

# **Kids' Skills**

## **"Освоение навыков"**

### **Бен Фурман**



# Метод разработан:

- **Бен Фурман** - содиректор Хельсинского Института краткосрочной терапии, психиатр, психотерапевт, тренер по психологии и психотерапии.
- **Тапани Алоха** - содиректор Хельсинского Института краткосрочной терапии, клинический психолог.
- **Сирпа Бирн и Туйя Тераава** - педагоги специального образования из Кеулы, дошкольного учреждения для детей с различными эмоциональными поведенческими расстройствами.

# Принципы:

1. **Удобство применения в различных контекстах (дом, школа, детский сад), различными людьми (психологи, учителя, родители).**
2. **Простота и доступность.**
3. **Метод должен нравиться детям.**
4. **Метод должен нравиться родителям.**

# Центральная идея:

- Дети должны принимать активное участие в овладении умениями, которые нужны им для того, чтобы справиться с существующими проблемами.
- У детей нет проблем, но есть умения которыми они не овладели.
- Проблемы можно рассматривать как неразвитые навыки.

# **Метод состоит из 4-х блоков:**

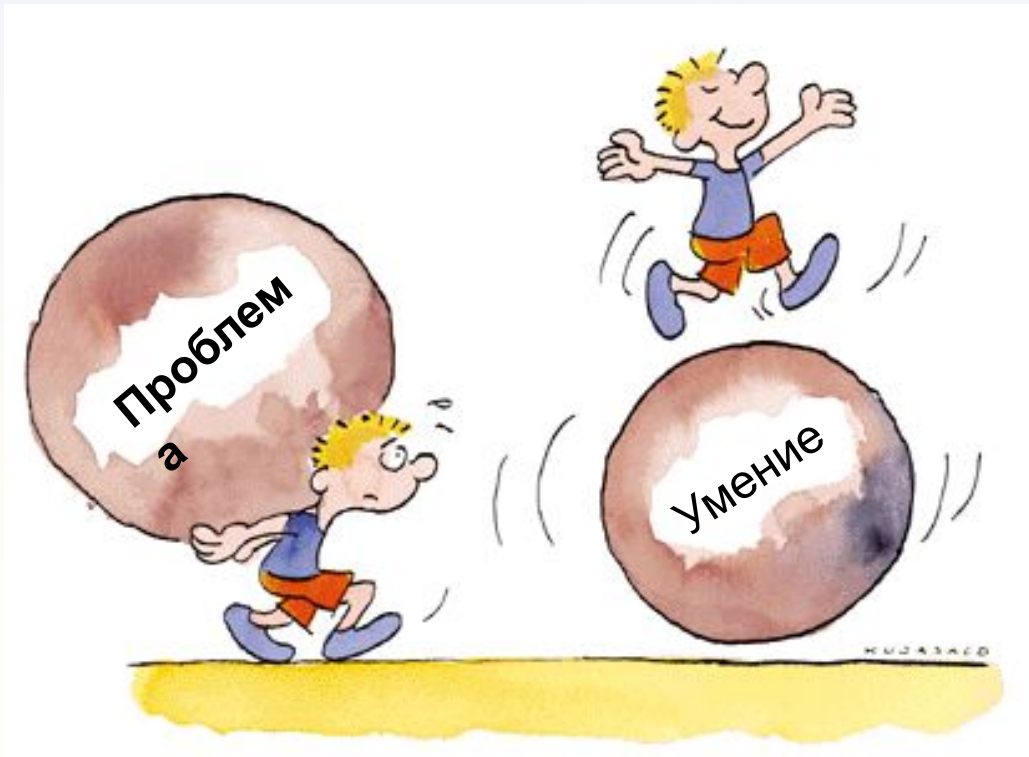
- 1. Преобразование проблем в умения.**
- 2. Создание мотивации:**
  - помогаем ребенку придумать название навыку;
  - помогаем увидеть преимущества;
  - планируем празднования.
- 3. Тренировка навыка:**
  - продумываем практику навыка;
  - обеспечиваем поддержку.
- 4. Закрепление успеха:**
  - празднование успеха;
  - передача опыта другим детям;
  - продумывание следующего навыка.

# Какие умения нужны для овладения ЭТИМ МЕТОДОМ:

- ✓ Умение формулировать вместо проблем навыки, которым нужно научиться.
- ✓ Умение договариваться с ребенком о том, какому навыку ему нужно научиться.
- ✓ Умение поддерживать желание ребенка овладеть навыком.
- ✓ Умение сотрудничать с группой поддержки.

# Ступень 1

## Преобразование проблем в умения



**Чему должен научиться ребенок, чтобы справиться с этой проблемой?**

# Задача:

Определить, какие навыки нужны ребенку, чтобы справиться с проблемой.

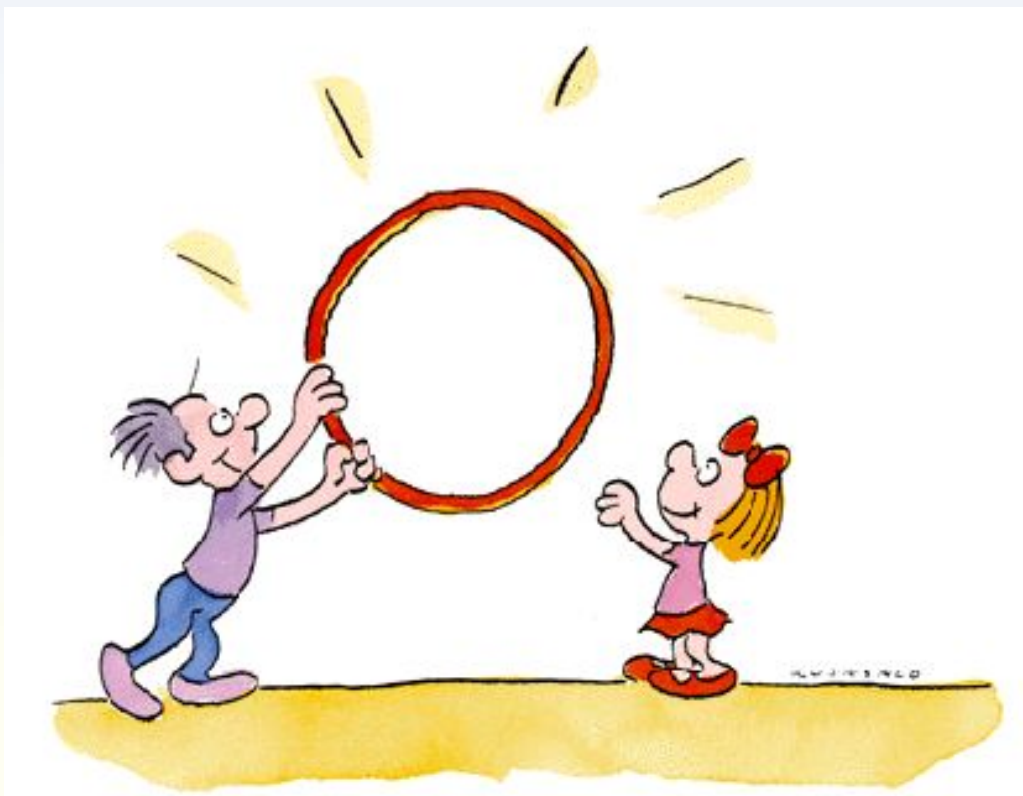
# Правило:

Умение заключается не в прекращении нежелательной деятельности, а в обучении правильному поведению.



# Ступень 2

## Согласие на овладение НАВЫКОМ



Обсудить с  
ребенком  
проблему и  
договориться  
о том, какой  
навык он  
будет усваивать

# **Дополнительные возможности получить согласие:**

- **Проводить занятия в группе детей.**
- **Употреблять "мы" вместо "я".**
- **Обсуждать свои идеи с ребенком.**
- **Дать детям возможность помогать друг другу в определении нужных навыков.**

# Ступень 3

## Выявление преимуществ от овладения навыком



**Помочь ребенку осознать,  
какие преимущества  
ему даст освоение  
предполагаемого навыка**

# Ступень 4

## Обозначение навыка



**Помочь ребенку  
подобрать навыку  
название**

# Ступень 5

## Выбор существа силы



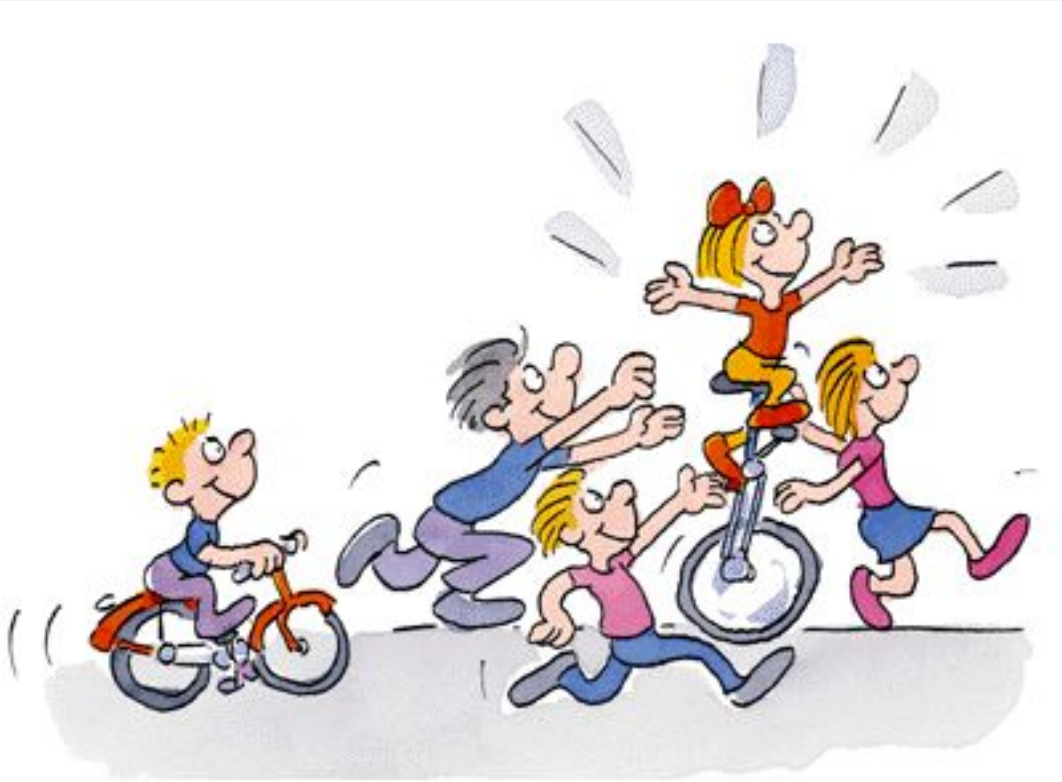
**Помогите ребенку  
выбрать для себя  
животное  
или другое существо,  
которое будет  
поддерживать его  
и помогать в овладении  
навыком**

# Существо может:

- помогать сохранять уверенность,
- давать силы для тренировки,
- напоминать о том, что надо практиковать  
навык,
- успокаивать и поддерживать.

# Ступень 6

## Подбор группы поддержки



**Помочь ребенку  
пригласить  
других людей в  
качестве группы  
поддержки**

# **Группа поддержки может:**

- **поддерживать в ребенке уверенность,**
- **хвалить ребенка, когда он делает успехи в овладении навыком,**
- **помогать ребенку снова встать на правильный путь,**
- **разделять с ребенком радость успехов.**



# Ступень 7

## Обретение уверенности



**Помочь ребенку  
обрести  
уверенность в  
том,  
что он сумеет  
освоить навык**

# Как обосновать уверенность:

- ты раньше добивался успеха,
- в последнее время у тебя стало лучше получаться,
- ты смог овладеть несколькими трудными навыками до этого,
- ты такой отважный/упорный/ловкий,
- ты понимаешь как это важно,
- у тебя много помощников.

# Ступень 8

## Готовимся праздновать победу



**Продумать вместе с  
ребенком,  
как вы отпразднуете  
овладение навыком**

# Ступень 9

## Уточнение элементов навыка



**Попросите ребенка  
рассказать и показать  
вам,  
как он будет вести себя  
после того,  
как овладеет навыком**

# Ступень 10

## "Рекламная компания"

Помочь ребенку рассказать другим людям

о том,

чему он обучается



# Ступень 11

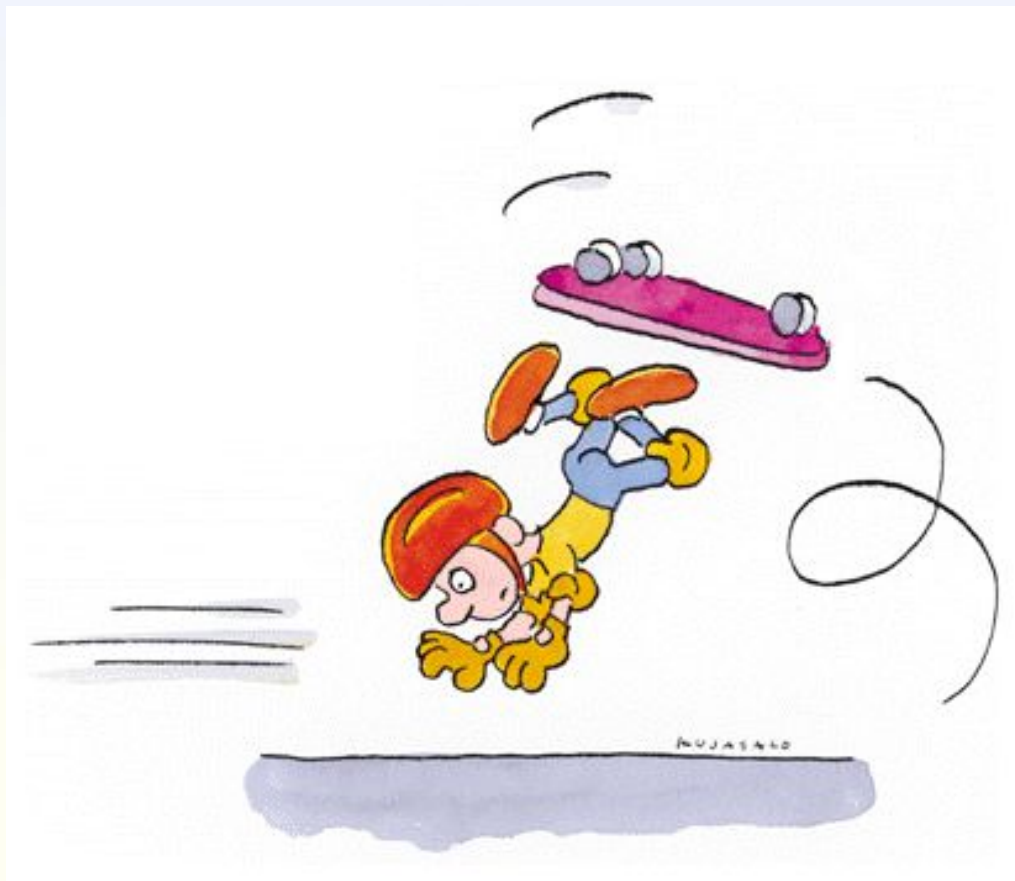
## Тренировка навыка



**Договориться с  
ребенком о том,  
как именно  
он будет  
применять  
полученный  
навык  
на практике**

# Ступень 12

## Напоминание о навыке



Пусть ребенок сам скажет, какую реакцию он хотел бы видеть от окружающих, если вдруг забудет свое умение

# Ступень 13

## Празднование успеха



**Когда ребенок овладеет навыком, подготовьте празднование и организуйте для него возможность поблагодарить всех тех, кто его**



# Ступень 14

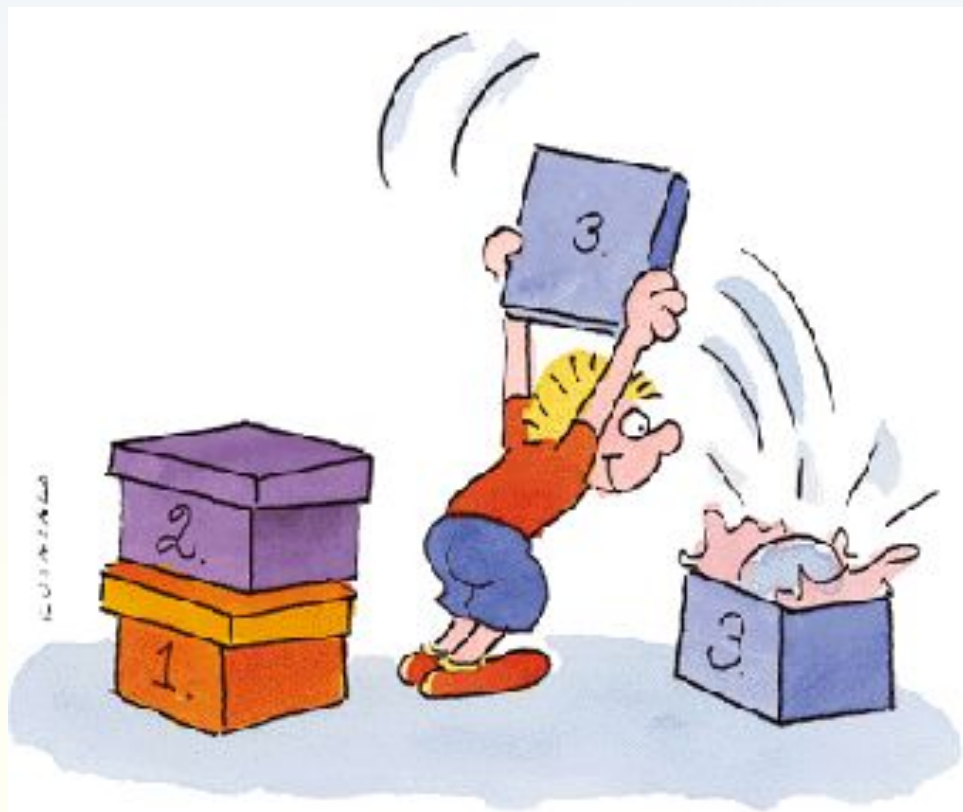
## Передача знаний

Когда навык будет достаточно отточен, дайте ребенку возможность обучить этому навыку кого-то еще



# Ступень 15

## Переход к следующему умению



**Договоритесь с  
ребенком о том,  
какой следующий  
навык он будет  
усваивать**

# Использованные материалы:

- Сайт: <http://www.kidsskills.org/>
- Фурман Б. Навыки ребенка: Как решать детские проблемы с помощью игр / Бен Фурман; Пер. с англ. - М.: Альпина нон-фикшн, 2013.
- Фурман Б. Навыки ребенка в действии: Как помочь детям преодолеть психологические проблемы / Бен Фурман; Пер. с англ. - М.: АНФ, 2013.