

Развитие коммуникации детей
и родителей с использованием
нетрадиционных форм
психологической работы
"Вигвам"





Татьяна Арсеньева

Магистр психологии

Педагог-психолог "РЦШО "Завидово" и основатель проекта «Вигвам» — школа счастливого родительства.

Моя специализация — работа с детьми и их родителями, а миссия — содействовать созданию как можно большего числа гармоничных семей.

Актуальность

Сегодня родители и дети живут в уникальных условиях, где традиционные подходы к воспитанию сталкиваются с новыми вызовами:

Цифровая эпоха

Гаджеты заменяют живое общение, дети разучиваются выражать эмоции словами, что приводит к коммуникационным барьерам.

Скорость жизни

Родители постоянно устают, времени на «качественные» отношения не хватает, что отдаляет их от детей.

Новые формы давления

Соцсети, школа, сверстники — все это создает стресс, с которым ребенок не всегда может справиться сам, чувствуя себя одиноким и непонятым.

Исследования подтверждают остроту проблемы:

- **70% конфликтов в семье** возникают из-за непонимания эмоций (данные Института Готтмана).
- Дети, чьи родители используют **эмпатичное общение**, имеют более высокую самооценку и лучше учатся (Journal of Child Psychology, 2023).

Цели и задачи

Проект «Вигвам» направлен на создание гармоничной и поддерживающей семейной среды.

Главная цель:

Развитие ключевых навыков воспитания:

- **Эмоциональный интеллект** (понимание и управление эмоциями).
- Умение разрешать конфликты и договариваться.
- Умение выстраивать правила и границы.
- Повышение самооценки и самостоятельности ребенка.

Наши задачи:

- **Развить эмоциональный интеллект:** помочь родителям распознавать истинные чувства ребенка, научить детей экологично выражать эмоции.
- **Снизить уровень конфликтов:** дать инструменты для мирного разрешения споров, показать, как договариваться даже в сложных ситуациях.
- **Укрепить доверие:** восстановить доверие между родителями и детьми, вернуть радость общения.
- **Повысить самостоятельность ребенка:** научить родителей не гиперопекать, помочь детям принимать решения и нести ответственность.

❗ Почему это важно именно сейчас?

Дети стали более тревожными (по данным ВОЗ, каждый 5-й ребенок испытывает повышенную тревогу). Родители чувствуют беспомощность — старые методы не работают. Семья остается единственным местом, где ребенок может быть собой — но только если там есть атмосфера принятия. Проект «Вигвам» дает **конкретные навыки**, а не общие слова.

Формат работы: погружение в практику

Проект «Вигвам» реализуется через **интерактивные тренинги-практикумы**, где родители получают не только знания, но и бесценный практический опыт:

Алгоритмы эмоций

Учимся работать с эмоциями:
как перевести страх в эмпатию,
а злость — в конструктивную
защиту.



Ролевые игры

Примеряем роль ребенка в игровых ситуациях, чтобы понять его чувства и переживания изнутри.

Реальные кейсы

Разбираем повседневные ситуации: например, «Как реагировать, если ребенок не хочет делать уроки?» и находим эффективные решения.







Результаты: голоса родителей

Слова наших выпускников — лучшее доказательство эффективности «Вигвама».

«Раньше я кричала. Теперь — договариваюсь» «После курса я впервые осознала: когда сын кричит “Ненавижу школу!” — это не каприз, а страх неудачи. Раньше я злилась и заставляла. Теперь говорю: “Да, это сложно. Давай разберёмся вместе”. И... он САМ садится за уроки!»

«Мой ребёнок стал рассказывать мне о своих чувствах» «Дочь всегда замыкалась в себе. На одной из встреч я сыграла её роль в сценке — и поняла, как ей одиноко. Теперь я не спрашиваю: “Как дела в школе?”, а говорю: “Расскажи, что сегодня было самое сложное?”. И она РАССКАЗЫВАЕТ!»

«Я научилась останавливаться перед срывом» «Раньше, когда сын ныл “Не пойду в садик!”, я срывалась: “Прекрати!”. Теперь делаю паузу и говорю: “Ты грустишь, потому что не хочешь прощаться?”. Он кивает — и идёт одеваться БЕЗ ИСТЕРИКИ. Это волшебство!»

«Мы нашли способ справляться с агрессией» «Сын дрался в школе. На курсе я узнала, что за злостью стоит беспомощность. Теперь, когда он злится, мы стучим подушку или рисуем “злюку”. Учитель сказал, что он стал спокойнее».

«Я перестала чувствовать себя “плохой матерью”» «После “Вигвама” я осознала: мой ребёнок не “манипулятор”, а человек с эмоциями. Теперь я не виню себя, а ищу причину его слёз. И знаете что? Я наконец получаю удовольствие от материнства!»

«Курс must have для каждой равнодушной мамы» «Я пришла на курс взаимодействия со старшим ребенком первоклашкой, у которой была сильная ревность к младшей. И во время прохождения курса их отношения стали намного лучше. Хотя бы есть понимание, в каком направлении двигаться!»

Современным родителям не хватает не знаний, а навыков. Проект «Вигвам» — это **тренажер для семейного благополучия**, помогающий выстраивать крепкие, доверительные отношения.



Мы верим, что каждая семья может стать безопасной гаванью, где каждый чувствует себя понятым и любимым.

