



ПРАВИТЕЛЬСТВО РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ

**МИНИСТЕРСТВО
ОБЩЕГО И ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО
ОБРАЗОВАНИЯ**

(минообразование Ростовской области)

пер. Доломановский, 31, г. Ростов-на-Дону, 344082

тел. (863) 240-34-97 факс (863) 267-86-44

E-mail: min@rostobr.ru

<http://www.rostobr.ru>

03.07.2012 № 8477/03.2

на № _____ от _____

Руководителю органа,
осуществляющего управление
в сфере образования

Руководителю областного
образовательного учреждения

О направлении методических материалов
по профилактике суицидов
среди обучающихся и воспитанников

Уважаемые коллеги!

Минообразование области направляет Вам для использования в работе образовательных учреждений области материалы по профилактике суицидов несовершеннолетних, разработанные ГБОУ РО для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи «Областной центр психолого-педагогической реабилитации и коррекции»:

- методику проведения педагогического всеобуча для родителей;
- тематику родительских собраний;
- методические разработки (сценарии) родительских собраний.

Приложение: в электронном виде на 43 л. в 1 экз.

Министр

Л.В. Балина

Методика проведения педагогического всеобуча для родителей

Цель психолого-педагогического всеобуча - помочь родителям правильно выстроить свои взаимоотношения с детьми, способствующие полноценному развитию и обеспечению безопасности ребёнка.

Основные задачи всеобуча:

- повышение интереса родителей к образованию и самообразованию;
- обучение родителей знаниям и умениям, способствующим гармонизации детско-родительских отношений;
- создание коллектива педагогов и родителей, заинтересованных в решении общих проблем.

Основные актуальные вопросы, рекомендуемые для рассмотрения на педагогических всеобучах:

- сохранение жизни, физического и психического здоровья учащихся;
- создание безопасной среды в образовательном учреждении;
- личностное и интеллектуальное развитие детей.

Воспитание ученика в школе и воспитание в семье – это единый неразрывный процесс. Старый школьный афоризм гласит: «Самое сложное в работе с детьми – это работа с их родителями». И роль учителя в организации этой работы огромна. Очень важно с первого года обучения и воспитания детей в школе сделать родителей соучастниками педагогического процесса.

Главными задачами педагогов в этом направлении являются способствование единению, сплочению семьи, укреплению взаимоотношений родителей и детей, созданию комфортных условий для ребёнка в семье, а также

предоставление информации родителям об особенностях и условиях семейного воспитания.

Основные принципы, которыми должны руководствоваться педагоги при работе с родителями следующие:

- ответственность перед родителями учащихся за обучение и воспитание их детей;
- уважительное отношение к родительским чувствам, недопущение небрежной и необоснованной оценки способностей детей и их поведения;
- повышение авторитета родителей в глазах детей;
- тактичность и обоснованность предъявления необходимых требований к родителям учащихся.

Работа с родителями, как и всякая работа в образовательном учреждении, должна вестись в целостной системе и имеет огромное значение. Чтобы помощь родителей была действенной, их нужно обучать обмениваться опытом, обсуждать проблемы, совместно искать пути и способы их решения.

В.А.Сухомлинский писал: «Педагогика должна стать наукой для всех – и для учителей, и для родителей».

В работе с родителями следует использовать такие **формы работы** как:

- родительские собрания;
- лекции по педагогике, психологии, праву, этике, физиологии и гигиене;
- тематические консультации;
- педагогические практикумы по рассмотрению и анализу различных ситуаций воспитания ребёнка в семье и школе;
- обмен опытом воспитания детей в семье;

- вечера вопросов и ответов;
- дни открытых дверей;
- презентация семейного опыта воспитания;
- родительский ринг;
- круглый стол;
- собрание-диспут;
- деловая игра.

Родительский всеобуч должен помочь родителям найти ответ на интересующие вопросы воспитания, оказать помощь и поддержку в трудной жизненной ситуации, поделиться положительным опытом семейного воспитания, утвердиться в своих правильных позициях, откорректировать ошибки в воспитании.

Как подготовить и провести родительское собрание

Одной из основных и эффективных форм взаимодействия семьи и школы является *родительское собрание*, которое по праву считается в учительской среде не менее «сложным жанром», чем уроки или внеклассное мероприятие.

Родительское собрание – это универсальная форма работы, позволяющая решать ряд задач: организацию коллектива родителей, их психолого-педагогическое просвещение, управление процессом воспитания, оказание помощи родителям в воспитании детей и т.д.

Это обстоятельство налагает большую ответственность на классного руководителя на этапе подготовки, проведения и осмысления итогов собрания.

В современной педагогической практике существуют различные виды родительских собраний. Р.М. Капралова в методическом пособии «Работа классного руководителя с родителями» называет и кратко характеризует следующие:

а) **организационные**, на которых составляются и утверждаются планы работы, избирается родительский комитет, распределяются общественные поручения среди родителей;

б) **тематические**, посвященные обсуждению наиболее актуальных и сложных вопросов воспитания и развития учащихся данного класса;

в) **итоговые**, имеющие целью показать учебно-воспитательный процесс как средство развития личности ребенка, обратить внимание родителей на положительные и отрицательные явления жизни класса.

Результативность родительского собрания во многом зависит от целенаправленности, продуманности, тщательной подготовительной работы классного руководителя и членов родительского комитета.

К основным элементам подготовки собрания, по мнению Е.Н.Степанова, можно отнести:

1. Выбор темы собрания.
2. Определение целей родительского собрания.
3. Изучение классным руководителем и другими организаторами собрания научно-методической литературы по рассматриваемой проблеме.
4. Проведение микроисследований в сообществе детей и родителей.
5. Определение вида, формы и этапов родительского собрания, способов и приемов совместной работы его участников.
6. Подготовка сценария собрания.
7. Приглашение родителей.
8. Разработка проекта решения собрания, его рекомендацией, памяток родителям.
9. Оборудование и оформление места проведения родительского собрания¹.

Классному руководителю при подготовке родительского собрания необходимо учитывать, что тема родительского собрания должна быть актуальна для родителей и обуславливаться закономерностями развития личности школьников, особенностями развития коллектива учащихся, логикой формирования педагогической культуры родителей.

Большую помощь при подготовке собрания может оказать психолого-педагогическая диагностика личности учащихся, классного коллектива.

Чаще всего классными руководителями используются экспресс-методики не требующие больших затрат времени и усилий для подготовки и проведения исследования, обработки и анализа его результатов: беседы с родителями и

¹ Калейдоскоп родительских собраний под ред. Степанова Е.Н. М., Сфера, 2003

учащимися, тесты, анкеты. Хорошо, когда помощь классному руководителю оказывают школьный психолог и социальный педагог.

При подготовке к родительскому собранию, классному руководителю следует учесть и то, в какой форме родители будут оповещены о родительском собрании. Как правило, такая запись делается в дневнике учащихся, но практика показывает, что гораздо приятнее родителям получать именно приглашение с текстом примерно такого содержания:

Уважаемые Наталья Викторовна и Сергей Геннадьевич!

Приглашаем Вас принять участие в родительском собрании на тему: «Роль семейных традиций в воспитании детей», которое состоится 17 февраля в 18 часов в учебном кабинете нашего класса.

Нам очень важно знать ваше мнение по обсуждаемому вопросу.

С уважением

классный руководитель Ирина Петровна

и члены родительского комитета.

Для того, чтобы собрание было эффективным, вызывало живой отклик у родителей, важно использовать разнообразные, но привлекательные для родителей формы общения: мастерские семейного опыта, «круглые столы», собрания практикумы, вечера вопросов и ответов, организационно - деятельностные игры, собрания-диспуты и пр. В общении с родителями следует придерживаться следующих правил:

1. Встреча с родителями: праздник – экзамен (компетентность, одежда, прическа, настроение).
2. Не поучать. Обсуждать проблемы. Если родитель не прав, попросите совета, помощи, разъяснения. («Я не поняла, или мне не понятно»).

3. Никаких конкретных примеров, ни плохих, ни хороших (возможен обратный эффект).
4. Никогда не стесняйтесь признать свои ошибки, тем более, публично.
5. Прежде чем критиковать, найдите достоинства.
6. Всегда считайте недостатки ваших воспитанников – своими просчетами.
7. Дайте понять родителям, что вы хорошо понимаете, как трудно ребенку учиться.
8. В личной беседе оценивайте успехи детей относительно их потенциальных возможностей.
9. Доведите до родителей мысль, что «плохой ученик», не значит «плохой человек».

Закономерным этапом родительского собрания является подведение итогов, принятие решения собрания. Желательно, чтобы родительский комитет совместно с классным руководителем заранее подготовил проект решения, на собрании родители его обсудили, внесли необходимые коррективы. Решение может содержать не обязательно перечень планируемых действий и участников, ответственных за их осуществление, но и быть представленным в форме рекомендации или памяток для родителей.

Для осмысления итогов родительского собрания классному руководителю желательно выяснить и отношение родителей к проведенному собранию, подготовив заранее необходимые опросные листы для оценок и пожеланий родителей.

Тематика родительских собраний

(для коррекции детско-родительских взаимоотношений, профилактики суицидального поведения)

1. Тема: «Жизнь прекрасна или несколько слов о подростковом суициде».

Цель: информирование родителей о причинах подросткового суицида.

Задачи:

- расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида;
- познакомить родителей со способами оказания поддержки.

Участники: родители учащихся, классный руководитель, школьный психолог.

2. Тема: «Как научиться понимать своего ребёнка?»

Цель: обучение родителей техникам общения, способствующим гармонизации детско-родительских отношений.

Задачи:

- провести совместный анализ различных ситуаций, в которых возникают трудности в общении с ребенком;
- познакомиться с навыком активного слушания.

3. Тема: «Наши трудные дети»

Цель: информирование родителей о причинах «плохого» поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- познакомить со способами оказания психологической поддержки несовершеннолетним;
- оказать поддержку родителям при решении трудных вопросов в воспитании несовершеннолетних.

Участники: родители учащихся, классный руководитель, психолог.

4.Тема. «Если в семье конфликт»

Цель: способствовать гармонизации детско-родительских отношений.

Задача: познакомить с приемами решения и профилактики конфликтных ситуаций в семье.

Участники: родители учащихся класса, классный руководитель, психолог.

5. Тема: «Первая любовь: радость или беда?»

Цель: информирование родителей об особенностях юношеской влюбленности.

Задача: познакомить со способами оказания психологической поддержки.

Участники: родители учащихся класса, учитель, психолог.

Родительские собрания

Тема: «Жизнь прекрасна или несколько слов о подростковом суициде»

Цель: информирование родителей о причинах подросткового суицида.

Задачи:

- расширить знания родителей о причинах, признаках и характере подросткового суицида;
- познакомить родителей со способами оказания поддержки

Участники: родители учащихся, классный руководитель, школьный психолог.

Подготовка: памятки для родителей.

Ход собрания

Вариант выступления психолога или классного руководителя.

Нет ничего нелепее смерти, ничего, кроме самоубийства. Когда человек добровольно уходит из жизни, чувство вины посещает даже тех, кто никак не мог повлиять на его последнее решение. И здесь лидируют именно подростки, причем часто из весьма благополучных семей.

Шаг из окна высотного дома... Огромная доза нелепых родительских таблеток... Зажатая в кулаке бритва... Более старомодный бросок с моста...

Самоубийство - третья основная причина подростковой и юношеской смертности после несчастных случаев и убийств. Какими бы тревожащими эти данные ни были, они, вероятно, занижены. О самоубийствах не всегда сообщают по причинам религиозных запретов и исходя из пожеланий семьи.

Существует крайне любопытная статистика относительно возраста самоубийц. Оказывается, что подавляющая, непропорционально большая часть таких случаев приходится на долю подростков или юношей и девушек в переходном возрасте. На сухом языке медицины это называется специальным термином - "пубертатный суицид", т.е. "самоубийство, совершенное в пору полового созревания". Русский психоневролог В. Хорошко еще в 50 – е годы писал: «Психический склад подростка имеет особенности, которые по факту

своего существования предрасполагают его к самоубийству». Понятно, что В. Хорошко имел в виду импульсивность, эмоциональную и аффективную неустойчивость, нестабильную самооценку, сниженный фон настроения, коммуникативную несостоятельность и пр. и пр. – словом те свойственные подросткам проявления психической жизни, наличие которых вообще характеризует пубертатный период.

Западные суицидологи при опросе 2668 школьников обнаружили, что 38 % из них имели мысли о самоубийстве, 6 % проводили подготовку к нему, 4 % совершили суицидальную попытку.

Ученые обследовали юношей и девушек, покушавшихся на самоубийство, провели психологический анализ завершенных самоубийств с целью определения факторов риска и пришли к выводу, что таковыми являются:

- психические нарушения, такие как поведенческие расстройства, депрессия или психические расстройства, вызванные лекарственными препаратами;
- проявления психического насилия, то есть запугивание, унижение, оскорбительные наказания, подкуп, злоупотребление доверием, чрезмерный контроль, пренебрежение заботой и т.п.;
- проявление физического насилия. Подростки, в буквальном смысле слова, бывают доведены до суицида побоями и устрашающими наказаниями;
- сексуальное насилие в семье (инцест);
- предыдущая попытка самоубийства;
- глубокое чувство безнадежности или беспомощности;
- употребление наркотиков и алкоголя;

- стрессовые жизненные ситуации, такие как серьезный разлад в семье, развод родителей или разлука с близким человеком.

Психологи практически единодушны в том, что причинами подростковых самоубийств являются не общественные и экономические факторы, социальные и бытовые стрессы, как это нередко происходит со взрослыми, а процессы, связанные с отношениями в семье, с друзьями, в школе. Психологи московского детско-подросткового суицидологического кабинета отмечали, что 70 % пациентов в качестве повода, толкнувшего их на попытку суицида, называли разного рода школьные конфликты. Но, разобравшись в существе дела, как правило, обнаруживается неблагополучие в семье. Однако это "неблагополучие" имеет не внешний, но содержательный характер: речь идет о нарушениях родительско-детских отношений. Роль "последней капли" играют школьные ситуации, поскольку школа - это место, где ребенок проводит значительную часть своего времени. В школьном конфликте могут участвовать и сверстники, и учителя: традиционная школа жесткая, нормативная, не гибкая, к ребенку не расположенная.

Суицидальное поведение - это ответ на глубинные переживания, а они связаны с тем, что по-настоящему актуально. Чем младше ребенок, тем в большей степени он внедрен в жизнь семьи, тем больше своим суицидом он "дебатирует" именно с семьей. В то же время корни этого неблагополучия психологи видят именно в социальных переменах.

Психологи считают, что причина детско-подросткового суицида часто в том, "что в сознании подростка нет негативного отношения к суициду». Самоубийца вызывает в нашем христианском обществе сочувствие, сожаление, но ни в коем случае не возмущение или презрение. И если человек воспитывается в подобной культуре, то, попав в трудную ситуацию, он покушается на свою жизнь, оправдывая себя тем, что "я им всем докажу". Так что не от одной только нестабильности процент самоубийств у нас так высок. Для сравнения - в Англии, например, самоубийство не только уголовное

преступление, но и большой позор для родителей. И поэтому процент покушений на собственную жизнь - там на порядок ниже, чем в России.

В какой-то степени жалость к самоубийцам способствует распространению среди подростков и в особенности детей так называемого демонстративного суицида, при котором ставится цель не уйти их жизни, а привлечь внимание родителей, учителей, "обидчиков", наказать их, заставить их "понять" и т.д. Такой суицидальный акт обставлен соответствующей атрибутикой, растянут на длительный период времени, и происходит при "зрителях", среди которых обязательно присутствуют собственно родители, учителя, не понявшие их друзья, возлюбленные. Кончатся такие "спектакли" порой трагически, подростки ошибаются в расчетах, переигрывают, и, в конце концов, умирают, сами того не желая.

С другой стороны, как утверждают те же психологи, четкой границы между истинным и демонстративно-шантажным суицидом у подростков нет. Подросток, совершивший демонстративно-шантажную суицидальную попытку, уже готов к суициду, он перешагнул через страх перед смертью, о чем свидетельствует их выбор способа разрешения конфликтной ситуации.

В последнее время психологи выделяют еще одну причину детских самоубийств - прессинг успеха.

"Сегодня в нашей стране, как никогда прежде, велик престиж высшего образования. Искренне желающие ребенку добра близкие родственники и учителя постоянно настраивают его на обязательный успех: поступление в вуз, получение престижной профессии. В такой ситуации подросток просто вынужден тянуться за хорошими отметками, доказывать, что он лучше, умнее, успешнее других своих сверстников. Причем это насильственное рвение часто поддерживается буквально жертвенным поведением родителей, готовых для оплаты репетиторов потратить последние деньги, продать (если имеют) и дачу, и машину, влезть в долги...

Подобный груз непрошенных благодеяний и категорических надежд нередко непосильным бременем ложится на плечи юного человека. Перегрузки и строгие требования в школе, страх не оправдать чаяний дорогих людей, безостановочная гонка за успехом, да и собственные высокие притязания - напряжение, которое не всякому взрослому по плечу. А если добавить сюда ощущение, что любая неудача равносильна краху, непоправима, становится понятно, откуда рождаются в душе подростка мощный эмоциональный дискомфорт, страх, гнетущая тревога. То, что реальность именно такова, подтверждает бесстрастная статистика: число депрессий прямо связано с уровнем успеваемости старших школьников. Лидируют в этом грустном списке отличники, а замыкают его двоечники. Зависимость между подростковыми депрессивными расстройствами и прессингом успеха подтверждает и ежегодный всплеск молодежных самоубийств: сразу после объявления результатов вступительных экзаменов в Японии и Южной Корее - странах, где престиж высшего образования невероятно высок. Стоит задуматься, не слишком ли высока цена даже за самые блестящие перспективы.

В последнее время увеличилось количество случаев самоубийств фанатов. Самоубийство фанатов - явление давно известное, распространенное не только среди молодежи, но и среди взрослых людей. Известны случаи самоубийств после гибели Сергея Есенина, после выхода в свет "Страданий молодого Вертера" Гете, в прессе то и дело мелькают сообщения о самоубийствах спортивных болельщиков из-за проигрыша их команды, и, что совсем нелепо, из-за невозможности попасть на матч. Но подростковые самоубийства фанатов имеют одну страшную тенденцию - они часто носят массовый характер. Не только смерть кумира, но и единичный случай самоубийства в школе вызывает эпидемию суицидальных попыток подростков. Самоубийство может вызвать эмоциональное состояние, в которое попадает подросток под влиянием творчества тех или иных артистов. Весь ужас этого явления в том, что ни родители, ни учителя, ни психологи практически не могут предупредить суицид ребенка или подростка, совершенный "за

компанию" или в связи со смертью любимого артиста. "Вина" за такие суицидальные эпидемии ложится только на присущие всем детям и подросткам внушаемость и подражание. Безусловно, агрессивная информационная среда, которая окружает детей и подростков, может в значительной степени повлиять на принятие решения о добровольном уходе из жизни.

Что же делать?

Обращаться к психологам, даже если у вас прекрасные взаимоотношения с ребенком, и ничто не предвещает столь трагичного финала. Для детей, и особенно подростков, самоубийство – типичная реакция на стрессовые ситуации и кризисы. А это значит, что в любой момент он может почувствовать себя совершенно лишним в этом мире.

Современные исследователи отмечают следующие симптомы суицидентного поведения у детей подростков:

- дисфория или потеря интереса к жизни и способности получить удовольствие;
- изменение аппетита и веса тела;
- потеря энергии; изменение продолжительности сна;
- изменение психомоторной активности;
- чувство собственной никчемности или вины;
- мысли о смерти;
- суицидальные намерения или попытки;
- социальная замкнутость;
- снижение успеваемости или изменение отношения к школе;
- несвойственная ранее агрессивность;

- жалобы на плохое самочувствие;
- ожидание наказания.

Маскированная депрессия часто выражается в следующем:

- неуживчивость;
- драчливость;
- поведенческие проблемы;
- гиперактивность;
- пропуски уроков, снижение успеваемости;
- соматические жалобы;
- употребление алкоголя, наркотических веществ;

Как правило, подростки, решившиеся на самоубийство, делают это не потому, что хотят смерти, а просто потому, что не видят иного выхода из ситуации. И именно поэтому всем нам так важно быть чуткими к чувствам живущих рядом с нами людей. Почти наверняка те проблемы, которые ребенку в состоянии глубокого душевного кризиса представляются неразрешимыми, нам такими не кажутся. И, может быть наша помощь будет достаточной, чтобы спасти ему жизнь.

Решение родительского собрания.

- Решение принимается в форме рекомендаций родителям. Каждому родителю вручается памятка о воспитании в семье.

Памятка родителям

1. Прислушивайтесь к своему ребенку, старайтесь услышать его. Вникайте в проблему ребенка. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребенка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутит свое человеческое достоинство.

2. Принимайте решение совместно с ребенком, а так же давайте ему право принимать самостоятельные решения: ребенок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал сам. При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители. Предоставьте ребенку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что он волен сам выбирать из нескольких возможностей.
3. Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить ее так, чтобы ребенку не нужно было вести себя неправильно.
4. Предоставляйте ребенку возможность отдохнуть, переключиться с одного вида деятельности на другой.
5. Требуя что-то от ребенка, давайте ему четкие и ясные указания. Но не возмущайтесь, если ребенок, может быть, что-то не понял или забыл. Поэтому снова и снова, без раздражения, терпеливо разъясняйте суть своих требований. Ребенок нуждается в повторении.
6. Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований, т.к. ему трудно делать все сразу.
7. Не предъявляйте ребенку непосильных требований: нельзя от него ожидать выполнения того, что он не в силах сделать.
8. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.
9. Подумайте, в чем трудность ситуации, в которую попал ребенок? Чем вы можете помочь ребенку в этой ситуации? Как поддержать его?

Рекомендации

(по материалам Российской ассоциации телефонов экстренной психологической помощи)

Если человек, на ваш взгляд, склонен к суициду или имел в прошлом попытки к самоубийству:

- Не отталкивайте его, если он решил разделить свои проблемы с вами, даже если вы потрясены сложившейся ситуацией. Помните, что подростки с суицидальными наклонностями редко обращаются за помощью к профессионалам.
- Доверьтесь своей интуиции, если вы чувствуете суицидальные наклонности в данном индивиду. Не игнорируйте предупреждающие знаки.
- Не предлагайте того, чего не в состоянии гарантировать. Например, «Конечно твоя семья тебе поможет».
- Дайте знать, что хотите ему помочь, но не видите необходимости в том, чтобы хранить все в секрете, если какая-то информация может повлиять на его безопасность.
- Сохраняйте спокойствие и не осуждайте независимо от того, что вы говорите.
- Говорите искренне. Постарайтесь определить, насколько серьезна угроза.
- Знайте, что суицидальные мысли не всегда приводят к попыткам покончить счеты с жизнью. На самом деле он/она, поговорив с кем-нибудь о своих проблемах, могут почувствовать облегчение от осознания проблемы.
- Постарайтесь узнать, есть ли у него/нее план действий. Конкретный план – это знак реальной опасности.
- Убедите его/ее в том, что непременно есть такой человек, к которому можно обратиться за помощью.
- Не предлагайте упрощенных решений типа «Все, что тебе сейчас необходимо, так это хорошо выспаться. Утром будет гораздо лучше».

- Покажите, что хотите поговорить о чувствах, что не осуждаете его/ее за эти чувства.
- Помогите ему/ей постичь, как управлять кризисной ситуацией и понять, что сильный стресс мешает полностью осознать ситуацию. Ненавязчиво посоветуйте найти некое решение.
- Помогите найти людей или места, которые могли бы снизить переживаемый стресс.
- Обратитесь вместе с ребенком или подростком к специалистам.

Желаем Вам успехов в трудном деле воспитания детей!

Тема: «Как научиться понимать своего ребёнка?»

Цель: обучение родителей техникам общения, способствующим гармонизации детско-родительских отношений.

Задачи:

- провести совместный анализ различных ситуаций, в которых возникают трудности в общении с ребенком;
- познакомить родителей с навыком активного слушания.

Оборудование:

- бумага формата А3, А4;
- карандаши, фломастеры;
- карточки с описанием различных ситуаций;
- помещение с необходимым количеством стульев, поставленных в круг;

Участники: родители учащихся класса, учитель, психолог.

Ведущий предлагает родителям зайти в класс и занять любое место в кругу.

Ведущий. Здравствуйте! Мы рады, что вы нашли время поговорить о проблемах, которые возникают у нас, взрослых, в процессе общения с детьми. Мы не будем с вами искать правильные или определять неправильные приемы воспитания (такой традиции вообще не существует, т.к. все зависит от обстоятельств и то, что хорошо в одном случае, в другом окажется вредно). Мы поговорим об эффективных формах общения.

Итак, предлагаю познакомиться поближе. Сделаем это следующим образом: каждый по кругу представится, назовет себя, скажет, чьи вы родители и закончит следующее предложение: «Я пришел сюда ...»

(в ходе выполнения этого задания ведущий фиксирует на листе высказывания участников и в конце подводит итог того, что тема общения с детьми является для многих очень актуальной)

Ведущий: Перед тем, как мы приступим к работе, давайте настроимся на совместную деятельность. Настроиться нам поможет игровая разминка, в которую мы включили следующую игру:

Участники садятся по кругу, ведущий стоит в центре круга.

Инструкция: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: стоящий в центре круга (для начала им буду я) предлагает поменяться местами (пересесть) всем тем, кто обладает каким – то общим признаком. Этот признак он называет. Например, я скажу: «Пересядьте все те, у кого больше одного ребенка», - и все, у кого больше одного ребенка, должны поменяться местами. При этом тот, кто стоит в центре круга, должен постараться успеть занять одно из освободившихся мест, а тот, кто останется в центре круга без места, продолжает игру. Используем ситуацию для того, чтобы побольше узнать друг о друге».

Когда упражнение завершено, ведущий может обратиться к группе с вопросом: «Как вы себя чувствуете?» или «Как ваше настроение сейчас?» Как правило, это упражнение проходит весело. Оно позволяет снизить напряженность, активизирует внимание, мышление.

Ведущий: В нашей повседневной жизни мы часто сталкиваемся с различными ситуациями в общении с детьми: наши дети не могут что-то поделить между собой, ссорятся, дерутся, обижаются друг на друга и т.д. Все эти ситуации нам хорошо известны. Давайте попробуем вспомнить, каким образом мы выстраиваем беседу с ребенком. Например, как вы будете вести себя, если ребенок не хочет одевать шапку, а на улице холодно?

Родители делятся опытом и произносят хорошо знакомые фразы: «Одень шапку, а то заболеешь...», «Не смей мне возражать...» и т.д.

Ведущий. «Как вы думаете, чего ждут от нас дети в эти минуты?»

Родители высказывают свою точку зрения. На данном этапе важно выйти на понимание родителями того, что ребенок ждет понимания, а не родительских лекций и нотаций, а порой и угроз.

Ведущий. Причины трудностей детей часто бывают спрятаны в сфере его чувств. Поэтому, если просто что-то показать, чему-то научить или как-то направить ребенка – мы ему не поможем. В таких случаях лучше всего ребенка выслушать. Психологи называют этот способ активным слушанием.

Скажите, как вы понимаете слова «активно слушать», что вы знаете об этой технике?

Родители делятся своими мнениями и может быть даже опытом использования этой техники.

Ведущий. Многие из вас совершенно верно изложили суть этой техники. Позволю себе еще раз о ней сказать: активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его

чувства. Потребности каждого человека выражаются в его чувствах, мыслях, желаниях. Они возникают у нас как «Я-мысли»: я хочу есть, я люблю это делать, я чувствую усталость, я беспокоюсь и т.д.

Это реальные, ясные и конкретные обращения человека к самому себе, за которыми стоят наши реальные потребности. Однако в силу определенных традиций мы часто не решаемся прямо высказать свои желания, опасаясь, что нас могут счесть эгоистами, не знающими правил хорошего тона. Поэтому «я – высказывания» в разговоре превращаются в «ты – высказывания» (вместо «я хочу спать» - «тебе пора выключить свет», вместо «мне неприятно» - «ты плохой»). Превращение «я – высказываний» в «ты – высказывания» становятся часто одним из «барьеров общения».

Самое опасное при этом состоит в том, что ответственность перекладывается на собеседника, которому приписываются действия, желания, мотивы, на самом деле отсутствующие. Произнося фразу: «Надень шарф, сегодня холодная погода», - взрослый может иметь в виду: «Я тебя люблю и беспокоюсь о тебе, хочу, чтобы ты был здоров», а ребенок может услышать: «Ты еще мал и беспомощен» или: «Без моего руководства ты не можешь сделать и шагу». Сама многозначность «ты – высказываний» дает простор различным толкованиям и интерпретациям. Реакция собеседника, объяснившего наши намерения со своей точки зрения не так, как мы ожидали, кажется не адекватной, за ней, с нашей точки зрения, стоит лишь вредность, желание настоять на своем, самодурство, с которым необходимо бороться. Непонимание при этом накапливается, и последствия могут быть самыми серьезными. Как видите, овладеть умением «я – высказываний» достаточно важно.

«Я – высказывания» обычно включают три компонента:

- описание ситуации;
- называние своих чувств в этой ситуации;

- называние причин этого чувства.

Это может выглядеть примерно так:

1. «Когда я вижу, что ...» или «Когда происходит ...», «Когда я сталкиваюсь с ...».
2. «Я чувствую ...» или «Я не знаю как реагировать ...», «У меня возникает проблема ...».
3. «Потому что ...» или «В связи с этим...».

Пример: «Когда я вижу, что к 22.00 домашнее задание по математике не выполнено, я начинаю беспокоиться, что ты получишь очередную двойку и в конце четверти не будешь аттестован. В связи с этим, прошу показывать задание по математике в 20.00.»

Каждому участнику тренинга выдается карточка с написанными фразами в форме «ты – высказываний».

Ведущий. Я предлагаю потренироваться в умении оформлять свои мысли и чувства в форме «я – высказываний». Попробуйте предложить свои варианты преобразования «ты – высказываний» в «я – высказывания».

Участники получают карточки и работают с ними. Фразы могут быть следующими:

«Ты – высказывания»	Возможные варианты «я – высказываний»
Где ты был?	Я беспокоюсь о тебе, потому что ...
Ты выполнил домашнее задание?	Мне бы хотелось знать, что все уроки уже выполнены.
Почему ты не здороваешься, когда	Мне хотелось бы слышать приветствие, потому что иначе у

приходишь домой?	меня возникает чувство, что мной пренебрегают.
Когда ты вернешься домой?	Я беспокоюсь о тебе, и для меня очень важно знать, что ты доберешься домой в полной безопасности.
Почему у тебя в комнате такой беспорядок?	Мне было бы приятно осознавать, что у меня очень аккуратный сын.

Ведущий. Давайте посмотрим, что у вас получилось. Я прошу по желанию зачитывать карточку и озвучивать предложенный вами вариант «я – высказывания».

Ведущий. Вы только что попробовали использовать одну из техник активного слушания. Убедились в том, как это не просто. Увидели, что вам хочется задать другие вопросы и прокомментировать и оценить ситуацию. Что ж, это совершенно нормально. Давайте теперь попробуем ответить себе на такой вопрос: «Что может дать нам техника активного слушания для общения с ребенком?»

На доске появляется лист с надписью: **«Результаты применения техники «Я – высказывания»»**. Родители высказывают свое собственное мнение, а ведущий фиксирует все на доске или бумаге.

Ведущий. Возможно, многим из вас показалось, что предложенная техника является искусственной, неестественной для нашей среды. Однако же навыки общения вначале трудны и порой необычны, но когда вы ими овладеете, они перестанут быть «техникой», а станут искусством.

И перед тем, как мы с вами расстанемся, ответьте, пожалуйста, на вопрос: «Готовы ли вы использовать технику активного слушания, и какие вы ожидаете изменения в общении со своим ребенком?»

Тренинг желательно закончить упражнением, способствующим закреплению дружеских отношений, возникших в результате работы.

Инструкция: «Пусть каждый из нас сделает подарок своему соседу слева и справа. Подарок надо сделать («вручить») молча (невербально), но так, чтобы ваш сосед понял, что вы ему дарите.

Тема: «Наши трудные дети»

Цель: информирование родителей о причинах «плохого» поведения несовершеннолетних.

Задачи:

- познакомить со способами оказания психологической поддержки несовершеннолетним;
- оказать поддержку родителям при решении трудностей в воспитании несовершеннолетних.

Участники: родители учащихся, классный руководитель, психолог.

Подготовительный этап:

- памятки для родителей по теме собрания;
- таблицы с описанием «плохого» поведения;

Ход собрания: классный руководитель предлагает родителям занять удобные места и сообщает тему, цели и задачи родительского лектория.

Вариант вступительного слова классного руководителя.

Дети взрослеют, изменяются, и взрослым хотелось бы, чтобы проблем в общении, во взаимодействии с ними становилось меньше, но так происходит не всегда. Родителей волнует поведение подросших детей и трудности, связанные с этим. Многие родители имеют подобные проблемы, и, весьма вероятно, что некоторые из них – ваши соседи и друзья - совсем рядом. Вы можете и не догадываться о том, что находитесь в такой большой компании, потому что в нашем обществе родителю полагается испытывать чувство стыда, когда сын или дочь пропускает занятия в школе, не делает уроки, грубит взрослым, курит. Поэтому даже друзья не склонны говорить о проступках своих детей и переживаниях в этой связи. Для родителя допустить, чтобы

отрицательные факты стали известны, все равно, что получить двойку за воспитание своего ребенка. Все, кого вы знаете, испытывают те же опасения, поэтому каждый предпочитает молчать, переживая наедине чувства одиночества и отчаяния. Сегодня мы попытаемся вместе искать причины трудностей в поведении детей.

«Трудный» ребёнок... Что за этими словами, какой он? Уважаемые родители, давайте попробуем нарисовать словесный портрет «трудного» ребенка. Вы называете те ассоциации, которые у вас возникают на слова: «трудный ребенок», а я записываю их на доске. (Родители могут назвать следующие слова: *лентяй, грубиян, двоечник, неудачник, безответственность, хулиган и т.д.*)

Как вы думаете: «Что может стать причиной «плохого» поведения ребёнка?»

(Родители приводят свои аргументы и свои ситуации, связанные с данным вопросом. Классный руководитель на другом листе ватмана фиксирует ключевые слова).

В настоящее время некоторые ученые считают, что существует всего четыре причины «плохого» поведения ребенка, которые приводят к тому, что он становится трудным и порой неуправляемым.

Причина первая – борьба за внимание. Непослушание – это тоже возможность привлечь к себе внимание, а внимание необходимо для эмоционального благополучия ребенка.

Причина вторая – самоутверждение, борьба за власть. Несовершеннолетний объявляет войну бесконечным указаниям, замечаниям и опасениям взрослых. Возможность иметь своё мнение, принимать собственное решение – это возможность приобретать свой опыт, пусть даже ошибочный.

Причина третья – желание мщения. Подросток может мстить за:

- сравнение не в его пользу со старшими или младшими братьями или сёстрами;

- унижение друг друга членами семьи;
- разводы и появление в доме нового члена семьи;
- чрезмерное проявление любви взрослых друг к другу.

Причина четвёртая – неверие в собственный успех, вызываемое учебными неудачами, взаимоотношениями в классе с учителем, низкая самооценка.

Давайте более тщательно рассмотрим все аспекты «плохого» поведения детей. Предлагаю родителям разделиться на четыре группы. Каждая группа получает одну из таблиц, в которой приведены причины и проявления «плохого» поведения детей. В группах родители обсуждают услышанную информацию, анализируют таблицы, приводят примеры из собственного педагогического опыта. По окончании работы делятся своими мнениями со всем родительским собранием.

Таблица 1.

Поведение, направленное на привлечение внимания.

Поведение ребенка	Может быть как активным (привлекать всеобщее внимание всевозможными выходками), так и пассивным, т.е. делать все очень медленно «в час по чайной ложке»
Причины поведения, направленного на привлечение внимания	1. Взрослые больше внимания уделяют детям, которые ведут себя плохо. 2. Дети не научены просить или требовать внимания в приемлемой форме. 3. Дети часто испытывают дефицит личного внимания к себе, чувствуют себя «пустым местом».
Положительные стороны поведения, направленного на привлечение внимания	Дети нуждаются во взаимоотношениях с окружающими, готовы к сотрудничеству
Принципы предотвращения поведения, направленного на привлечение внимания	1. Больше внимания уделять хорошему поведению. 2. Учить детей просить внимания в приемлемой форме.

Таблица 2.

Характеристика властолюбивого поведения

Поведение ребенка	Вспышки негодования, конфронтация с окружающими или тихое непослушание: ребенок соглашается, но делает по – своему.
Причины властолюбивого поведения	1. Изменение социальных установок в обществе. 2. Мода на «сильную личность» учит утверждению своей силы, а не конструктивному поведению.
Сильные стороны властолюбивого поведения	Дети демонстрируют лидерские способности: умение независимо мыслить и способность сопротивляться авторитетам.
Принципы предотвращения властолюбивого поведения	1. Уходить от конфронтации и снижать напряженность. 2. Позволять детям реализовать свои организаторские способности.

Таблица 3.

Характеристика мстительно поведения

Поведение ребенка	Прямые или скрытые физические и психологические акты насилия. Ребенок может мстить учителям, родителям, всем окружающим.
Происхождение мстительного поведения	Отражение роста насилия в обществе в средствах массовой информации. Культивирование стиля «силового» разрешения конфликтов в семье.
Сильные стороны мстительного поведения	Дети демонстрируют высокую жизнеспособность, умение защитить себя от боли.
Принципы профилактики мстительного поведения	1. Учить ребенка строить отношения с окружающими по принципу заботы о них. 2. Учить ребенка выражать свои переживания и требования к окружающим в приемлемой форме.

Таблица 4.

Характеристика поведения, когда ребенок не верит в себя.

Поведение ребенка	<u>Активная форма.</u> Вспышки негодования: ребенок теряет контроль над собой, когда давление
-------------------	---

	ответственности становится слишком сильным. <u>Пассивная форма.</u> Откладывание работы на потом, заболевание.
Причины происхождения поведения	Необоснованно завышенные ожидания учителей и родителей. Твердая убежденность ребенка, что он должен быть лучше всех. Упор на соревнование в семье и классе.
Сильные стороны поведения	Для большинства детей сильных сторон нет. Небольшая часть детей может стремиться делать все лучше всех.
Принципы профилактики «неверия» в собственные силы, низкой самооценки.	Поддержка ребенка, чтобы его внутренняя установка «Я не могу» изменилась на: «Я могу». Помощь в преодолении социальной изоляции путем включения его в деятельность со сверстниками.

Подведение итогов.

Предложите родителям притчу о перевернутом камне.

Один странствующий искатель истины увидел большой камень, на котором было написано: «Переверни и читай». Он с трудом перевернул его и прочёл на другой стороне: «Зачем ты ищешь нового знания, если не обращаешь внимания на то, что уже знаешь?»

Эта притча как нельзя лучше подтверждает наш сегодняшний разговор о детях. Истина – на поверхности. Зачастую проблемы в поведении наших детей, их трудности – в нас самих. В нашем диктате, в нашем попустительстве, в нашей занятости, в нашем эгоизме, себялюбии. Необходимо посмотреть на проблему глазами истины и тогда военные действия, которые вы ведёте с ребёнком, перестанут быть необходимыми, а в душе воцарится мир и душевный комфорт. Самые главные слова, которые сегодня нужно сказать своему ребёнку: «Я тебя люблю, мы рядом, мы вместе и мы всё преодолеем».

Спросите родителей: «Что нового они узнали на собрании? Какие приемы дисциплинирования своих детей они попробуют использовать в своей практике?»

Предложите родителям памятки, с помощью которых можно преодолеть трудности в поведении ребёнка.

Памятка.

Психологическая поддержка ребенка в семье

Родительская поддержка – это процесс:

- в ходе которого родитель сосредотачивается на достоинствах ребенка с целью укрепления его самооценки;
- который помогает ребенку поверить в себя и свои способности;
- который помогает ребенку избежать ошибок;
- который поддерживает ребенка при неудачах.

Для того чтобы научиться поддерживать ребенка, родителям, возможно, придется изменить привычный стиль общения и взаимодействия с ним.

Поддерживать ребенка – значит верить в него. Поддержка основана на вере в природную способность личности преодолевать жизненные трудности при поддержке тех, кого она считает значимой для себя.

Для того, чтобы поверить в ребенка, родитель должен иметь мужество и желание сделать следующее:

- забыть о прошлых неудачах;
- помочь ребенку обрести уверенность в том, что он справится с данной задачей;
- позволить ребенку «начать с нуля», веря в его способность достичь успеха;
- помнить о прошлых успехах и возвращать к ним, а не к ошибкам.

Очень важно позаботиться о том, чтобы создать ребенку ситуацию с гарантированным успехом. Успех порождает успех и усиливает уверенность в своих силах как у ребенка, так и у родителя.

Итак, для того, чтобы поддержать ребенка, необходимо:

- Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
- Не подчеркивать промахи ребенка.
- Показать, что вы удовлетворены ребенком.
- Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.
- Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
- Проводить больше времени с ребенком.
- Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
- Уметь взаимодействовать с ребенком.
- Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
- Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.
- Принимать индивидуальность ребенка.
- Проявлять сопереживание и веру в вашего ребенка.
- Демонстрировать оптимизм.

Существуют слова, которые поддерживают ребенка, и слова, которые разрушают его веру в себя.

Слова поддержки:

- *«Зная тебя, я уверен, что ты сделаешь все хорошо».*
- *«Ты делаешь это очень хорошо».*
- *«Это серьезный вызов, но я уверен, что ты к нему готов».*

Когда вы выражаете удовольствие от того, что делает Ваш ребенок, это поддерживает его и стимулирует продолжить дело или делать новые попытки. Он получает удовольствие от себя.

Поддерживать можно посредством:

- **отдельных слов** (*красиво, аккуратно, прекрасно, здорово и т.д.*)
- **высказываний** (*«Я горжусь тобой», «Это действительно прогресс», «Я рад, что ты в этом участвовал», «Это здорово!»*)
- **прикосновений** (*дотронуться до руки, обнять, погладить*)

- **совместных действий, физического соучастия** (*сидеть или стоять рядом с ребенком; играть с ним; слушать его*);
- **выражением лица** (*улыбка, подмигивание, смех, кивок*)

Подлинная поддержка родителями своего ребенка должна основываться на подчеркивании его способностей, возможностей, положительных сторон.

Важно, чтобы родитель научился принимать ребенка таким, какой он есть, включая все его достижения и промахи, а в общении с ним учитывать значение таких вещей, как тон, жесты, выражения и т.п.

Тема: «Если в семье конфликт»

Цель: способствовать гармонизации детско-родительских отношений.

Задача: познакомить с приемами решения и профилактики конфликтных ситуаций в семье.

Участники: родители учащихся класса, классный руководитель, психолог.

Вариант доклада психолога.

Возникновение конфликтов в семьях, где дети достигли "трудного", переходного возраста, - явление достаточно распространённое. Мнения и желания подростков становятся всё более непохожими на мнения и желания взрослых, а стремление к независимости в ответ на попытки подчинения рождают открытое противостояние. С юношеским максимализмом всё и вся подвергается оценке и критике. И, тем не менее, многие родители не сомневаются в том, что их ребёнок, даже достигший совершеннолетия, должен беспрекословно им подчиняться.

Каждому родителю рано или поздно придётся решить для себя проблему: стоит ли руководствоваться в общении с детьми сложившимися негативными стереотипами (неуважение к подростку, проявляющееся в высказываниях типа "не дорос ещё меня учить" или "пока живёшь с нами и ешь наш хлеб, будешь поступать так, как мы скажем"; отрицание самой возможности собственных

ошибок - "я старше - значит умнее", "поживёшь с моё, тогда поговорим"). Ведь есть и другой путь - учесть опыт и знания специалистов, потрудиться, чтобы понять себя и ребёнка.

Если родители воспитали ребёнка покорным, не умеющим отстаивать своё мнение, то обычно их отношения бывают внешне спокойными, бесконфликтными. Правда, в такой ситуации ребёнок всё равно страдает: ведь вырастая, он так и не становится взрослым, не умеет быть ответственным за свои решения и поступки. В некоторых семьях подросток, сохраняя видимую покорность родителям, живёт своей, неизвестной им жизнью. Такие формально благополучные отношения могут привести к тому, что родители узнают об истинной жизни своего ребёнка от посторонних людей и слишком поздно. Если же ребёнок растёт достаточно самостоятельным, с выраженным чувством справедливости и стремлением к самоутверждению, то отношение родителей, настаивающих на подчинении, приводит к очень серьёзным конфликтам.

Как же научиться разрешать конфликтные ситуации, связанные с расхождением мнений, интересов, желаний? Психологи выделяют разные варианты выхода из конфликтных ситуаций. Это может быть и *уход от конфликта*, когда обе стороны не стремятся к его разрешению, а делают вид, что всё в порядке. Это может быть *подавление*, когда одна сторона явно выигрывает, другая - проигрывает (например, подростка не пустили на дискотеку). Обратная сторона этого варианта - подчинение интересам другого (мать покупает дочери по первому требованию дорогие вещи в ущерб семейному бюджету). Лучшим же будет такое разрешение конфликтной ситуации, когда обе стороны удовлетворены её исходом, то есть проигравших нет, обе стороны выигрывают. Называется этот способ *сотрудничество*, и возможным оно становится лишь тогда, когда стороны взаимно учитывают интересы друг друга. Как это может выглядеть на практике, и какие шаги рекомендуют предпринимать психологи?

В качестве примера рассмотрим следующую знакомую многим родителям ситуацию: у подростка в комнате беспорядок, а родители настаивают на уборке. Возникает конфликт, так как интересы сторон находятся в противоречии. Интерес мамы:

- желание воспитать в ребёнке стремление к порядку и избавиться от чувства неловкости перед гостями.

Интерес подростка:

- желание избежать неинтересного и неактуального занятия, убеждённости в том, что "и так всё нормально".

Итак, *Шаг 1. Распознавание и определение конфликта.*

Цель: вовлечение ребёнка в процесс решения проблемы. Необходимо чётко и немногословно сообщить ребёнку, что имеется проблема, которая нуждается в решении. Дать понять, что сотрудничество ребёнка необходимо. *"Мне становится стыдно всякий раз, когда наши и твои гости видят беспорядок в этой комнате. Боюсь, что от остатков еды могут завестись тараканы. Давай обсудим эту проблему"*.

Шаг 2. Выработка возможных альтернативных решений.

Цель: сбор как можно большего числа вариантов решения. Появляется возможность узнать решения детей (свои можно добавить позже), не оценивая их и не принижая. Настаивать на выдвигении как можно большего числа альтернатив:

- *"Гости больше не приходят к тебе, а дверь в комнату всегда закрыта"*;

- *"Один раз в неделю проводится большая уборка, в которой ты обязательно принимаешь участие"*;

- *"Я получаю поощрение всякий раз после уборки"*;

- *"Я получаю в подарок моющий пылесос и другие необходимые предметы, а также право делать уборку под любую громкую музыку";*
- *"Я ем только на кухне, а уборку произвожу перед приходом гостей".*

Шаг 3. Оценка альтернативных решений.

Цель: активизирование ребёнка на высказывания по поводу различных решений. Можно предложить ребёнку высказаться по поводу собранных предложений, сообщить свои чувства и интересы. *"Мне нравятся варианты насчёт совместной уборки или уборки перед приходом гостей. Хорошо, что друзьям нравится приходить к тебе, и особенно приятно пригласить их в чистую комнату. Покупку пылесоса мы сможем обсудить после первых успехов. А что думаешь ты?"*

Шаг 4. Выбор наиболее приемлемого решения.

Цель: принятие окончательного решения. На этом этапе оговариваются обязательства обеих сторон по выполнению решения. Если решение состоит из нескольких пунктов, можно зафиксировать его письменно. В данном реальном случае было принято решение о наведении порядка раз в неделю по субботам. Родители не убирают комнату подростка и не несут ответственности за возможные последствия: потерянные вещи, грязная и мятая одежда и т.д., так как это его проблема, а не родителей. В целом же комната подростка является его территорией. В разных семьях возможны разные варианты решений.

Шаг 5. Выработка способов выполнения решения.

Цель: планирование процесса претворения в жизнь принятого решения. Выносятся на обсуждение вопросы о начале выполнения решения, о проверке качества выполняемой работы, если речь идёт о домашних обязанностях и т.д.

Шаг 6. Контроль и оценка результатов.

Цель: реализация решения. По мере претворения решения в жизнь интересоваться у ребёнка его результатами, сообщать о своих мыслях и чувствах. Возможны пересмотр или изменение решения.

Конечно, далеко не все конфликты требуют для своего решения применения всех шести шагов. Некоторые конфликты исчерпываются почти без обсуждения, а приведенный пример убедительно доказывает, что любая проблема может иметь несколько вариантов решения.

Строя отношения с ребёнком, важно обладать умением слушать, отвечать и исследовать альтернативы. Главной целью каждого из этих навыков является *создание у ребёнка ощущения собственной полезности и компетентности.*

Первым вопросом, который должен решать взрослый при решении какой-либо проблемы, является вопрос о том, чья именно это проблема. Слишком часто взрослые полагают, что все проблемы детей являются и их проблемами. Это неверно и даже вредно для ребёнка - он лишается возможности пробовать свои силы в решении проблемы. Ребёнок имеет право сам находить решения проблем. И если проблема принадлежит ребёнку, то взрослый может выбрать, что делать:

- внимательно выслушать;
- поискать альтернативы;
- предоставить ребёнку возможность самому столкнуться с последствиями своей самостоятельности или скомбинировать приведённое выше.

В качестве вывода сформулируем некоторые положения:

- Разлад и кризис в отношениях между детьми и родителями представляет собой благоприятную возможность для изменения и развития.
- И дети, и родители - достойные и равноправные члены семьи.
- Родители несут ответственность за то, что делают они.
- Ребёнок несёт ответственность за то, что делает он.

- Чем чаще родители проявляют сотрудничество (предъявляя свои интересы, выясняют интересы ребёнка, учитывают его позицию), тем больше вероятность того, что ребёнок будет вести себя подобным образом в других ситуациях и с другими людьми.

Вступив в трудный возраст с уверенностью в том, что "мир безопасен, я любим, я хороший, я способный", подросток преодолевает тернистый путь этого периода с меньшими потерями. Да, он так же, как и все его сверстники, проявляет характерные для подростков реакции, но в то же время открыт к диалогу со взрослыми.

Тема: «Первая любовь: радость или беда?»

Цель: информирование родителей об особенностях юношеской влюбленности;

Задача: знакомство со способами оказания психологической поддержки.

Участники собрания: родители учащихся класса, учитель, психолог.

Ход собрания.

Вариант выступления психолога или классного руководителя (из книги Т.Орловой «Как помочь подростку войти во взрослую жизнь»)

Ваш повзрослевший ребенок переживает первую любовь или он уже познал горечь разочарования? Это совершенно новый мир не познанных раньше чувств и ощущений. Первая любовь навсегда останется либо самым светлым и прекрасным, либо очень трагичным воспоминанием.

Для многих тинэйджеров тема неразделенной любви наиболее болезненна. Отсюда проистекают и алкоголизм, и прочие крайности, **вплоть до мысли покинуть этот мир, где тебя не приняли и не поняли.** Отсутствие у подростка жизненного опыта не позволяет ему взглянуть на создавшуюся ситуацию со стороны и спокойно оценить ее.

Любовь ставит перед будущими мужчинами и женщинами, а также их родителями целый комплекс новых, на первый взгляд трудноразрешимых проблем.

В старшей школе у подростков появляются первые эротические переживания, что абсолютно нормально и закономерно и говорит о правильном развитии юношей и девушек. Взрослым нужно знать, что влюбленность необходима подросткам, и задача родителей заключается в том, чтобы научить их управлять этой стороной жизни. Подростки должны не только знать о чисто физиологической стороне интимной жизни, но также иметь четкое представление о ее социальном и психологическом аспектах.

Стремясь защитить своего сына или дочь от любовных переживаний, которые, как считают умудренные опытом мамы и папы, мешают учебе, занятиям музыкой или спортом, родители руководствуются распространенным доводом: «Думай головой, не повреди своему здоровью!». Естественно, ребенок отмахивается от умных высказываний родителей, с головой кидается в омут первой любви, во-первых, потому, что запретный плод всегда сладок, а во-вторых, потому, что искренне уверен в том, что пробудившееся чувство как раз и есть то светлое и вечное, которое он со своей избранницей (избранником) пронесет через всю жизнь. Как же поступать родителям в данном случае? Конечно, можно запретить сыну (дочери) встречаться с его (ее) избранницей (избранником), не пускать на улицу, жестко контролировать каждый шаг. Но чего при этом удастся добиться? В лучшем случае подросток замкнется в себе, перестанет делиться своими проблемами, в худшем возненавидит вас как людей, мешающих его личному счастью, и однажды уйдет из дома. Поэтому разумнее будет корректно и мягко подтолкнуть подростка к объективному анализу своих чувств, заставить его подумать, на самом ли деле он любит или ему всего лишь нравится этот человек.

Отцу и матери необходимо знать, что в переходном возрасте у юношей проблемы с девушками, а у девушек проблемы с юношами, как правило, возникают из-за ложных стереотипов. У тех и у других влюбленность часто приобретает характер эпидемии. Например, если в одном классе появляется хоть одна пара, влюбляются друг в друга и все остальные, в то время как в параллельном классе все спокойно.

Порой для всех одноклассников (одноклассниц) объектом влюбленности

становится одна и та же девушка (один и тот же юноша), поскольку дружба с самой «клевой» девчонкой (парнем) значительно повышает собственный престиж среди ровесников. Средством самоутверждения может быть и интимная близость. Причем имеет значение не столько факт сексуального контакта, сколько возможность похвастаться, продемонстрировать свою взрослость.

Однако независимо от того, являются чувства подростка надуманными или подлинными, вы в любом случае **должны психологически поддержать своего ребенка**. Безусловно, такое возможно в случае, если в вашей семье доверительная атмосфера. Для девочек подобные отношения в семье чрезвычайно важны. Девочки, в отличие от мальчиков, нуждаются в так называемой интимности, в секретах и тайнах. И лучше всего будет, если этими тайнами дочь будет делиться не с лучшей подругой, а с вами. Но зачастую она не может довериться самому родному ей человеку и рассказывает о своей любви старшей сестре или однокласснице. И причина тут кроется не в отсутствии доверия к матери, а в том, что пробудившиеся чувства для нее не бравлада, а тайна, поведасть которую можно лишь тому, кто сам в настоящее время переживает нечто подобное.

Вы спросите, как должна вести себя мать, почувствовавшая или случайно узнавшая о душевных переживаниях дочери. Разумнее всего не принимать никаких необдуманных и кардинальных решений, Молчание дочери еще не признак недоверия матери, скорее всего просто не пришло время, ваша дочь не созрела для интимного разговора, поэтому наберитесь терпения и подождите. Не торопите события, не выпытывайте у нее или, что еще хуже, у ее подруг, что, собственно, происходит, не осматривайте личные вещи вашей дочери без ее разрешения. Резкое, грубое вторжение в личную жизнь может спровоцировать сильный конфликт, после которого дочь вряд ли сможет говорить с матерью по душам.

Вы спросите: если дети не спешат делиться своими чувствами с вами, как узнать, что к ним пришла любовь. Достаточно одной наблюдательности. Большинство подростков не умеют скрывать свою застенчивость, поэтому,

когда речь заходит о предмете их любви, они, как правило, не в силах побороть смущение. Порой родители, не задумываясь над тем, как это важно для их ребенка, начинают подсмеиваться над его смущением. Однако делать этого ни в коем случае нельзя. Вспомните себя в этом возрасте. Наверняка каждую шутку вы воспринимали как грубую насмешку над своей любовью. Со 100% - ной уверенностью можно сказать, что после невинного, на ваш взгляд, шуточного замечания ребенок постарается скрыть от вас свои чувства.

Любовь, точнее, влюбленность у подростков проявляется по-разному: одни забывают об учебе и всех возложенных на них обязанностях, другие начинают интересоваться теми делами, которые прежде их не увлекали, третьи втайне ото всех пишут стихи... Большинство влюбленных подростков становятся мечтательными и рассеянными, часто задерживаются перед зеркалом и постоянно заостряют внимание на «недостатках» своей внешности.

Родители, как правило, боятся первой любви своих чад, поскольку опасаются, что занятый любовными переживаниями подросток, на которого они возлагают столько надежд и тратят столько физических и душевных сил, забудет обо всем на свете. Кроме того, мам и пап часто беспокоит не только сам факт влюбленности сына или дочери, а его (ее) избранница (избранник).

В отношении к объекту увлечения ребенка родители часто бывают необъективными, хотя действуют из самых лучших побуждений. Они, безусловно, хотят счастья своему ребенку, но при этом уверены, что именно эта девушка (парень) ему (ей) не пара. Вы должны понимать, что запретами и ежедневными уговорами ничего не добиться, ваш ребенок не перестанет любить этого человека лишь потому, что он по каким-то причинам не понравился вам. Попробуйте понять, что именно в нем привлекло подростка, какими он обладает недостатками и достоинствами. И главное: даже если любимый человек вашего ребенка вам не по душе, оставьте свое мнение при себе, но будьте внимательны и тактичны. Первая любовь скорее всего продлится недолго, и ваша задача поддержать сына или дочь и постараться, чтобы эта история не сыграла негативной роли в их дальнейшей жизни.

Многие родители, полагая, что они прекрасно знают, какая (какой) именно

девушка (юноша) подходит их ребенку, берут инициативу в свои руки и стремятся всеми мыслимыми и немыслимыми способами подружить его с «нужным» человеком. Подобное навязывание дружбы, а уж тем более любви, ни к чему хорошему не приведет. На высказывания типа: «Она (он) такая (-ой) умная (-ый), воспитанная (-ый), интеллигентная (-ый) и красивая (-ый)», подростки положительно не реагируют, поскольку это навевает на них скуку. Помимо этого, не стоит забывать о том, что подростки склонны поступать наперекор старшим, поэтому нудное и назойливое расхваливание «невесты» или «жениха» в большинстве случаев вызывает обратную реакцию: юноша (девушка) ее (его) возненавидит и назло станет обращать внимание на девушек (парней) с противоположными чертами характера.

Родителям нужно понимать, что любовь не синоним слову «секс», который лишь дополняет любовь, делает ее богаче и многограннее. Подросток только в том случае полюбит по-настоящему, если он так же по-настоящему любит своих родителей, родных, близких и друзей, то есть вообще способен на это чувство. И об этом необходимо помнить всем родителям, так же как и понимать, что в данной сфере человеческих взаимоотношений от них требуются такт и понимание. Недопустимо вмешиваться абсолютно во все происходящее с ребенком. Подобная нечувствительность огрубляет душу подростка, развивает эмоциональную глухоту, которая в результате приводит к появлению отрицательных черт характера.

Дорогие мамы и папы, если вы искренне хотите, чтобы ваш сын или ваша дочь на протяжении многих лет оставались близки с вами, как в детстве, уважайте их чувства, что обязательно вызовет уважение к вам!

Уважаемые родители, обратите внимание на следующие **признаки несчастной любви**, которые дадут вам знать, что подросток в беде: отсутствие интереса к учебе, работе, собственной внешности, беспокойный сон, а то и вовсе его отсутствие.

Рецепты всем известны: изолировать подростка от всего, что связано с предметом обожания, срочно изобрести занятие, которое захватит его с головой, на примерах из классики и вашего окружения постараться доказать,

что несчастная любовь — предвестник счастливой. Как любое дело, это чувство должно исчерпать себя. А незавершенный процесс остается в подсознании, и будет постоянно мешать в других делах. Хорошо, если подростку есть с кем поделиться. Предложите вашему ребенку попробовать такой способ. Подросток должен полностью описать все произошедшее как доклад, без чувств и эмоций. Затем нужно перейти на эмоциональный уровень и проанализировать с помощью собеседника все чувства, которые он ощущал. Далее он должен попробовать вообразить, что предмет его страсти сидит рядом, и рассказать о своем видении ситуации в целом и об отношении к нему. Если есть вопросы, пусть подросток задаст их своему любимому человеку и попробует сам, встав на его позицию, ответить на них.

Не помогло в первый раз? Не страшно. Нужно продолжать до тех пор, пока подросток не почувствует, что его отстраненность от ситуации позволяет взглянуть на нее без лишних эмоций.

Подводя итог вышесказанному, напомним еще раз: время лечит, хотя надежного лекарства от любви еще не изобрели. Родители же, должны быть в этот период как можно деликатнее.