**Методическая разработка семинара - практикума с родителями**

**«Мир детский и мир взрослый»**

**Цели.** Осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т. д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.

**Содержание занятия**

**1 . Приветствие.**

**2. Обсуждение темы тренинга, для чего мы здесь собрались.**

**3. Просмотр видео-ролика (обсуждение)**

**Информационная часть**.

 Ведущий объясняет причи­ны разной организации восприятия окружающего мира ребенка и взрослого, указывает на импульсивность, эмоцио­нальность, кажущуюся алогичность детских поступков, детский натурализм и т. п. **Вот какие особенности детско­го мира (в сравнении с миром взрослых) могут быть названы:**

 - отсутствие сложившихся взглядов;

- быстрота перевоплощения;

- эмоциональность;

 - высокая изменчивость;

- необремененность бытовыми заботами;

 - открытость;

 - импульсивность;

 - вовлеченность;

 - большая слитность с внешним миром;

 - жизнь настоящими (происходящими сейчас) событиями.

 Часто родителю кажется, что ребенок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь «насолить» родителю, однако так бывает далеко не всегда. Здесь же **можно рассказать о четырех целях негативного поведения ребенка. В основе любого нежелательного р поведения ребенка могут лежать следующие** цели:

- требование внимания или комфорта;

 - желание показать свою власть или демонстративное неповиновение;

- месть, возмездие;

 - утверждение своей несостоятельности или неполноценности.

 Мы часто исходим из положения, что дети должны нас и окружающий мир понимать так же, как взрослые, но это величайшее заблуждение. Дети делают свои выводы, учитывая при этом не только то, что мы им говорим, но и то, что мы при этом делаем, как ведем себя с другими людьми. Наш личный пример является подчас более воспитывающим, чем любые нравоучения.

**Ролевая игра «Услышать ребенка».**

В игре принимают участие четыре родителя, исполняя роли подростка, его отца, матери и бабушки. Предлагается следующая ситуация: «Ребенок приходит злой из школы, забрасывает свой портфель в самый дальний угол комнаты и кричит: «Не пойду я больше в эту школу! Там математичка ко мне цепляется! Я сам эту контрольную сделал, а она говорит - списал! Сказала: «Завтра прийти с родителями к директору» и т.д.».

Родителям-актерам тихо даются следующие установки к исполнению ролей:

* «ребенок» злится, дерзит, очень эмоционально протестует, приводит различные аргументы своей правоты и т.д.;
* «отец» демонстрирует авторитарный стиль поведения *(давление на ребенка, крик, угрозы и т.п.);*
* «мать» принимает роль гиперопекающего родителя *(постоянно оправдывает ребенка, ругается из-за него с мужем; обвиняет учителей в несправедливости и т.п.);*
* «бабушка» демонстрирует хаотический, непоследовательный стиль поведения *(в замешательстве; боясь остаться в немилости у сына или у снохи, поддерживает то одного, то другого, сомневается в своих словах; не может точно сформулировать суть проблемы и свои советы, и т.п.).*

Зрителям (остальным родителям) дается задание наблюдать за всем происходящим, отслеживать плюсы и минусы в разговоре родителей со своим ребенком, отметить наиболее распространенные ошибки в общении с детьми.

Проигрывание ролевой игры, в ходе которой психолог помогает участникам более ярко продемонстрировать неконструктивность данных тактик поведения.

Обсуждение ситуации начинается с обращения к «актерам»:

1. Что вы чувствуете сейчас?
2. Что вы чувствовали, исполняя свою роль?
3. Какие выводы вы для себя сделали?

**Анализ чувств и формулирование выводов.**

Обращение к зрителям, анализ их наблюдений и выводов.

Ведущий: Сын приходит после уроков домой, бросает портфель и кричит: «Не пойду я больше в эту школу!».Как правильно отреагировать? Что сказать ребенку? Как сохранить спокойствие, особенно если вы сами в этот момент устали, раздражены, поглощены своими проблемами? На ум чаще всего приходят обычные, автоматические ответы, из которых можно составить внушительный список наших ошибок:

* это приказы, команды, угрозы *(«Что значит не пойду?! Ты хочешь остаться неучем? Стать дворником? Не будешь учиться - ни копейки от меня не получишь!»);*
* морали, нравоучения, ведущие к так называемой «психологической глухоте», когда ребёнок просто перестаёт вас слышать;
* критика, выговоры *(«У всех дети как дети, а у меня… И в кого ты такой уродился? Что ты там опять натворил?!, «Если ты еще раз так сделаешь, то …!»);*
* выспрашивания, расследования, высмеивания, обвинения *(«Ты сам виноват! Не спорь с учителем! Двоечник!» и т.д.);*
* «стирание» проблемы и безоговорочное оправдание ребенка во всем без учета особенностей ситуации, позиции учителя;
* а также предложения готовых решений *(«Сделай так …», «Скажи завтра учителю это…»)*, которые ведут к тому, что ребенок не учится самостоятельности, растет инфантильным.

И это далеко не полный перечень наших неправильных реакций. Возможно, мы поступаем так из лучших побуждений, желая объяснить, научить, воззвать к совести, указать на ошибки и недостатки… А, на самом деле, - выплёскиваем свои негативные эмоции. И конечно, такое наше поведение не способствует установлению лучшего контакта, формированию гармоничной личности ребенка и разрешению проблемы. Скорее, раздражение и обида с обеих сторон возрастают ещё более и могут перерасти в конфликт.

В ходе обсуждения психолог делает акцент на следующих моментах:

* несовпадение воспитательных позиций родителей в данной ситуации - авторитарный стиль общения отца, гиперопекающий стиль матери, непоследовательность бабушки;
* наблюдения за невербальными знаками в ходе проигрывания сценки;
* подчеркивание парадоксальности, неэффективности данных методов взаимодействия, но, тем не менее, их широкую распространенность, и, при этом, недоумение родителей, что их сын не поддается воспитанию;
* и прочее.

Существуют ли какие-нибудь практические приёмы, позволяющие улучшить отношения в семье и достичь взаимопонимания, которыми можно воспользоваться в повседневной жизни?

Самая распространенная *(и совершенно справедливая!)* жалоба детей и подростков на своих родителей: «Они меня не слушают!».

Вопросы к родителям:

1. Скажите, пожалуйста, а был ли ребенок в нашей сценке выслушан и услышан?
2. Как вы думаете, по каким причинам это очень часто происходит?
3. Какие чувства испытывал ребенок в данной ситуации?
4. В каких словах и действиях родителей ребенок нуждался больше всего в данной ситуации?

Спешка, неумение и нежелание слушать, понять то, что происходит в сложном детском мире, постараться взглянуть на проблему глазами сына или дочери, самодовольная уверенность в непогрешимости своего жизненного опыта – вот что в первую очередь создает психологический барьер между родителями и растущими детьми.

**Упражнение «Семья».**

1) Несколько участников *(5-7 человек и более),* исполняющих роли различных членов семьи, выходят и берутся за руки, образуя круг; кто-то периодически тянет всех на себя, кто-то приходит в круг, кто-то может уйти*(комментарий ведущего: «В семью могут приходить новые члены, кто-то ее покидает; люди живут вместе, но это еще не семья).*

2) Когда прослеживаются корни семьи, появляются традиции*(потопайте ножками – ощутите «корни»)*, появляются прочные эмоциональные связи *(можете сблизиться в центр; отойти как можно дальше друг от друга, чуть-чуть отклониться назад, не отпуская рук)* - это уже настоящая семья – устойчивая и дружная.

3) Если мы имеем дело с воспитанием ребенка, оно не всегда бывает легким, а может быть даже проблемным*(«ребенок» виснет на руках «родителей», других «родственников»; прыгает, может сесть на сцепленные руки. Двое соседей по обе стороны от «ребенка» – это «родители»)*. Ведущий спрашивает у «родителей»: «Как вам?» *(тяжело, но семья еще стоит; родителям достается больше всего проблем, но и другим становится не сладко).*

4) А бывает, когда кто-то из членов семьи выбывает: или из семьи, или из процесса воспитания *(участники через одного выходят из круга, «ребенок» продолжает всех изводить (ведущий: «Нелегко воспитывать ребенка, а если этот ребенок еще и с трудом поддается воспитанию, тогда совсем туго приходится членам семьи»).*

5) А сейчас прошу всех опять встать в круг. Смотря на ноги стоящих, представьте членов *своей* реальной семьи и вклад *каждого*. Почувствуйте эту силу – силу круга, силу семьи. Наберитесь силы у этого круга. Периодически передавайте это своим детям через просматривание семейных альбомов, соблюдение традиций и ритуалов вашей семьи. В заключение ведущий просит  обменяться впечатлениями тех, кто стоял в кругу и тех, кто наблюдал за происходящим.

Итог ведущего: «Круг – это символ формирования привязанности, единения членов семьи. Если родители не смогли создать этих чувств, ребенок чувствует себя лишним. В таком случае может вырасти, так называемый, «эмоциональный инвалид».

**Упражнение «Ладошки».**

Тихо звучит спокойная музыка. Ведущий просит всех присутствующих закрыть глаза и положить свои руки на колени ладонями вверх. Один человек подходит к любому другому, кладет свои ладони на его ладони и садится на его место, а тот продолжает упражнение, и т.д. Упражнение выполняется молча в течение 5-7 минут.

Ведущий просит поделиться ощущениями и впечатлениями тех, к кому подошли во время упражнения *(«Как изменялось ваше состояние?»)* и тех, к кому не подошли *(«А вы что чувствовали?»).*

Чему учит нас это упражнение?

Итог ведущего: «Для детей очень важно почувствовать прикосновение, внимание к себе взрослых. Когда ладони одного человека прикасаются к ладоням другого, происходит контакт двух людей; и третьего нет, никто не может вмешаться в контакт родителя с ребенком – ни второй родитель, ни бабушка, ни другие дети.   Конечно, этот контакт не должен быть направлен против кого-то третьего, иначе это приведет к формированию невротической личности ребенка!

Кроме согласованности воспитательных тактик в семье, еще должны быть выстроены диадические отношения: у мамы и папы, у папы с ребенком, у мамы с ребенком.

**Домашнее задание для родителей.**

Ученые давно доказали, что если ребенок рождается и растет в атмосфере любви, то он вырастает более счастливым и благополучным. Существует много способов проявления любви. Одним из таких замечательных способов является объятие. Медики и психологи единогласно пришли к заключению, что объятия крайне необходимы в семье. Они не портят характер людей, всегда доступны, всем приятны и необходимы людям любого возраста. Хотя это внешнее проявление любви, однако, объятия оказывают немедленный внутренний эффект. Считается, что ежедневно необходимы 5 объятий для выживания, 10 – для поддержки и 15 – для роста и развития ребенка. Наилучший результат достигается тогда, когда объятия используются в нужный момент в течение всего дня. Выполнение данной рекомендации не требует тренировки и поэтому будет вашим постоянным домашним заданием.

Кроме того, попробуйте выполнить следующее:

1) В течение четырех дней после собрания, ни при каких обстоятельствах не повышать на ребенка голос. Стремиться добиваться от него выполнения ваших распоряжений другими способами. Главное – без крика.

2) В течение двух дней после собрания стараться заменять все директивные указания свободным выбором. Например, вместо «Иди спать» вопрос: «Спать ляжешь сейчас или через 10 минут?»; «Молока целый стакан налить или половину?»; «Из школы придешь сразу или на полчаса задержишься?»; не «Делай, как я скажу», а «Может быть ты сделаешь, как я предложу?».

3) В минуту сильнейшего раздражения на ребенка сесть напротив него и пристально в течение минуты разглядывать его от макушки до пят, пытаясь обнаружить в нем свои черточки. Как вы думаете, чем должно закончиться это упражнение? [1]

**Рефлексия.**

Совместное формулирование общих выводов по обсуждаемой проблеме. Ответы на вопросы:

1. Чем помогла Вам сегодняшняя встреча?
2. Какая часть вызвала особый интерес?
3. Ваши предложения и пожелания на будущее?

Анкетирование «Обратная связь»

Тренинговое имя\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Степень включенности 012345678910

Что мешает тебе быть более включенным в занятие?

1. Твои основные ошибки в ходе занятий:

- по отношению к себе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- по отношению к группе\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

- по отношению к ведущему\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Самые значимые для тебя эпизоды, упражнения, во время которых удалось сделать определенный прорыв, что- то лучше понять в себе. В чем- то разобраться:\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_
2. Что тебе понравилось на прошедшем занятии? Почему?

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

1. Твои замечания и пожелания ведущему (по содержанию, по форме занятий и т.д.)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_