специалиста школы, а от психолога ЦППМСП (территориальные или ГБОУ ОЦДиК). Спросите, какую помощь он хотел бы получить, расскажите, куда он может обратиться, объясните, что обращение в психологический центр будет добровольным, бесплатным и конфиденциальным.

Укрепление доверительных отношений, подведение итога разговора

Разговор с подростком важно закончить позитивным настроением и подтверждением, что педагог хорошо к нему относится, ценит и поддерживает.

Скажите о том, что он может рассчитывать на вашу помощь и внимание в любое время, можно дать свои координаты.