

МЕТОДИКА «KIDS' SKILLS» ЯК СПОСІБ ТРАНСФОРМАЦІЇ ДИТЯЧИХ ПРОБЛЕМ У НАВИЧКИ

Химко Марта

Львівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти

м. Львів, Україна,

marta.leopoli@gmail.com

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-2174-0716>

Мета. Розглянути природу небажаної поведінки, її причини та цілі, описати кроки та способи її діагностики. Описати центральні ідеї терапії, скерованої на вирішення, та її особливості в роботі з дітьми. Ознайомити з історією становлення методу «Kids'Skills» (дитячі навички), проаналізувати його теоретико-методологічну основу, описати основні етапи цього підходу.

Методи. У статті використано такі методи дослідження, як аналіз та узагальнення теоретичних джерел вітчизняних і зарубіжних учених із питань проблемної поведінки дітей, центральних ідей терапії, скерованої на вирішення, особливості роботи з проблемною поведінкою дитини та методики «Kids'Skills» (дитячі навички).

Результати аналізу теоретичних джерел дають змогу виділити й охарактеризувати ознаки небажаної поведінки у дітей та їхні цілі. Описано класифікацію чотирьох цілей небажаної поведінки, запропоновану Р. Дрейкусом, та її основні наслідки. Представлено головні кроки, які відіграють важливу роль для діагностики проблемної поведінки. У цій статті основний акцент робимо на підході до короткотермінової терапії, скерованої на вирішення, де пошук причини проблеми не є ключовим елементом роботи. Тому важливим є представлення та опис центральних ідей цього напрямку, а також його особливості у роботі з дітьми. Детально описано методику роботи з дітьми «Kids'Skills» (дитячі навички), розроблену фінським психіатром Беном Фурманом. Відображено шлях її становлення, теорії та підходи, які вплинули на створення програми.

Висновки. Метод «KS – дитячі навички» є ефективним інструментом допомоги дитині, покращує стосунки сімейної системи, формує новий конструкт мислення та ставлення до перешкод, які трапляються на життєвому шляху. В основі цього підходу – співпраця, віра у здібності дитини, бажання вчитися. Це структурований поетапний підхід до роботи з дітьми з доволі широким спектром психологічних та поведінкових проблем.

Ключові слова: короткотермінова терапія, небажана поведінка, kids'skills, дитячі навички, проблема, ресурс, емоційні проблеми, поведінкові проблеми, взаємодія, соціальне оточення, соціальна взаємодія.

Khymko Marta. The Kids' Skills method as the way to transform children's problems into skills.

Purpose. The article aims to examine the nature of unwanted behaviour, its reasons and objectives, characterize the steps and methods of its diagnosis. The study describes the central ideas of the solution-focused therapy and its peculiarities in work with children, acquaints with the history of the formation of the Kids' Skills method, analyzes its theoretical and methodological basis, and describes the main stages of this approach.

Methods. The article uses such research methods as analysis and generalization of theoretical sources of domestic and foreign scientists on issues of problem behaviour in children, central ideas of the solution-focused therapy, peculiarities of work with problem behaviour of a child and the Kids' Skills method.

Results. The results of theoretical sources analysis give grounds to single out and characterize the signs and objectives of unwanted children's behaviour. The classification of four objectives of unwanted behaviour and its main consequences suggested by Rudolf Dreikurs are described. The main steps that play a significant role in problem behaviour diagnosing are presented. This article focuses on a short-term therapy approach aimed at the solution where finding the cause of the problem is not the key element of the work. Therefore, it is significant to present and describe the central ideas of this approach, as well as its peculiarities in work with children. The Kids' Skills method of work with children developed by Finnish psychiatrist Ben Furman is described in detail. The way of its formation, theories and approaches that influenced the creation of the program are displayed.

Conclusions. The Kids' Skills method is an effective tool to help a child, improves relations of a family system, and forms a new construct of thinking and attitude to obstacles that occur in life. This approach is based on cooperation, faith in a child's abilities, and desire to learn. This is a structured, systematic approach in work with children with a rather wide range of psychological and behavioural problems.

Keywords: short-term therapy, Kids' Skills, children's skills, problem, resource, emotional problems, behavioural problems, interaction, social environment, social interaction.

Химко Марта. Методика «kids 'skills» как способ трансформации детских проблем в навыки.

Цель. Рассмотреть природу нежелательного поведения, его причины и цели, описать шаги и способы его диагностики. Описать центральные идеи терапии, направленной на решение, и ее особенности в работе с детьми. Ознакомить с историей становления метода «Kids'Skills – детские навыки»,

проаналізувати його теоретико-методологічну основу, описати основні етапи цього підходу.

Методи. В статті використані такі методи дослідження, як аналіз і обобщення теоретических джерел вітчизняних і зарубіжних учених по питанням проблемного поведіння дітей, центральних ідей терапії, направленої на рішення, особливості роботи з проблемним поведінням дитини і методики «Kids 'Skills – Дитинські навички».

Результати аналізу теоретических джерел дають основу виділити і охарактеризувати ознаки нежелательного поведіння у дітей і цілі. Описана класифікація чотирьох цілей нежелательного поведіння, запропонована Р. Дрейкусом, і його основні наслідки. Представлені основні кроки, які грають важливу роль для діагностики проблемного поведіння. В цій статті основний акцент робиться на підході до короткотривалої терапії направленої на рішення, де пошук причини проблеми не є головним елементом в роботі. Тому важливим є представлення і описання центральних ідей цього напрямку, а також його особливості в роботі з дітьми. Детально описана методика роботи з дітьми «Kids'Skills – дитинські навички», розроблена фінським психіатром Беном Фурманом.

Висновки. Метод «KS – дитинські навички» є ефективним інструментом при підтримці розвитку дитини, покращує стосунки сімейної системи, формує новий конструктивний мислення і стосунки до перешкодок, які трапляються на життєвому шляху. В основі даного підходу є співпраця, віра в здатності дитини, бажання навчатися. Це структурований поетапний підхід до роботи з дітьми з досить широким спектром психологічних і поведінческих проблем.

Ключеві слова: короткотривала терапія, нежелательне поведіння, kids'skills, дитинські навички, проблема, ресурс, емоційні проблеми, поведінческі проблеми, взаємодія, соціальне оточення, соціальне взаємодія.

Вступ. Проблема виховання в сучасному світі стає все більш актуальною. Здебільшого це пов'язано з особливостями розвитку сучасних дітей, які зростають у світі, що швидко змінюється через нові технології та нові вимоги буденності. На шляху становлення власної особистості дитина проходить через кілька вікових криз. Виникає безліч труднощів, конфліктів і взаємного непорозуміння. На сьогоднішні існує чимало підходів, які пропонують в різний, інколи суперечливий спосіб, вирішувати проблеми, які виникають у батьківсько-дитячих стосунках. В умовах сучасної пандемії особливо зростає кількість звернень до психологів, а питання вибору форми та

методу профілактики емоційно-соціально-поведінкових проблем у сімейній та освітній системі постає доволі гостро.

Фахівці часто розглядають проблеми дитини з точки зору симптомів порушення. Фокусуючись на проблемі, фахівець намагається зрозуміти причини проблемної поведінки, шукає тригери, які її провокують, розробляє схему виходу зі складної ситуації. Вважається, що причиною будь-якого непослуху є незадоволена потреба. Тому погана поведінка – це наче крик про допомогу. Для того, щоб допомогти дитині у складній ситуації, потрібно знайти причину проблеми та викоринити її.

Натомість методика «Kids'Skills – дитячі навички» змінює перспективу погляду на проблему. Будь-яка дитяча проблема розглядається з точки зору навички, яку дитина ще не засвоїла через свою незрілість. Адже є ситуації, коли ми не можемо змінити вплив минулого чи викоринити причину, проте ми можемо навчити дитину справлятися з проблемною ситуацією незалежно від передумов її виникнення.

Важливим кроком є перенесення акценту з проблеми на вміння, яке має набути дитина. Діти, як і дорослі, не люблять обговорювати власні проблеми і те, що їм не вдається. Проте вони з радістю будуть розповідати про свої вміння та зацікавлення. Ця методика базується на вирішенні проблеми з позиції дитини. Завдяки цьому незвичному підходу дитина розвиває власну компетентність та ефективність, при цьому формується й коло соціальної підтримки дитини. Така взаємодія учасників методу є позитивною не лише для самої дитини, але й для її оточення.

Методика «Kids'Skills – дитячі навички» – це інноваційний практичний підхід, який допомагає долати емоційні, поведінкові та соціальні проблеми, сформований у напрямі короткотермінової терапії, скерованої на вирішення.



Рис. 1. Перетворення проблеми в навички – підхід «Kids'Skills – дитячі навички»

Ефективність короткотермінової терапії, скерованої на вирішення (Solution Focused Brief Therapy – SFBT), було підтверджено численними дослідженнями (Carr, Hartnett, Brosnan & Sharry, 2016; Gong, Xu, 2015; Kim, 2008; Schmit, Schmit, Lenz, 2016), внаслідок яких отримані позитивні результати, які часто досягались за значно коротший термін порівняно з іншими психотерапевтичними підходами (наприклад, біхевіоральна, системна чи гештальт-терапія) (Gingerich, Kim, Stams, G.J.J.M., & Macdonald, 2012). Варто додати, що цей метод базується на співпраці терапевта та клієнта, які є партнерами в пошуку вирішення проблеми. Це дає змогу зробити терапевтичний процес більш екологічним (Medina, Beyeback, 2014). Результати десяти метааналізів, емпіричних досліджень та систематичних спостережень підтверджують також ефективність SFBT в роботі з дітьми, молоддю (Carr, Hartnett, Brosnan & Sharry, 2016; Gong, Xu, 2015; Kim, 2008) та дорослими людьми (Kim, 2008; Schmit, Schmit, Lenz, 2016).

На відміну від психодинамічної терапії або традиційних підходів, що, акцентують увагу на проблемах і травмах дитинства, терапевти, орієнтовані на вирішення цих проблем, стверджують, що зосередження на причині проблем не є необхідним, оскільки клієнти вже мають досвід, навички та силу, що необхідні для подолання труднощів (Berg, Steiner, 2003). Терапевти, орієнтовані на вирішення проблем, зауважили, що занурення у проблему часто спричиняє вкорінення самої проблеми, яке потім стає фокусом «лікування».

Мета статті та завдання: розглянути природу небажаної поведінки, її причини та цілі, описати кроки та способи її діагностики. Описати центральні ідеї терапії, скерованої на вирішення та її особливості в роботі з дітьми. Ознайомити з історією становлення методу «Kids' Skills – дитячі навички», проаналізувати його теоретико-методологічну основу, описати основні етапи цього підходу.

Методи та процедура дослідження. У статті використано такі методи дослідження, як аналіз та узагальнення теоретичних джерел вітчизняних і зарубіжних учених із питань проблемної поведінки дітей, центральних ідей терапії, скерованої на вирішення, особливості роботи з проблемною поведінкою дитини та методики «Kids' Skills – Дитячі навички».

Обговорення результатів. Питання небажаної поведінки. Проблемна поведінка – це така, яка може призвести до проблем в адаптації (Жмуров, 2012). Якщо пригадати, що проблема з грецької – це завдання, трудність, то можна подивитися на неї з боку дорослого, який мав би допомогти дитині з нею справитися.

Проблемна поведінка формується переважно впродовж певного часу і часто утримується, хоча батьки всілякими засобами намагаються розв'язати цю проблему. Погіршуються відносини між батьками та дітьми, з'являється гнів і почуття фрустрації. Батьків ніхто не вчив, як поводитися з дитиною, а діти не можуть виховувати самих себе. В результаті батьки, які знаходяться в складній ситуації, намагаються зарадити собі якнайкраще або теж шукають когось, у кого можуть знайти допомогу й пораду.

Будь-яка поведінка дитини – це відповідь, хоч не завжди й усвідомлена. Небажані ситуації – це ті, в яких у дитини з'являється поведінка, що перешкоджає як дорослим, так і дітям, негативно впливає на атмосферу вдома, а також на взаємини в сім'ї. Найчастіше вона проявляється тоді, коли цілі дорослого й дитини не збігаються, а діти часто отримують суперечливі комунікати, через що й не знають, як їм учинити.

Небажана поведінка проявляється в різний спосіб, і найчастіше це:

- Відмова співпрацювати
- Ігнорування прохань дорослого
- Істерики
- Порушення дисципліни в школі
- Агресивна поведінка стосовно інших
- Провокаційна поведінка
- Відсутність уваги на уроці
- Брехня
- І т.д.

У 40-х роках ХХ сторіччя американський педагог і психолог Рудольф Дрейкурс (Дрейкурс, 2011) запропонував класифікацію мотивів поганої поведінки дітей. Саме він (слідуючи за А. Адлером) зацікавився, якої цілі допомагає досягти та чи та небажана поведінка дитини. На його думку, таких цілей є чотири:

1. Боротьба за увагу. Діти, які мають цю мету, постійно зачіпають дорослого, сперечаються, поводяться незручно, вимагають

надмірної турботи, ліняться, можлива забудькуватість, надмірна чутливість та лякливність; надмірне трудолюбство, бажання бути першим, впертість, хвалькуватість, пустослів'я, надтоїдливність. У батьків така поведінка викликає роздратування.

2. Боротьба за владу. Проявляється через бунтівну поведінку: «Я сам!», «Ви мене не змусите!» «Хочу й роблю», суперечки, дії наперекір, забудькуватість, впертість, бездіяльність. Батьки реагують злістю та гнівом.

3. Протест (помста). Такі діти цілеспрямовано вражають в найболючіше місце, ревнують, йдуть на конфронтацію, проявляють жорстокості, правопорушення, крадіжки. Батьки в цьому випадку відчують образу.

4. Втрата віри в себе (ухиляння). В такому випадку дітям притаманна низька самооцінка, низька шкільна успішність, такі діти «нічого не хочуть». Підкреслюють особисті слабкості, переконують у неспроможності та власній нездарності. У батьків з'являється відчуття безнадії та відчаю.

Діагностика небажаної поведінки. Психологічних методик, які б допомогли визначити види небажаної поведінки, немає. Проте найважливішим на цьому етапі є уважне спостереження. Для того, щоб заміряти небажану поведінку, потрібно звернути увагу на те:

- як довго вона триває у часі,
- як часто проявляється (протягом дня, тижня),
- наскільки вона перешкоджає чи загрожує іншим.

Спостереження за поведінкою можна проводити за формулою «А – В – С», яку запропонувала К. Саттон (Sutton, 1992) у своїй методиці роботи зі складною поведінкою. Літера А позначає події, які передували небажаній поведінці, або те, що відбувалося безпосередньо перед нею; В – означає саму поведінку або те, що дитина робить і говорить в конкретний момент; С – наслідок поведінки дитини або те, що діється безпосередньо після прояву такої поведінки.

К. Саттон вважає, що є чотири можливі наслідки небажаної поведінки і вони представлені на рисунку 2.



Рис. 2. Вплив позитивних та негативних наслідків на поведінку дитини

Розглянемо детальніше.

1. *Нагородження* (зміцнення поведінки). Якщо дитина щось зробить і результатом цієї діяльності буде щось приємне, тоді, ймовірно, дитина повторить ту саму поведінку в майбутньому. Це називається «позитивне підкріплення».

2. *Згасання поведінки*. Якщо дитині щось вдається, проте в результаті нічого не відбувається або воно ігнорується, то така поведінка проявлятиметься щораз рідше.

3. *Негативне підкріплення*. Якщо дитина проявляє небажану поведінку, проте досягає цілі (наприклад, маминої уваги), тоді це проковує повторення такої поведінки в майбутньому.

4. *Відсутність підкріплення*. Натомість, якщо дитина проявляє небажану поведінку, проте не отримує бажаного результату, ймовірно, що така поведінка з часом проявлятиметься рідше.

Процес адаптації до світу дитини розпочинається з моменту її народження. Оскільки дитина не має можливості відразу формувати й оформляти свої думки за допомогою мови, а також через незрілість кори головного мозку не розуміє своїх почуттів та емоцій, тоді вона починає застосовувати різні форми поведінки, які доступні для її віку. Для досягнення бажаної мети дитина залучає зазвичай арсенал негативних емоційних та поведінкових проявів, оскільки іншими інструментами вона ще не оволоділа.

Філософія терапії, скерованої на вирішення (ТСВ). Творцями Короткотермінової терапії, скерованої на вирішення (Solution-Focused Brief Therapy (SFBT)), були Стів де Шезер та Інсу Кім Берг, які в 70-х рр. XX ст. почали формувати нову концепцію в психотерапевтичній роботі у Мілвокі (США). Названий підхід черпає з ідей М. Еріксона, наративної та системної терапії, позитивної та гуманістичної психотерапії, з філософії конструктивізму. Найважливіші ідеї так званої «центральної філософії» ТСВ (Kosman, 2013) полягають ось у чому:

1. Якщо не зламалось – не ремонтуй: не потрібно змінювати те, що є дієвим і приносить результат.

2. Якщо діє – роби цього більше: потрібно повторювати ту поведінку, яка є помічною і провадить до конструктивного вирішення.

3. Якщо не діє – не роби цього, а зроби щось інше: базується на свідомості та вмінні окреслити надієві способи, які не приносять результату.

Для терапевта ТСВ характерна позиція «незнання» – ми не знаємо краще і більше, ніж наші клієнти, бо терапія скерована на їхнє життя, в якому саме вони є найкращими експертами (Świdarska, 2019). Кожен клієнт є іншим, має свою історію, проблему та шляхи її вирішення, тому не існує готових шаблонів для вирішення проблеми. Те, чим керується терапевт, – це знання терапевтичного процесу, відповідних технік, позиція підтримки та зацікавлення і відповідно поставлені запитання.

У традиційних підходах поняття «опору» є природньою позицією, яка підлягає інтерпретації та аналізу. У випадку ТСВ цікавим є тлумачення «опору», що розглядається як інформація для терапевта, який робить щось не так, оскільки його дії не сприяють прогресу клієнта. Перспектива терапевтичної роботи скерована на теперішній час та майбутнє. Минулий досвід клієнта теж обговорюється в ключі пошуку сильних сторін та цінного досвіду клієнта.

Терапія, скерована на вирішення в роботі з дітьми. Методика «Kids' Skills – дитячі навички» була опрацьована в 90-ті рр. XX ст. у Фінляндії психіатром, психотерапевтом Бенном Фурманом (Furman, 2010) та його колегою Тапані Ахолою. Ця програма початково була практичним інструментом, збіркою практичних порад, думок, як

конструктивно справлятися з проблемами дітей дошкільного віку. На сьогодні існує модифікована версія, яка застосовується до старших дітей, молоді та дорослих. Джерелом натхнення творців методу стала еріксонівська терапія (Мілтон Еріксон), короткотермінова терапія, скерована на вирішення (Стів де Шезер, Інсу Кім Берг) та нараційна терапія (М. Вайт та Д. Епстон). «Kids' Skills – дитячі навички» як метод короткотермінової терапії дотримується таких принципів і переконань:

- Бачити особу, а не проблему.
- Концентруватись на ресурсах, а не на нестачі чогось.
- Досліджувати можливі та корисні напрями, визначати цілі.
- Тракувати клієнта як експерта у всіх сферах життя.
- Проявляти повагу та прийняття вибору клієнта.
- Будь-яка поведінка – форма співпраці.
- Співпраця між дітьми та дорослими, що базується на повазі, більш продуктивна, ніж конфронтація.
- Цілі, сформовані дитиною, більш реальні, ніж цілі, поставлені дорослими.

У методі «Kids' Skills – дитячі навички» основну увагу приділяють засвоєнню певного вміння, а не розмові про проблему, тому основним експертом у ньому виступає дитина. Саме дитина вирішує, яких навичок навчитися, а отже, звертають увагу на сильні сторони дитини та раніше засвоєні навички. Також детально обговорюють малі кроки та прогрес, які постають значними факторами мотивації.



Рис. 3. Переваги здобуття цієї навички – підхід «Kids' Skills – дитячі навички»

Метод «Kids' Skills – дитячі навички» робить вагомий акцент на соціальній взаємодії та на тому, як діти можуть вчитися один в одного. У цьому сенсі він має тісний взаємозв'язок із теорією соціальної культури та спільнотою навчання, в якій психолог Лев Виготський стверджує, що соціальна взаємодія передуює розвитку (Vygotsky, 1978). Теорії Виготського наголошують на фундаментальній ролі соціальної взаємодії у розвитку пізнання (Vygotsky, 1978), оскільки він твердо вірив, що спільнота відіграє центральну роль у процесі «осмислення». Виготський приділяє значення соціальним чинникам, що сприяють когнітивному розвитку. На думку Виготського, середовище, в якому ростуть діти, впливатиме на те, як вони думають і про що думають. Міцні стосунки є ключовими для запобігання розвитку соціально-емоційних проблем (Bricker, Davis, Squires, 2004). Підхід Kids' Skills допомагає створювати міцні зв'язки між дорослими та дітьми та розширювати соціальну мережу дитини й сім'ї. Дж. Шонкофф і Д. Філіпс (Shonkoff, Phillips, 2000) наголошують на значенні цієї соціальної мережі як на важливому профілактичному факторі для подальших проблем психічного здоров'я.

Методика навчання навичок допомагає вирішувати доволі широкий спектр проблем: страхи, неадекватну поведінку, проблеми концентрації уваги, харчування, сон, самотійність, дитячі істерики, погані звички тощо. Також цей метод допомагає полегшити стан дитини у таких порушеннях як РДУГ, нав'язливі стани, емоційна нестабільність тощо, оскільки дитина вчиться контролювати свою поведінку. «Дитячі навички» наближені до принципів, викладених Г. Ньюфельдом та Г. Мате (Neufeld, Maté, 2004). Автори пишуть про те, що діти застрягли в моделях поведінки через «захищеність». Вони описують дітей, яким важко вчитися через те, що щось не працює, їм бракує ініціативи та креативності, а також імпульсивності, категоричності мислення та протидії волі. З такої точки зору робота зі «застряглою дитиною» має бути зосереджена не на проблемі, а на стосунках та взаємодії. Г. Ньюфельд і Г. Мате стверджують, що бажання навчатись приходить через прихильність. Тому важливо:

- заохочувати та підтримувати дітей так, щоб вони могли отримати вміння для подолання проблеми;
- запросити дитину до гри навчання нової навички, а не пробувати боротися з труднощами та проблемами;

- поважати дитину, а не звинувачувати дитину, батьків чи вчителів через прояв труднощів;
- будувати автентичну співпрацю;
- розвивати співпрацю довкола дитини з іншими членами родини, оточенням;
- запросити батьків, учителів та інших осіб стати активними учасниками навчання та підтримки дитини.

На початковому етапі переглядають потреби дитини та вирішують, що дитина повинна вдосконалити, обговорюють з дитиною, яких навичок було б корисно навчитися, щоб усунути проблему. Досліджують, що сім'я любить робити разом, вивчають таланти та здібності дитини з метою формування позитивного досвіду. Це породжує визнання та переконання, що хоча поведінкові проблеми можуть бути частиною життя сім'ї, вони вирішувані, і тому їх треба розглядати як тимчасові. Розмова, заснована на сильних сторонах, задає тон оптимізму та надії, полегшує побудову позитивних рішень (Berg, Steiner, 2003). Такий підхід сприяє подоланню спротиву, а співпраця між дитиною та батьками встановлюється легше. Стів де Шезер (De Shazer, 1991) зазначає, що люди не можуть чинити опір власним ідеям. Хоча обговорення може включати опис проблеми, причини проблеми не обговорюються, оскільки виявлення причин не є необхідним аспектом для побудови вирішень. Досить часто саме вирішення не пов'язане зі способом розвитку проблеми (Nichols, Schwartz, 2004).

Метод «Kids' Skills – дитячі навички» – це 15-крокова програма роботи з дітьми (Furman, 2010), яка включає такі важливі компоненти:

1. Перетворити проблему у вміння, якого дитина може навчитися. Перший крок – це пошук уміння, якого необхідно дитині навчитися. І це, насправді, нелегкий крок, оскільки перевести фокус із проблеми на позитиви виявляється завданням доволі складним. Дорослим легко говорити про проблеми, осуджувати та нарікати, проте, як тільки змінюється ракурс зі звинувачень на пошуки нових вмінь, розмова стає конструктивною.

2. Узгоджуємо з дитиною, якого вміння вона буде навчатися. Засвоєння навички буде працювати в тому випадку, коли ініціатива виходитиме від дитини. Навіть якщо із запитом прийшли батьки, то

важливо почути від дитини згоду, що вона хоче навчатися цього вміння.

3. Допомагаємо дитині пізнати користь, яка виникає через розвиток цього вміння. Пошук переваг, які надає володіння тією чи тією навичкою, – основне джерело мотивації для дитини. Важливо, щоб дитина зрозуміла, які переваги вона отримає, оволодівши цією навичкою.

4. Запрошуємо дитину дати назву свого вміння. Дитині пропонують надати назву тому вмінню, якого вона навчатиметься.

5. Шукаємо з дитиною «символ сили», який стане її помічником. «Символ сили» – це символ внутрішньої сили дитини, який може бути вигаданим другом чи супергероєм, проте це той, хто може навести на думку, у який спосіб можна подолати проблему та формувати навички.

6. Запрошення спільників, які будуть підтримувати та допомагати дитині. Шлях оволодіння новою навичкою значно легший, коли є підтримка та заохочення інших людей. Ми всі потребуємо підтримки оточення, а дитина тим більше.

7. Формування впевненості в дитині. На цьому етапі завданням є допомогти дитині сформувати стійку впевненість у тому, що вона зможе досягнути ціль.

8. Планування святкування. Це найцікавіший момент, якого очікують діти. Це один зі стимулів, який посилює мотивацію. Святкування – це не лише винагорода, це підтвердження того, що дитина опанувала бажану навичку та зробила крок назустріч дорослому життю.

9. Уточнення елементів навички – це деталізований план, конкретні дії чи вислови, які необхідно тренувати, щоб оволодіти навичкою.

10. Інформування оточення про освоєння навички.

11. Створюємо план тренування навички. Для того, щоб навчитись – потрібно тренуватись, тому важливо обдумати, в який час та в який спосіб дитина буде практикувати засвоєння навички.

12. Створюємо нагадування. Часом дитина може забути про те, що вивчає нове вміння. Тому варто прийняти рішення, як потрібно реагувати та нагадувати дитині про оволодіння навичкою у такий спосіб, щоб не засмучуватись і не розчаровуватись.

13. Святкуємо успіх. Це, певним чином, поширення інформації про те, що дитина володіє новим умінням, а також подяка людям, які підтримували її в цьому процесі.

14. Передання знань іншим. Переказати свої знання іншим – це ефективна модель закріплення навички. Отже, дитина виступає експертом у вирішенні певної проблеми та допомагає іншим навчитись нового вміння, а це, зі свого боку, покращує самооцінку дитини.

15. Перехід до нової навички. Отриманий позитивний досвід збільшує впевненість у собі та мотивацію, тому дитина може перейти до оволодіння новою навичкою.

Підхід Kids'Skills сприяє екологічній перспективі людської взаємодії, де, як і в екосистемі, члени команди не функціонують ізольовано й оцінюють переваги та успіхи один одного. Згуртованість соціальної системи створюється через колективні обговорення та спільну діяльність, спрямовану на підтримку дитини у засвоєнні цієї нової навички. Також екологічність цього підходу проявляється шляхом впровадження навичок у певну діяльність, а не як практика, встановлена у визначений час «терапії».

Висновки і перспективи. Питання небажаної поведінки у сучасному світі постає доволі гостро, оскільки вона впливає на взаємодію з соціальним середовищем. Ініціаторами визначення поведінки дитини як проблемної зазвичай виступають батьки, вихователі або вчителі, коли дитина приходить у заклад освіти. Вважається, що є чотири основні цілі, яких намагається досягти дитина, застосовуючи прояви небажаної поведінки: боротьба за увагу, боротьба за владу, протест та втрата віри в себе. Залежно від батьківської реакції (позитивне підкріплення, негативне підкріплення, ігнорування чи відсутність підкріплення) діти можуть або збільшити кількість проявів позитивної поведінки, або зменшити кількість проявів негативної.

Терапія, сконцентрована на вирішенні, виникає на перехресті різних традиційних підходів, її ціллю є пошук вирішення (розв'язку), а не концентрація на проблемі та пошук її причин. Вважають, що в процесі пошуку рішення проблеми активізуються перевірені клієнтом його вміння та ресурси, які з допомогою терапевта він перебудовує в бажану дійсність. Такий підхід вимагає проаналізувати потреби (а не проблеми) клієнта, його ресурси, сильні сторони (а не дефіцити та

порушення), досягнення (а не поразки), винятки в проблемній ситуації.

Основні принципи роботи в напрямі ТСВ з дітьми були описані І. К. Берг та Т. Штайнер, які наголошували, що важливим моментом в роботі з дітьми є достосувати мовлення дорослого до дитячого рівня, а також не зациклюватись на проблемі, оскільки діти цього не люблять. Натомість важливим є шукати ті вміння, які допоможуть знайти вихід з неприємної ситуації.

Метод «KS – дитячі навички» є ефективним інструментом у підтримці розвитку дитини, покращує стосунки сімейної системи, формує новий конструкт мислення та ставлення до перешкод, які трапляються на життєвому шляху. В основі цього підходу є співпраця, віра у здібності дитини, бажання вчитися. «KS – дитячі навички» – це структурований поетапний підхід до роботи з дітьми з доволі широким спектром психологічних та поведінкових проблем. Методика передбачає 15 кроків, які є прості та структуровані, їх можна гнучко адаптовувати й видозмінювати залежно від запиту та сімейної ситуації.

Перспективою подальших досліджень є застосування цього методу в індивідуальній і груповій роботі, проведення та підтвердження його ефективності.

Подяка

Висловлюю подяку Бену Фурману за підтримку та наданий дозвіл на використання рисунків методики Kids' Skills для публікації у цій статті.

Література

1. Berg, I. K., Reuss, N. H. (1997), *Solutions Step by Step*, Norton.
2. Berg, I. K., & Steiner, T. (2003). *Children's solution work*. New York: W.W. Norton & Co.
3. Bricker, D., Davis, M., & Squires, J. (2004). Mental health screening in young children. *Infants and Young Children*, 17(2), 129–144.
4. Carr, A., Hartnett, D., Brosnan E., & Sharry, J. (2016). Parents plus systemic, solution focused parent training programs: Description, review of the evidence base, and meta analysis. *Family Process*, 56(3), 652–668. DOI:10.1111/famp.12225.
5. De Shazer, S. (1991). *Putting difference to work*. New York: W.W. Norton & Co.
6. Furman, B. (2010). *Kids' skills in action: Stories of playful and practical solution-finding with children*. Bendigo: Innovative Resources.

7. Gingerich, W. J., Kim, J. S., Stams, G.J.J.M., & Macdonald, A. J. (2012). Solution-focused brief therapy outcome research. In C. Franklin, T. S. Trepper, W. J. Gingerich, & E. E. McCollum (Eds.), *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice*, 95–111. New York: Oxford University Press.
8. Gong, H., & Hsu, W. (2017). The effectiveness of solution-focused group therapy in ethnic Chinese school settings: A meta-analysis. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(4), 383–409.
9. Gong, H., & Xu, W. (2015). A meta-analysis on the effectiveness of solution-focused brief therapy. *Studies of Psychology and Behavior*, 13(6), 799–803.
10. Kim, J. S. (2008). Examining the effectiveness of solution-focused brief therapy: A meta analysis. *Research on Social Work Practice*, 18(2), 107–116.
11. Kosman, T. (2013). Założenia terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach (TSR), file:///C:/Users/W7/Downloads/Kwartalnik1_2013_1.pdf, data dostępu: 21.01.2019.
12. Medina, A., & Beyebach, M. (2014). The impact of solution-focused training on professionals' beliefs, practices and burnout of child protection workers in Tenerife Island. *Child Care in Practice*, 20(1), 7–36. DOI:10.1080/13575279.2013.847058
13. Neufeld, G., & Maté, G. (2004). Hold onto your kids: Why parents matter. Toronto: Alfred A. Knopf.
14. Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2004). Family therapy: Concepts and methods. Boston: Pearson.
15. Schmit, E. L., Schmit, M. K., & Lenz, A. S. (2016). Meta-analysis of solution-focused brief therapy for treating symptoms of internalizing disorders. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 7(1), 21–39.
16. Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). *From neurons to neighbourhoods: The science of early childhood development*. Washington: National Academy Press.
17. Sutton, C. (1992). Jak radzić sobie z trudnymi zachowaniami u dzieci (Cykl 8 książeczek). Warszawa: Fundacja "Synapsis".
18. Świdarska, O. Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach, <http://www.psychologia.net.pl/artykul.php?level=674>, data dostępu: 21.01.2019.
19. Vygotsky, L. S. (1978). Interaction between learning and development. In M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner, & E. Souberman (Eds.), *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*, 79–91. Cambridge: Harvard University Press.
20. Vygotsky, L. S. (1978). Mind in society: The development of higher psychological processes. Cambridge: Harvard University Press.
21. Ахола, Т., Фурман, Б. (2001). Терапевтическое консультирование. Беседа, направленная на решени. Речь.
22. Варга, А. Я. Будинайте, Г. Л (2005). Теоретические основания системной семейной психотерапии. В кн: Системная семейная психотерапия: классика и современность. Москва: Независимая фирма «Класс».

23. Дрейкурс, Р. (2011). Манифест счастливого детства. Основные идеи разумного воспитания. Москва: Рама Пабблишинг.

24. Жмуров, В. А. (2012). Большая энциклопедия по психиатрии. 2-е изд. Элиста: Джангар.

25. Петрановска, Л. (2019). Таємна опора. Емоційний зв'язок у житті дитини. Харків: Vivat.

References

1. Berg, I. K., Reuss N.H. (1997). *Solutions Step by Step*. Norton.
2. Berg, I. K., & Steiner, T. (2003). *Children's solution work*. New York: W.W. Norton & Co.
3. Bricker, D., Davis, M., & Squires, J. (2004). Mental health screening in young children. *Infants and Young Children*, 17(2), 129–144.
4. Carr, A., Hartnett, D., Brosnan, E., & Sharry, J. (2016). Parents plus systemic, solution focused parent training programs: Description, review of the evidence base, and meta analysis. *Family Process*, 56(3), 652–668. DOI: 10.1111/famp.12225
5. De Shazer, S. (1991). *Putting difference to work*. New York: W.W. Norton & Co.
6. Furman, B. (2010). *Kids' skills in action: Stories of playful and practical solution-finding with children*. Bendigo: Innovative Resources.
7. Gingerich, W. J., Kim, J. S., Stams, G.J.J.M., & Macdonald, A. J. (2012). Solution-focused brief therapy outcome research. In C. Franklin, T. S. Trepper, W. J. Gingerich, & E. E. McCollum (Eds.), *Solution-focused brief therapy: A handbook of evidence-based practice*, 95–111. New York: Oxford University Press.
8. Gong, H., & Hsu, W. (2017). The effectiveness of solution-focused group therapy in ethnic Chinese school settings: A meta-analysis. *International Journal of Group Psychotherapy*, 67(4), 383–409.
9. Gong, H., & Xu, W. (2015). A meta-analysis on the effectiveness of solution-focused brief therapy. *Studies of Psychology and Behavior*, 13(6), 799–803.
10. Kim, J. S. (2008). Examining the effectiveness of solution-focused brief therapy: A meta analysis. *Research on Social Work Practice*, 18(2), 107–116.
11. Kosman, T. (2013), Założenia terapii skoncentrowanej na rozwiązaniach (TSR). *Warmińsko-Mazurski Kwartalnik Naukowy, Nauki Społeczne*, 1, 9–26.
12. Medina, A., & Beyebach, M. (2014). The impact of solution-focused training on professionals' beliefs, practices and burnout of child protection workers in Tenerife Island. *Child Care in Practice*, 20(1), 7–36. DOI: 10.1080/13575279.2013.847058.
13. Neufeld, G., & Maté, G. (2004). *Hold onto your kids: Why parents matter*. Toronto: Alfred A. Knopf.
14. Nichols, M. P., & Schwartz, R. C. (2004). *Family therapy: Concepts and methods*. Boston: Pearson.

15. Schmit, E. L., Schmit, M. K., & Lenz, A. S. (2016). Meta-analysis of solution-focused brief therapy for treating symptoms of internalizing disorders. *Counseling Outcome Research and Evaluation*, 7(1), 21–39.

16. Shonkoff, J. P., & Phillips, D. A. (Eds.). (2000). From neurons to neighbourhoods: The science of early childhood development. Washington: National Academy Press.

17. Sutton, C. (1992). Jak radzić sobie z trudnymi zachowaniami u dzieci (Cykl 8 książeczek). Warszawa: Fundacja "Synapsis".

18. Świdorska, O. Podejście skoncentrowane na rozwiązaniach, <http://www.psychologia.net.pl/artukul.php?level=674> data dostępu: 21.01.2019.

19. Vygotsky, L. S. (1978). Interaction between learning and development. In M. Cole, V. John-Steiner, S. Scribner, & E. Souberman (Eds.), *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*, 79–91. Cambridge: Harvard University Press.

20. Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Cambridge: Harvard University Press.

21. Ahola, T., Furman, B. (2001). Terapevticheskoe konsul'tirovanie. Beseda, napravlennaja na reshenie [Therapeutic counseling. Conversation aimed at solving]. Rech' [in Russian].

22. Varga, A. Ja. Budinajte, G. L. (2005) Teoreticheskie osnovanija sistemnoj semejnoj psichoterapii [Theoretical foundations of systemic family psychotherapy]. *Sistemnaja semejnaja psichoterapija: klassika i sovremennost' - Systemic family psychotherapy: classics and modernity*. Moskva: Nezavisimaja firma "Klass" [in Russian].

23. Drejkurs, R. (2011). Manifest schastlivogo detstva. Osnovnye idei razumnogo vospitanija [Happy childhood manifesto. Basic ideas of intelligent parenting]. Moskva: Rama Publishing [in Russian].

24. Zhmurov, V. A. (2012). Bol'shaja jenciklopedija po psichiatrii [Great Encyclopedia of Psychiatry]. Jelista: Dzhangar [in Russian].

25. Petranovska, L. (2019). Taiemna opora. Emotsiinyi zviazok u zhytti dytyny [Secret support. Emotional connection in a child's life]. Kharkiv: Vivat [in Ukrainian].

Received: 07.04.2021

Accepted: 29.04.2021