

Образовательный кейс № 1.

Родительское собрание по теме: «О родительской любви и способах эффективного общения»

Встречу с родителями по данной проблеме можно проводить в любое время, так как тема универсальна, затрагивает вопросы психолого-педагогической компетентности родителей и является актуальной. Однако целесообразнее говорить об эффективном общении с ребенком как можно раньше.

В процессе подготовки и проведения собрания возможно совместное участие воспитателя и психолога/социального педагога образовательной организации. Можно к проведению собрания привлечь родителей группы, если кто-то из них обладает профессиональными компетенциями для такой формы работы (педагоги, психологи, активные образованные родители и т.п.)

В процессе подготовки к собранию можно провести мини опрос - «репортаж» суждения детей на тему: «Если бы я был мамой (папой), то проявил свою любовь к ребенку так...»

Цель встречи: познакомить родителей с техниками конструктивного общения с детьми.

Задачи:

1. Актуализировать знания родителей о необходимости проявления безусловной родительской любви.
2. Расширить представление родителей о значимости эмоциональной составляющей детско – родительских отношений.
3. Повысить родительскую компетентность в вопросах воспитания и конструктивного общения с ребенком.
4. Пробудить у родителей интерес к процессу самообразования в области педагогических знаний.

Продолжительность собрания: 60 минут.

План собрания:

1. Безусловная любовь к ребенку – основа семейного воспитания
2. Техника «Я - высказывание»
3. Техника «Активное слушание»
4. Подведение итогов встречи

Сценарный план

1. Безусловная любовь – основа семейного воспитания (20 минут)	
Ведущий проводит мини-лекцию	<i>«Любя своих детей, учите их любить вас, не научите – будете плакать на старости лет - вот, по-моему, одна из самых мудрых истин материнства и отцовства» В.А. Сухомлинский</i> Любите ли Вы своего ребёнка?

- Вы правы, каждый родитель даст положительный ответ на вопрос «Любите ли вы своего ребенка?».

А как мы любим, и тем более умеем ли любить, над этим как-то задумываться не приходится. Жизнь и наука доказали, что все беды у детей, а потому и у родителей объясняются ошибками родительского поведения, главная из которых – отсутствие **безусловной любви** и неумение хвалить и поддерживать своих детей, потому что самое главное для ребенка – чтобы его любили таким, какой он есть.

Нередко можно услышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь (драться, лениться, грубить, не начнешь (хорошо заниматься, помогать по дому, слушаться))».

Приглядимся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают **условно**, что его любят (или будут любить, **«только если...»**). Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Причина широко бытующего оценочного отношения к детям кроется в твердой вере, что награды и наказания – главные воспитательные средства. Похвалишь ребенка – и он укрепитесь в добре, накажешь – и зло отступит. Но вот беда: они не всегда безотказны, эти средства. Кто не знает и такую закономерность: чем больше ребенка ругают, тем хуже он становится. Почему же так происходит? А потому, что воспитание ребенка – это вовсе не дрессура. Родители существуют не для того, чтобы вырабатывать у детей условные рефлекссы.

Что же такое условная и безусловная любовь (высказывания участников собрания)?

Безусловная любовь — это когда мы любим и полностью принимаем себя, это когда мы любим и принимаем близких и окружающих нас людей такими, какие они есть, а не такими, какими мы хотели бы их видеть. Не навязывайте им свои понятия о том, что надо говорить, как себя вести, как и что делать. В конечном итоге, все это показывает вам, каким бы вы хотели быть сами.

Условная любовь — это когда мы любим условно: «Если ты хорошо себя ведёшь, ты мне нравишься, я тебя люблю», «Если приносишь из школы пятёрки, я тебя люблю», «Если не обманываешь меня, я тебя люблю», «Если приносишь домой много денег, я тебя люблю», «Если не изменяешь мне, я тебя люблю» и т. д. То есть условная

	<p>любовь - это когда мы ставим условия, когда мы любим за что - то.</p> <p>Это, конечно, вовсе не означает, что нам всегда нравится поведение ребенка. Безусловная любовь — это когда вы любите ребенка даже тогда, когда поступки его вам не нравятся. Поведение нам может не нравиться, но РЕБЕНКА МЫ ЛЮБИМ!!!</p> <p>* Самый чудесный подарок, который вы можете сделать своему ребенку, — это вселить в него абсолютную убежденность в том, что вы любите его всем сердцем, безоговорочно, независимо от того, что он делает, что с ним происходит. Мудрый родитель, <u>корректируя действия ребенка, всегда уточнит, что ему не нравится поведение ребенка, а не он сам.</u></p> <p>Проще сказать так: <i>«Я буду тебя всё равно любить, но твоё поведение я не одобряю»</i></p> <p>Это основа успешности воспитания. И ребенок должен чувствовать эту любовь, ее тепло. Чувствовать, так как чувствует тепло солнца.</p>
Работа в группах	
<i>Ведущий</i>	<p>- Возьмите на столах небольшие листы желтой бумаги с нарисованными на них солнышками.</p> <p>В центре круга напишите свое имя. Теперь на каждом из пяти лучиков запишите ответ на вопрос:</p> <p>«Чем я согреваю своего ребенка, как я проявляю к нему свою любовь?» (Например, улыбкой, добротой, я часто обнимаю своего ребенка, зная как это важно для него).</p> <p>Обсудите ваши достоинства в группе, сравните, найдите общие и запишите на лучиках большого солнышка, все ваши достоинства. (Лучики у общего солнышка прикреплены английскими булавочками).</p> <p>Давайте поделимся вашими находками со всеми. На доске нарисовано общее солнышко. Это вы своим теплом согреваете своих детей. Как же называются ваши лучи</p> <p>- Посмотрите, наше солнышко, как настоящее, под которым мы живем, щедро дарит нам свое тепло, ласку, не выбирая для этого место и время. Так и мы, родители, должны любить своих детей, без каких либо на то условий, просто так, безусловно.</p>
<i>Ведущий</i>	<p>Как может проявляться родительская любовь?</p> <p>1.Контакт глаз Контакт глаз – это возможность проявить теплые чувства друг к другу. Младенцы, лишённые любящего взгляда матери чаще болеют, хуже развиваются. Потребность в контакте глаз дана человеку от рождения. В 6-</p>

8 недель глаза ребенка ищут чего-то, первая улыбка на лице младенца появляется в ответ на ваше лицо.

Тревожные, неуверенные дети больше всего нуждаются в том, чтобы с ними налаживали контакт на любом уровне, в том числе и контакт глаз. Ласковый взгляд. Прикосновение способны уменьшить уровень тревожности. Переданная взглядом информация может отпечататься в сознании ребенка, чем сказанные слова. Даже если вы прибегаете к какому-либо наказанию, в ваших глазах должна быть любовь, а не злоба.

Если потребности в контакте глаз удовлетворены, то ребенок обаятелен, он не отворачивает голову сторону при контакте с людьми, с такими детьми хочется общаться.

2. Физический контакт. Физиологи советуют взрослым людям не менее 8-14 прикосновений друг к другу, А детям таких прикосновений должно быть намного больше.

Для многих живых существ физический контакт остается единственным способом выражения привязанности и заботы. У психологов есть понятие «тактильного голода». Бывает он у детей, которых вполне достаточно кормят, но мало ласкают. Многие родители не понимают как важно для ребенка, когда его обнимают, прижимают к себе, тормошат, целуют или трясут тяжелой отцовской рукой за холку. На это способны только родители в минуты, когда их переполняет любовь, и они не в силах сдержать свой порыв. Но в наш стремительный век мы становимся все закаленнее и выдержаннее. Многие родители переносят и в дом привычку быть подчеркнуто сдержанными, научились подавлять желание прижаться к родной головке. Боязнь избаловать детей вытеснила родительскую ласку, а призывы относятся к детям, как к равным, воспринимаются слишком буквально.

Не бойтесь, что заласканному ребенку будет в жизни трудно. Теплые, ласковые прикосновения смягчают душу ребенка и снимают напряжение. В каком возрасте потребность в физическом контакте особенно велика?

Ребенок любого возраста нуждается в физическом контакте со своими родителями. Мальчишкам - младшим школьникам крайне необходимы «телячьи» нежности. Эта потребность у мальчишек ничуть не менее выражена, чем у девчонок. Возня, борьба, похлопывание по плечу, потасовки, шуточные бои позволяют мальчику продемонстрировать растущую силу и ловкость, почувствовать мужскую поддержку отца и очень важно не пропустить такие моменты.

3. Пристальное внимание требует времени и проявляется в том, что вы готовы выслушать ребенка наедине, столько времени, сколько необходимо вашему

	<p>ребенку.</p> <p>Довольно часто возникают ситуации, когда ребенку необходимо пристальное внимание, но именно в эту минуту вы меньше всего расположены его слушать. Пристальное внимание предполагает возможность полностью сосредоточиться на ребенке, не отвлекаясь ни на какие мелочи, так, чтобы ваш ребенок не сомневался в вашей полной безоговорочной любви к нему. В такие моменты ребенок должен почувствовать, что он единственный в своем роде, что он особенный.</p> <p>Типичная трудность современных родителей – недостаток времени, в том числе для проявления пристального внимания. Важно осознать, что является первостепенным в вашей жизни. Это может быть совместная игра, поход,</p> <p>Если мы проявляем пристальное внимание уже к маленькому ребенку, то он приобретает способность и потребность делиться со взрослым своими переживаниями.</p> <p>4. Дисциплина. В области воспитания детей дисциплина - это тренировка ума и характера ребенка, чтобы он стал самостоятельным, умеющим владеть собой, достойным и конструктивным членом общества. Достойный пример взрослых, моделирование ситуации, словесные и письменные инструкции, письменные просьбы, обучение, обеспечение ребенку самому возможности учиться и набираться различного жизненного опыта, в том числе и умения отдыхать, и все это под разумным и благожелательным руководством взрослых. Дисциплины неизмеримо легче добиться, когда ребенок чувствует, что его искренне и глубоко любят, принимают таким, какой он есть. Тогда ребенок может примириться с руководящей ролью родителей без враждебности. Если нет сильной, здоровой, основанной на искренней любви и привязанности связи с родителями, ребенок реагирует на требования родителей с гневом, враждебностью, негодованием, обидой. Он рассматривает каждую просьбу как навязанную ему повинность и активно учится сопротивляться.</p>
«Я - сообщения» (20 минут)	
Ведущий	<p>Когда мы общаемся с ребенком, он, естественно, обращает внимание на наши слова, придавая особое значение тому, каким тоном они сказаны. Ведь как раз в тех случаях, когда что-то нас действительно сильно волнует, мы меньше всего способны за собой следить.</p> <p>В такие моменты нам не всегда удается управлять мимикой, жестами, тоном голоса, мы выплескиваем свои</p>

	<p>эмоции на ребенка.</p> <p>Я хочу познакомить вас с техникой «Я-высказывания» - лучшим педагогическим средством поведения в ситуации, когда нам не нравится поведение ребенка и мы испытывает негативные чувства.</p> <p>«Я-высказывание» - это такой приём, с помощью которого собеседнику (ребенку) сообщается о своих чувствах и переживаниях, а не о нем и его поведении, которое это переживание вызвало. Оно редко вызывает протест. «Я-высказывание» всегда начинается с личных местоимений: «Я», «мне», «меня».</p> <p>Давайте попробуем превратить «ты-высказывание» в «я-высказывание». Для того чтобы это у нас получилось, необходимо точно определить свое чувство в этой ситуации и указать причину, которая его вызвала.</p>
Упражнение «Я – высказывание»	
<i>Ведущий</i>	<p>Попробуем ты-высказывание поменять на я-высказывания</p> <p>1. «Почему ты играешь в компьютер? Уже прибрал игрушки?»</p> <p>Когда я вижу, что ты вместо книжек играешь на компьютере, я не знаю, как реагировать</p> <p>2. Разве трудно было прийти домой пораньше?!</p> <p>Я так волновалась, пока тебя не было, и мне было обидно, что ты мне не позвонил.</p> <p>3. Ты всегда ужасно себя ведешь!</p> <p>В данной ситуации ты вел себя некрасиво. Меня обижает такое поведение. Ты умеешь быть другим, поэтому, пожалуйста, в следующий раз будь более сдержан.</p> <p>4. Опять ты пристаешь со своими вопросами! Не видишь, что я занят(а)?</p> <p>«Я раздражаюсь, когда меня отвлекают. Я теряю мысль и начинаю злиться, мне это мешает быстро делать работу».</p>
<i>Ведущий:</i>	<p>«Я-высказывание» включает в себя:</p> <p>Я – высказывание включает в себя не только название чувств, но и указание на те условия и причины, которые вызвали их. Схема «Я- высказывания» такова:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Описание ситуации, вызвавшей напряжение: Когда я вижу, что ты... 2) Точное название своего чувства в этой ситуации: Я чувствую... (раздражение, беспомощность, боль, недоумение), Я не знаю, как реагировать.... , У меня возникает проблема.... 3) Называние причин: Потому что... (я волнуюсь за тебя..., мне неприятно, что ты не уважаешь мой

	<p>труд ..., ты нарушил обещание ... и т.п.)</p> <p>4) Информацию о том, что, по мнению говорящего, можно в этой ситуации предпринять.</p> <p>Ведущий записывает на доске схему «Я-высказываний»:</p> <p>«Я чувствую раздражение... (эмоция), когда ты не прибираешь за собой игрушки ... (поведение). Я устала на работе (причина чувства). Очень прошу тебя убирать за собой разбросанные игрушки ...(описание действия)».</p> <p>Эта простая формула помогает не только выразить свои непосредственные чувства, но и дает человеку возможность ощутить себя ответственным за свои мысли и чувства, поскольку причины их видит прежде всего в себе, а не во внешних обстоятельствах.</p> <p>«Ты-сообщения» являются свидетельством агрессии в адрес партнера по общению, так как задевают чувства другого человека. В ответ на «Ты-сообщения» любой человек обычно закрывается и старается уйти от разговора. Кто-то воспринимает их как обвинения и обижается, кто-то раздражается и защищается, а кто-то дерзит. Поэтому, если вы хотите, чтобы ваш собеседник изменил свое поведение, избегайте «Ты-высказываний», иначе он просто перестанет вас воспринимать.</p>		
С родителями обсуждаются ситуации и примеры «Я» и «Ты» сообщений:			
Ты - сообщение	Я - сообщение		
«Это просто твой эгоизм»	Когда ты так поступаешь, я не чувствую прежней заботы. Мне бы хотелось, чтобы мы понимали друг друга, потому что для меня это важно.		
«Ты никогда не делаешь то, чего хочу я.»	Когда ты принимаешь решение за нас обоих, не спрашивая моего мнения, я чувствую обиду, и мне кажется, что тебя не интересует моя точка зрения. Мне бы хотелось, чтобы мы совместно обсуждали эти вопросы, так, чтобы были учтены желания обоих.		
Упражнение «Формулируем «Я-сообщения»			
<p>Участникам в парах раздаются примеры конфликтных ситуаций. Предлагается построить «Я» - высказывания в ответ на «Ты» - сообщение. Использовать схему.</p> <p>Инструкция: «Прочтите ситуацию, изучите «Ты-сообщение» и напишите «Я-сообщения» в третьей колонке. Ответы сравните с ключом».</p>			
	Ситуация	Ты-сообщение	Я-сообщение
1.	Отец хочет читать газету. Ребенок лезет к нему на	Никогда не мешай, когда кто-то читает.	

	колени. Отец раздражен.		
2.	Мать пылесосит. Ребенок выдергивает шнур из розетки. Мать раздражена, торопится.	Ты несносный	
3.	Ребенок садится за стол с грязными руками и лицом.	Ты как маленький, а не взрослый и самостоятельный мальчик.	
4.	Ребенок не хочет идти спать. Родители хотят поговорить о своих делах; ребенок крутится рядом и мешает поговорить.	Ты знаешь, что уже пора спать. Ты стараешься досадить нам. Тебе нужно идти спать.	
5.	Ребенок упрашивает взять его в кино, но он не убирал свою комнату несколько дней, что он обещал делать	Ты не заслушиваешь кино, раз ты такой невнимательный и эгоистичный.	
6.	Ребенок весь день хмурый и молчаливый. Мать не знает, в чем дело.	Иди сюда, не хмурься. Надо быть повеселее. Ты что-то принимаешь слишком всерьез.	
7.	Ребенок включил музыку слишком громко, это мешает родителям разговаривать?	Ты что, не можешь быть повнимательней к другим? Почему ты включил это так громко	
8.	Ребенок обещал помочь сделать что-то к приходу гостей. Остался час, а работа не начата.	Ты болтался весь день и ничего не сделал. Как можно быть таким невнимательным и безответственным?	
9.	Девочка забыла придти домой в назначенное время. Поэтому мать не смогла пойти с ней в магазин купить обувь.	Тебе должно быть стыдно! После того, как мы договорились, ты являешься не вовремя.И т.п.	

Обсуждение упражнения с родителями итогов упражнения...

<i>Выводы ведущего:</i>	<p>«Ты-сообщения» являются плохими кодами для сообщения о том, что родитель чувствует, т.к. они чаще всего декодируются ребенком в терминах того, что ему следует делать (посылка решения) или какой он плохой (через порицание и оценку).</p> <p>«Я-сообщения» являются более эффективными и здоровыми для взаимоотношений родителя и ребенка. Они в меньшей степени провоцируют сопротивление. Честно сообщить ребенку об эффекте, который производит его поведение на вас, означает в гораздо меньшей степени травмировать его, чем утверждать, что он в чем-то плох, поскольку так себя ведет.</p> <p>«Я-сообщения» бесконечно более эффективны, поскольку</p>
--------------------------------	--

	<p>они налагают ответственность на ребенка за изменения его поведения.</p> <p>Мини-информация: «Проблема «Я - сообщений»</p> <p>«Дети часто игнорируют «Я-сообщения», особенно вначале. Они иногда предпочитают «не слышать», как их поведение воздействует на родителей.</p> <p>Родителям следует посылать следующее «Я - сообщение», когда первое не получает ответа. Возможно, следующее будет сильнее, интенсивнее, громче или с большим чувством. Следующее сообщение говорит ребенку: «Смотри, я действительно имею это в виду».</p> <p>Дети также часто отвечают на «Я-сообщения», посылая обратно свое «Я - сообщение». Вместо того, чтобы изменить свое поведение немедленно, они хотят, чтобы вы услышали, каковы их чувства.</p> <p>Часто, после того, как ребенку сказали, что родитель понял его чувства, он изменяет свое поведение. Обычно все, что ребенок хочет - это понимание его чувств - и тогда он захочет сделать что-либо конструктивное по поводу ваших чувств».</p>
<p>3. «Активное слушание» (20 минут)</p>	
<p>Ведущий</p>	<p>Причины трудностей ребенка часто спрятаны в сфере его чувств и тогда практическими действиями, а именно: показать, научить, направить - ему не помочь. В таких случаях лучше всего выслушать ребенка, но не так, как мы с вами привыкли слушать, а «активно слушать», психологи называют этот способ, способ «помогающего слушания».</p> <p>Ребенок расстроен, обижен, что-то у него не ладится с друзьями, получил плохую отметку, учитель написал замечание в дневник, ему стыдно, страшно, больно, обидно. Вот в этот момент первое, что нужно сделать это дать понять, что вы знаете о его переживаниях, о том, что он чувствует, «слышите» его. Произнесите вслух «по имени» это переживание или чувство.</p> <p>Активно слушать ребенка - значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначить его чувство.</p> <p>Приведу пример:</p> <p>Сын: Андрей забрал мою игрушку. Мама: Ты очень огорчен и рассержен на него.</p> <p>Дочь: Я не буду носить это дурацкое платье. Мама: Тебе оно очень не нравится.</p> <p>Таки ответы вам могут показаться неестественными, непривычными. Привычно было бы сказать: Ну ничего,</p>

поиграет и отдаст! Не капризничай, симпатичное платье! Но именно такие ответы оставляют ребенка наедине со своими переживаниями. Своим суровым замечанием родитель сообщает ребенку, что его переживание не принимают в расчет. В то время как при активном слушании родитель сообщает, что он понял, увидел внутреннюю боль ребенка и готов принять ее, услышать о ней больше. Такое сочувствие взрослых оказывает особое впечатление на ребенка, да и на самого взрослого. Ребенок, чувствуя готовность матери или отца его слушать или понимать, охотно рассказывает о случившемся дальше. Взрослому остается лишь активно его слушать.

Сын: Я не буду больше дружить с Антоном!

Родитель: Ты на него обиделся?

Сын: Он мне не давал играть в шашки с Петей.

Родитель: И ты расстроился.

Сын: Я ударил его по плечу, а он пнул меня ногой.

Родитель: Было больно... (пауза)

Существуют некоторые важные особенности и правила беседы по способу активного слушания.

1. Обязательно повернитесь лицом к ребенку, если вы собрались его послушать. Также очень важно, чтобы его и ваши глаза находились на одном уровне. Присядьте на стул, на корточки, если ребенок очень маленький, возьмите его на колени. В момент разговора постарайтесь не заниматься другими делами: мыть посуду, гладить белье, смотреть телевизор, листать журнал или газету и уж тем более находиться в другой комнате. Ваше положение по отношению к ребенку и ваша поза – первые и самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы слушать и услышать. Ребенок любого возраста читает эти сигналы очень хорошо, не отдавая в этом себе сознательного отчета, интуитивно.

2. Если вы беседуете с расстроенным или огорченным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Лучше, если ваши ответы будут в утвердительной форме. Фраза, оформленная как вопрос, не отражает сочувствия. Покажите, что вы настроились на «эмоциональную волну» ребенка, что вы слышите и принимаете его огорчения. Часто на вопрос «Что случилось?» ребенок отвечает: «Ничего!», а если вы скажете: «Что - то случилось...», ребенку легче будет начать рассказывать о случившемся.

3. Держите паузу. После каждой вашей реплики лучше всего помолчать. Пауза помогает ребенку разобраться в своем внутреннем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Помолчать можно и после ответа ребенка, может он что-то добавит. Наблюдайте за ребенком, если его глаза смотрят вдаль или в сторону, а не в ваши глаза, значит, в нем происходит очень важная внутренняя работа и он не готов пока услышать вашу реплику.

4. В вашем ответе также иногда полезно повторить, что, как вы поняли, случилось с ребенком. А потом обозначить его чувство. Может возникнуть опасение, что ребенок воспримет повторение его слов как передразнивание. Этого можно избежать, если использовать другие слова с тем же смыслом. Конечно, может случиться, что в ответе вы не совсем точно угадали случившееся событие или чувство ребенка, не смущайтесь, в следующей фразе он вас поправит. Будьте внимательны к его поправке и покажите, что вы ее приняли.

Как видите, в технике активного слушания нет особенных трудностей. Сложность в другом: **научиться управлять своими эмоциями и чувствами**. Ясно, что вы раздражены, возмущены (для того и нужны паузы в разговоре с ребёнком, чтобы взять под контроль свои чувства). Хотите, чтобы ваш ребёнок доставлял вам только радости. Но ведь такого не бывает.

Беседа по способу активного слушания очень непривычна для нашей культуры и ею овладеть непросто. Но этот способ завоюет ваши симпатии, как только вы увидите результаты, которые он дает. А именно:

1. Исчезает или ослабевает отрицательное переживание ребенка. Разделенная радость удваивается, а разделенное горе уменьшается вдвое.

2. Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о себе все больше и больше. Иногда в одной беседе может размотаться целый клубок проблем и огорчений.

3. Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

Как часто мы оставляем своих детей наедине с грузом разных переживаний своими решительными «Поздно!», «Пора спать!», в то время как несколько минут слушания могли бы по-настоящему успокоить ребенка перед сном. Активное слушание позволяет установить необходимый

контакт со своими детьми, а в дальнейшем и сами дети начинают активно слушать своих родителей.

Может кто-то решит, что разговора «по душам» при данном способе не получится, так как придется учиться строить фразы, подыскивать нужные слова, соблюдать правила, хотим откровенности от ребенка, а сами применяем какие-то способы. Первые фразы могут получиться корявыми, вымученными, но после первых удачных попыток вести беседу с ребенком по-другому, ваше отношение изменится. Изменения будут происходить и с вами. Вы обнаружите в себе больше терпения, станете более чувствительными к нуждам и горестям ребенка, легче станет принимать его «отрицательные» чувства, раздражительность со временем уйдет. Получается, что при использовании способа активного слушания положительные изменения происходят не только в детях, но и в нас самих. Навыки общения вначале трудны и необычны, но когда вы ими овладеваете, «техника» исчезает и переходит в искусство общения.

Упражнение «Навыки активного слушания»

<p>Ведущий озвучивает высказывания ребенка.</p> <p>Участникам предлагается определить, что чувствует при этом ребенок.</p>	ГОВОРИТ	ЧУВСТВУЕТ
	Осталось только 10 дней до конца учебного года	радость, облегчение
	Смотри, папа, я сделал самолет из нового конструктора.	гордость, приятно
	Ты будешь держать меня за руку, когда мы пойдем в д/сад.	страх, боязнь
	Я никогда не буду лучше Саши, делаю, делаю, а он все равно лучше меня.	чувство неадекватности, обескураженности
	Все дети пошли гулять, мне не с кем играть.	оставленность, покинутость, одиночество
	Саше родители разрешили поехать в школу на велосипеде, а я езжу лучше него.	чувство родительской несправедливости и своей компетентности
	Я сам могу это сделать. Мне не надо помогать, я достаточно взрослый, чтобы сделать это сам.	компетентность, нежелание принимать помощь
	Уходите, оставьте меня одного. Я не хочу ни с кем разговаривать. Вам наплевать на то, что со мной случается.	боль, злость, чувствует, что его не любят.

Вывод ведущего:	<i>«Когда родители отвечают на проблемы ребенка через АС, они обнаруживают, что ребенок часто начинает думать о самом себе: анализировать свои проблемы, находить конструктивные решения. АС создает доверие, в то время как советы, выводы, инструкции и т.п. передают недоверие, т.к. ответственность за решение забирают у ребенка. Поэтому АС - эффективный путь воспитания самоконтроля, ответственности и независимости».</i>
Ведущий	- В итоге нашего разговора мне хочется раздать вам конверты, в которых лежат рассуждения ваших детей на тему «Если бы я был мамой (папой), то проявил свою любовь к ребенку так...». Я думаю, что вам будет над чем поразмыслить, прочитав эти сочинения. Но не забывайте о секретности письма и не обсуждайте его с ребенком. Эта информация лично для вас.
Подведение итогов встречи	
Ведущий задает вопросы	1. Что было для вас сегодня полезным? 2. Какие чувства остались от нашего общения? <i>Родители подводят итоги встречи</i>

Методические материалы для работы с родителями по теме «Секреты родительской любви»

Приложение 1

Формула любви к своему ребенку (памятка для родителей)

Истинная родительская любовь наиболее ясно и ярко проявляется в общении с детьми. Американские психологи выделили четыре аспекта любви:

1. Умение слушать ребенка. Родители, проявляющие интерес к тому, о чем говорит ребенок, поистине мудры, ибо дают ему возможность выразить все многообразие его чувств и переживаний.
2. Манера говорить с ребенком. Если вы не научились говорить с ребенком мягко, с любовью и уважением, то он будет избегать общения с вами.
3. Знание, как наказывать ребенка. Мудрые родители, наказав ребенка за проступок, не уходят, хлопнув дверью, не отвергают его, а остаются рядом с ним, уверяя в своей родительской любви, выражают уверенность в том, что этого больше не повторится.
4. Помощь в развитии ребенка. Помните, что ребенок живет в постоянном напряжении и неуверенности. Ваше поведение должно как бы говорить ему: «Я люблю тебя таким, каков ты есть. Я рядом с тобой всегда».

Памятка для родителей «Как можно поддержать ребенка»

Поддержка – это процесс:

- ✓ в котором взрослый сосредоточивается на позитивных сторонах и преимуществах 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.

Вместо того чтобы обращать внимание прежде всего на ошибки и плохое поведение ребенка, родителю придется сосредоточиться на позитивной стороне его поступков и поощрении того, что он делает.

Поддержать ребенка – значит верить в него. Вербально (словесно) и невербально родитель сообщает ребенку, что верит в его силы и способности. Ребенок нуждается в поддержке не только тогда, когда ему плохо, но и тогда, когда ему хорошо.

Поддержка основана на вере в прирожденную способность личности ребенка преодолевать жизненные трудности при поддержке тех, кого он считает значимыми для себя. Родители могут научить ребенка справляться с различными задачами. Этого можно достичь, создав у ребенка установку: «Ты можешь сделать это».

Существуют ложные способы, так называемые ловушки поддержки ребенка: навязывание нереальных стандартов, стимулирование соперничества с братом, сестрой, со сверстниками. Эти методы приводят к переживаниям ребенка, мешают нормальному развитию его личности.

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

Случается, что поведение ребенка не нравится взрослому. Именно в такие моменты он должен предельно четко объяснить ребенку: «Хотя я и не одобряю твоего поведения, я по-прежнему уважаю тебя как личность».

Чтобы поддержать ребенка, необходимо:

1. Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
2. Избегать подчеркивания промахов ребенка.
3. Показывать, что вы удовлетворены ребенком. Когда вы выражаете удовольствие от того, что делает ребенок, это поддерживает его и стимулирует продолжать дело или делать новые попытки достичь успеха.
4. Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
5. Проводить больше времени с ребенком.
6. Вносить юмор во взаимоотношения с ребенком.
7. Уметь взаимодействовать с ребенком.
8. Позволять ребенку самому решать проблему там, где это возможно.
9. Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний.

10. Принимать индивидуальность ребенка.

11. Проявлять веру в ребенка, эмпатию к нему.

12. Демонстрировать оптимизм.

Поддерживать можно посредством:

✓ отдельных слов («красиво», «аккуратно», «вперед», «здорово», «продолжай» и т.д.);

✓ высказываний («Я горжусь тобой», «Мне нравится, как ты работаешь», «Это действительно, прогресс», «Зная тебя, я был уверен, что ты все сделаешь хорошо», «Я рад, что ты пробовал сделать это, хотя все получилось не так, как ты ожидал» и т.п.);

✓ прикосновений (прикоснуться к плечу, дотронуться до руки, мягко приподнять подбородок ребенка, слегка обнять его);

✓ совместных действий, физического соучастия (сидеть, стоять рядом с ребенком, играть с ним, слушать его и т.д.);

✓ выражения лица (улыбка, подмигивание, кивок, смех).

Приложение 3

Каждый родитель получает памятку с этими важными словами, ее можно использовать как аутотренинг, каждое утро.

«Мне послан ребенок; это дорогой мой гость; я благодарен ему за то, что он есть.

Он так же призван к жизни, как и я, это нас объединяет – мы есть, мы живые люди.

Он такой же, как и я, он человек, и не будущий человек, а сегодняшний, и поэтому он другой, как и все люди; я его принимаю, как всякого другого человека.

Я принимаю ребенка... Я принимаю его, я охраняю его детство, я понимаю, терплю, принимаю, прощаю.

Я не принимаю силу к нему, не угнетаю его своей силой, потому что я его люблю.

Я люблю его, и я благодарен ему за то, что он есть, и за то, что я могу его любить, и тем самым я возвышаюсь в духе своем».

С.Л.Соловейчик

Приложение 4

Типы неконструктивной родительской «любви»

Любовь умиления – самое печальное, что можно представить в отношениях родителей и детей. Мать и отец радуются каждому шагу ребенка, не задумываясь, к чему он может привести. Это фанатическое поклонение перед ребенком, как перед божеством. Ребенок не знает удержу своим желаниям – принципом его жизни становится девиз дикаря, подлеца и хулигана: все мне разрешается, ни до кого мне нет дела, главное – мое желание. Ребенок не знает понятий «можно, нельзя, надо». Воспитанный в духе умиления – эгоист. У него складывается твердое убеждение в том, что он приносит радость, счастье родителям уже тем, что он существует.

Любовь – деспотическая. Родители своими попреканиями ребенка создают обстановку ада. Родители объясняют свое поведение любовью,

желания добра. Жизнь детей в таких семьях – мучение. К своим детям они относятся как к вещам: что захочу, то и скажу, потребую... Ребенок ожесточается, становится грубым, бессердечным. Мать ласкает ребенка только на людях, по-актерски, ради демонстрации. Такие дети несчастны, и никто порой не догадывается об их «невидимых миру слезах».

Любовь откупа – родители считают, что материальными затратами можно измерить любовь, на худой конец откупиться. Детей окружает атмосфера духовной пустоты. Сердцам детей недоступны такие чувства как ласка, участливость, милосердие. Они могут вырасти жестокими детьми. Это морально искалеченные дети.

Приложение 5

Упражнения «Чаша любви»

Душа ребенка – это полная чаша(на доске чаша, вырезанная из листа ватмана).

- Каким вы хотите видеть своего ребенка?
- Какими чертами характера он должен обладать?
- Какими качествами вы бы хотели его наделить?

У каждого из Вас (и у меня) есть сердечко (сердечки вырезаны из ярких открыток), поместите его в чашу и назовите качество, которым вы хотите наделить вашего ребенка? (При помощи скотча родители, называя качество, “помещают” сердечко в чашу.)

- Добрым, умным, щедрым, сильным, справедливым, здоровым, заботливым...

- Посмотрите, какая яркая, красивая душа у ребенка!

А чтобы эта чаша не расплескалась, не разбилась, а стала еще богаче, семья, в которой живёт Ваш ребёнок, должна быть одним из немногих мест, где ребёнок может почувствовать себя личностью, получить подтверждение своей значимости и уникальности. Семья даёт первые уроки любви, понимания, доверия, веры.

Увидели, какая яркая, красивая душа у ребёнка! А какими должны быть взрослые люди, среди которых живёт эта душа ребёнка, чтобы эта чаша не расплескалась, не разбилась, а стала ещё богаче?

- Добрыми, умными, щедрыми, сильными, справедливыми, заботливыми...

Невольно приходят на ум слова Л. Н. Толстого: **«Главная ошибка родителей в том, что они пытаются воспитывать детей, не воспитывая себя!».**

- Но кто из нас не без греха? У каждого есть отрицательная черта характера, которая мешает нам быть лучше.

Давайте взглянем на себя со стороны.

Давайте здесь и сейчас попробуем избавиться хотя бы от одного изъяна. Напишем каждый на своем листке эту черту. Теперь сомнём его и бросим на «чашу избавления» (это может быть тарелка, поднос и т.п.). Мы

сожжем наши пороки в «огне очищения»! (Здесь нам пригодится горящая свеча.)

- **Представьте, как неприятен запах наших сгорающих пороков, и как легче, и свободнее становится на душе.**

Приложение 6

Прием работы с родителями по пониманию родителями индивидуального подхода к каждому ребенку

На слайде представлен Рисунок-метафора «Замок и ключи»

Ведущий проводит параллель между замком и ребенком, между ключами и методами воспитания.

- Для каждого замка существует свой ключ, т. е. для каждого ребенка существует свой подход в процессе взаимодействия.

Психолог также задает вопросы, поддерживая беседу:

- Что значит «открытый» замок (ребенок)?

- Что значит «закрытый» замок (ребенок)?

- Как сделать так, чтобы быстро открыть замок?

- Можно ли открыть замок каким-либо другим способом?

При ответах родителей «можно распилить ножовкой, пилочкой, взломать ломиком, найти отмычку» психолог поясняет, что это может повредить замок или вовсе его сломать. Так и с ребенком, с его психикой, с его душой, когда в отношении его применяются неправильные методы воспитания и воздействия.

Для того чтобы ребенок (замочек) открылся, необходимо правильно подобрать метод воспитания (ключик). К сожалению, бывают случаи, что ни один взрослый (родитель, педагог) не смог найти ключик к душе ребенка на протяжении всего его детства.

Встречаются и такие родители (педагоги), которые одним единственным ключом «открывают» души многим детям. Это, наверное, ключ добра, понимания, принятия и педагогического мастерства.