

**Краевой этап VIII Всероссийского конкурса  
психолого-педагогических программ  
«Новые технологии для «Новой школы»»**

**Образовательные (просветительские) психолого-педагогические  
программы  
Программа занятий родительского клуба «Мы и наши дети!»»**



Проект подготовлен: Ф.И.О. и должность Дерюгина М.В., педагог-психолог

Название учебного заведения/места работы МБОУ «Средняя школа № 7»

Наименование субъекта Российской Федерации \_\_\_\_\_

Наименование муниципального образования \_\_\_\_\_

Контактные данные:  
ул. Тушканова 8/1-19, г. Петропавловск-Камчатский, 683031  
8-924-696-85-06  
devona85@mail.ru

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Нормативно-правовая база.....	3
2. Пояснительная записка.....	4
3. Учебно-тематический план.....	9
4. Содержание программы.....	11
5. Список литература.....	13
6. Приложение.....	14
Приложение 1 - Правила родительского клуба.....	14
Приложение 2 - Конспекты занятий.....	16
Приложение 3 - Фотографии.....	67

## Нормативно-правовая база

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273 «Об образовании».
- ФГОС начального общего образования.
- СанПиН, 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (Постановление от 29.12.2010 №189).
- Рекомендации по организации обучения в первом классе четырехлетней начальной школы (Письмо МО РФ № 408/13-13 от 20.04.2001).
- О недопустимости перегрузок обучающихся в начальной школе (Письмо МО РФ № 220/11-13 от 20.02.1999).
- Рекомендации по использованию компьютеров в начальной школе. (Письмо МО РФ и НИИ гигиены и охраны здоровья детей и подростков РАМ № 199/13 от 28.03.2002).
- Профессиональный стандарт педагога-психолога.
- Конвенция о правах ребенка.
- Закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка».
- Приказ МО РФ от 22.10.99 №636 «Об Утверждении Положения о службе практической психологии в системе МО РФ».
- Положение о службе практической психологии в системе министерства образования РФ. Приложение к приказу Министерства образования РФ от12.10.99г № 636.
- Решение коллегии Министерства общего и профессионального образования РФ от 08.04.97г №4/2 «Об организации работы с детьми со школьной дезадаптацией».
- Решение коллегии МО РО от25.01.2000 №2/1 «Положение о психолого-медико-педагогической службе РО».
- Приказ Министерства общего и профессионального образования РО от 08.02.2001г №263. «О развитии службы практической психологии в системе министерства общего и профессионального образования РО».

## **Пояснительная записка**

Семья является первичным институтом социализации, обладающим необычайно широким спектром воздействия на личность. Именно в семье начинает складываться жизненный опыт человека, формируются его моральные ценности, потребности, интересы, усваиваются социальные нормы и культурные традиции общества. Отношения, сложившиеся в семье, в основном определяют дальнейшее развитие личности ребенка.

Детско-родительские отношения имеют для психического здоровья детей первостепенное значение. Анализ результатов психодиагностических исследований семей позволяют сделать вывод о том, что в психологической коррекции нуждаются не только дети, но их родители: им нужно помочь овладеть навыками, которые способствовали бы развитию конструктивных детско-родительских отношений.

### **Актуальность программы**

Мировая практика психологической помощи детям и их родителям показала, что проблемы воспитания разрешимы, если удастся восстановить благоприятный стиль общения в семье, установить своеобразный баланс между ее членами. Отцы и матери часто поступают неправильно из-за отсутствия педагогических и психологических знаний.

Школьному психологу часто приходится сталкиваться с тем, что многие трудности обучающихся и в школе и в детско-родительском взаимодействии возникают из-за того, что дети первостепенно не ощущают родительской любви в достаточном именно для них объеме, не чувствуют себя значимыми и необходимыми в семье. Мы говорим не о асоциальных семьях, это, как правило, касается каждой второй семьи. Родители заботятся о детях, любят их, стараются дать им лучшее, но дети не всегда чувствуют это. Вероятно, это связано с тем, что родители используют неэффективные способы выражения своего отношения к детям.

Работа психолога и социального педагога в начальной школе предполагает интенсивное взаимодействие с родителями, от работы с родителями в большей степени зависит адаптация детей, их поведение, положительная динамика или профилактика трудностей. Родителей надо не только просвещать, но и обучать способам эффективного общения с детьми.

Родители с самого детского сада привыкают к тому, что родительские собрания посвящены, как правило, трудностям, где ругают и хвалят учеников. В школе с каждым последующим годом обучения, процент посещаемости родителями родительских собраний уменьшается. Поэтому специалисты социально–психологической службы в рамках инновационного проекта школы «Школа – центр безопасной среды, способствующей формированию физически, психически и социально здоровой личности ребенка» в 2015–2016 учебном году организовали родительский клуб «Мы и наши дети» для родителей 1-х классов МБОУ «Средняя школа № 7».

Клуб позволяет реализовать нетрадиционные собрания родителей, на которых родители могут приобрести навыки эффективного родительско–детского общения и взаимодействия, что является основой профилактики асоциального поведения детей.

Формат клуба выбран в связи с тем, что данная форма предполагает встречи людей, которых объединяют одни интересы, вопросы и трудности. Сочетание неформального, не критичного, принимающего взаимодействия, естественность общения, возможность задавать вопросы в любое время встречи, атмосфера доверия и принятия является основой создания клуба.

**Цели программы:** формирование культуры детско-родительских отношений; повышение психолого–педагогической компетентности родителей в вопросах воспитания детей в семье.

**Задачи:**

1. Развивать в родителях осознание собственных родительских позиции и установок;

2. направлять родителей на рефлексию и осознание собственных воспитательных воздействий;

3. ориентировать родителей на понимание психологических особенностей развития своего ребенка, его потребностей и мотивов, а также на его безусловное принятие;

4. создавать условия получения родителями необходимых психолого–педагогических знаний для выстраивания эффективных детско–родительских отношений.

Перспективной целью данной программы будет являться профилактика асоциального поведения.

**Ожидаемые результаты:**

-Развитие эффективного взаимодействия родителей с детьми, снижение числа детско-родительских конфликтов.

-Повышение актуального статуса учащихся «группы риска».

-Снижение количества конфликтных ситуаций во взаимоотношениях с детьми.

**Показатели эффективности работы:**

Положительные отзывы родителей участников клуба.

Увеличение количества родителей, принимающих активное участие в жизни классных коллективов и школы.

**Содержание программы определяют следующие принципы:**

— Соблюдение интересов ребёнка. Принцип определяет позицию специалиста, который призван решать вопросы с максимальной пользой и в интересах ребёнка.

— Системность и единство.

— Вариативность.

—Рекомендательный характер работы. Принцип обеспечивает соблюдение гарантированных законодательством прав родителей (законных представителей) и их детей.

### **Материально-техническое обеспечение:**

Для реализации программы необходим компьютер, проектор, экран (или интерактивная доска), колонки, два помещения (актовый зал, и/или большой кабинет).

### **Общие положения**

Родительский клуб «Мы и наши дети» является одной из форм работы по социально-психологическому сопровождению семей обучающихся.

Родителям сообщается в письменном виде через классного руководителя о назначенной встрече клуба (листочка с объявлением вклеивается в тетрадь домашних заданий ребенка). Занятия распланированы так, чтобы одно занятие проводилось только с родителями (без детей), второе занятие проводилось совместно с родителями и детьми. Такая форма работы (отдельно с родителями или совместно с родителями и детьми) чередуется от занятия к занятию. Это чередование дает возможность на четных по счету занятиях приобретать психолого–педагогические знания о родительских воздействиях в процессе воспитания, а на нечетных занятиях отрабатывать навыки и применять полученные знания непосредственно на своих детях.

Занятия составлены таким образом, что темы затрагивают самые часто встречающиеся вопросы, с которыми обращаются родители в социально–психологическую службу в целом и к школьному психологу в частности. Приобретаемые родителями знания и умения способствуют не только разрешению уже сложившихся трудностей в выстраивании детско–родительских отношений, но и в качестве профилактики таковых.

На каждом занятии родители получают буклет по рассмотренной теме, где обозначены основные теоретические вопросы встречи и практические упражнения, техники или рекомендации.

Ведущие клуба: педагог-психолог и/или социальный педагог. Занятия должны проводиться специалистами в паре. На встречах, когда присутствуют

и дети и родители, это необходимо для организации параллельной работы с детьми (один ведущий), и с родителями (другой ведущий) одновременно.

Участники клуба: родители обучающихся, заинтересованные в общении, повышении психологической грамотности, и обучающиеся 1-х классов.

Форма деятельности – открытая.

Формы работы – групповая.

Методы, используемые в программе: лекция, мозговой штурм, анализ ситуаций и видеоматериалов, психологические игры, психотерапевтические упражнения и приемы, рефлексия и др.

Ресурсы, которые необходимы для реализации данной программы. Помещения (кабинет и актовый зал). Компьютер. Копировальный аппарат. Раздаточные материалы. Проектор.

Срок реализации программы - 1 учебный год (циклично).

Периодичность встреч – 1 раз в месяц. В течение учебного года – 9 встреч.

Место встреч – актовый зал или учебный кабинет в зависимости от задач встречи.

Продолжительность одной встречи 45 – 60 минут.

### **Структура встречи**

#### *1. Ритуал приветствия*

Момент, позволяющий спланировать участников, создает атмосферу группового доверия и принятия.

#### *2. Разминка*

Средство воздействия на эмоциональное состояние участников, уровень их активности, выполняет важную функцию настройки на продуктивную групповую деятельность.



### 3. Основное содержание

Состоит из нескольких блоков и представляет собой совокупность лекционных блоков и психотерапевтических упражнений, направленных на решение задач занятия.

### 4. Рефлексия

Ретроспективная оценка встречи в двух аспектах: эмоционально-смысловом (понравилось - не понравилось; что показалось самым важным, полезным; было хорошо - было плохо, почему); эмоционально-оценочным (оценка своего эмоционального состояния «здесь и сейчас»).

### 5. Ритуал прощания

Способствует завершению встречи и укреплению чувства единства в группе.

## Учебно-тематический план

№	Тема встречи	Цель	Сроки	Количество часов
1	2	3	4	5
1.	Как говорить ребенку о своей любви и принятии	Сформировать представления о важности соответствия средств выражения любви используемых в общении с ребенком для эффективности выстраивания детско-родительских отношений	сентябрь	1
2.	Агрессия и агрессивность (совместное занятие)	Способствовать сплочению детей и родителей через совместную творческую деятельность, сформировать представления родителей о сущности агрессии и агрессивности, информировать родителей об эффективных способах реагирования на агрессивные проявления у детей	октябрь	1
3.	Как сказать ребенку «нет!»	Информировать родителей о способах отказа ребенку в его желаниях; осознать важность для эффективности выстраивания детско-родительских отношений понимания того, как ребенок воспринимает родительские убеждения; формировать установки на самораскрытие; осознавать важность	ноябрь	1

		соответствия		
4.	Наши эмоции и чувства (совместное занятие)	Актуализировать опыт и знания, относящиеся к эмоциональной сфере. Развитие умения сопереживать, понимать чувства другого.	декабрь	1
5.	Мой послушный ребенок (поощрение и наказание в семье)	Способствовать осознанию влияния различных методов воздействия в процессе воспитания, поиску эффективных решений в детско-родительских отношениях.	январь	1
6.	Как услышать и понять ребенка (совместное занятие)	Содействовать развитию навыков конструктивного общения, коммуникативных навыков, партнерства и сотрудничества между родителем и ребенком, приобретение навыков активного слушания. Занятие с элементами ролевой игры.	февраль	1
7.	Саморегуляция в общении с ребенком	Содействовать развитию рефлексии, обращение к своему детскому опыту, ориентировать родителей выбирать позицию партнерства.	март	1
8.	Тревожность и страхи детей и взрослых (совместное занятие)	Актуализировать собственный опыт, способствовать осознанию естественности страхов, анализу своего состояния, оказание помощи в поиске различных способов работы со страхами и тревогой. Встреча с использованием элементов сказко- и куклотерапии.	апрель	1
9.	Ребенок и окружающее влияние вне семьи	Проанализировать спектр современных влияний, рассмотреть возможные варианты своего реагирования, найти пути эффективных родительских реакций.  Подведение итогов занятий. Обратная связь (анкетирование эффективности).	май	1
		<b>Итого</b>		9

## Содержание программы

### **Тема 1. Как говорить ребенку о своей любви и принятии.**

Базовые потребности личности. Влияние удовлетворения (неудовлетворения) потребностей в любви и принятии на развитие личности. Теория «языки любви» Гэрри Чепмена: слова поощрения (или разговор); подарки, время (или присутствие); прикосновения; помощь (или забота). Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

### **Тема 2. Агрессия и агрессивность.**

Театр на столе. Поступки бывают разные (добро-зло). Рисунок на стекле, как способ выброса негативных эмоций. Агрессия и агрессивность. Виды агрессии. Причины агрессии. Пути преодоления негативных эмоций. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

### **Тема 3. Как сказать ребенку «нет!»**

Биологические потребности. Выживание организма и умение добиваться своего. Рассогласование в родительских требованиях. Виды отказа. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

### **Тема 4. Наши эмоции и чувства.**

Занятие с элементами сказко- и куколотерапии. Эмоциональная сфера. Эмоции и чувства: сущность, функции, виды. Опыт и знания участников. Сопереживание и понимание чувств другого. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

### **Тема 5. Мой послушный ребенок (поощрение и наказание в семье).**

Понятие о наказании, его виды. Целесообразность использования наказания. Как правильно ограничивать ребенка. Как надо хвалить ребенка. Создание условий для поиска причин трудностей во взаимоотношениях родителей и детей. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

## **Тема 6. Как услышать и понять ребенка.**

Общение и взаимодействие. Функции и стороны общения. Способы общения родителя с ребенком. Способы активного слушания. Эффективные речевые сообщения родителей, адресованные детям. Причины неэффективного общения. Занятие с элементами ролевой игры. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

## **Тема 7. Саморегуляция в общении с ребенком.**

Сущность саморегуляции. Механизмы саморегуляции эмоционального состояния. Позиции общения («сверху вниз», «на равных», «снизу вверх»), анализ каждой позиции. Ложь ребенка как реакция на эмоциональные реакции родителей (связь отсутствия самоконтроля родителя и стремление ребенка к обману; причины детской лжи). Эффективные способы саморегуляции. Навыки расслабления, успокоения и саморегуляцию через выполнение серии упражнений. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

## **Тема 8. Тревожность и страхи детей и взрослых.**

Тревога и страх. Физиология тревожности. Виды тревожности. Причины страха (возрастные и нетипичные). Способы работы со страхами и тревогой. Встреча с использованием элементов сказко- и куклотерапии. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево».

## **Тема 9. Ребенок и окружающее влияние вне семьи.**

Проанализировать спектр современных влияний СМИ, компьютер, телефоны, сверстники (групповое давление, буллинг, завоевание социального статуса в коллективе). Способы реагирования родителей на влияние. Контроль и анализ информационных каналов восприятия. Притча. Упражнения по теме. Видеоролик. Ритуал обратной связи «дерево». Анкетирование.

\*При составлении программы использовались материалы программы Полетаевой Т.В., Синюшкиной Т.А. «Играем в кукольный театр», Петропавловск–Камчатский, 2010 г.

## Список литературы

1. Герасимова Т.Ф. Оптимизация способов взаимодействия ребенка и родителя. Семейная психология и семейная терапия, №1, 1999.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? - М.: АСТ, 2007.
3. Демиденко М., Кулькова О. Воспитываем терпимость //Школьный психолог - М., 2002г, №15.
4. Кипнис М. Тренинг семейных отношений. Часть 1. М: «Ось - 89», 2005.
5. Медведева И.Я., Шишкова Т.Л. Дети, куклы и мы. – Рязань: Зерна-Слово, 2014.
6. Марковская И.М. Практика групповой работы с родителями С-Пб., Институт тренинга, 1997.
7. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства – М.: Изд-во Ин-та психотерапии, 2003.
8. Психологический тренинг в группе (игры и упражнения) учебное пособие/ под ред. Т.Л. Бука, М.Л. Митрофановой - М., 2008.
9. Ткачева В.В. Гармонизация внутрисемейных отношений: мама, папа, я - дружная семья: практикум по формированию адекватных внутрисемейных отношений / В.В. Ткачева. – Москва: Гном и Д, 2000.
10. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения - М., «Генезис», 1998.
11. Хухлаева О.В. «Тропинка к своему Я» Программа формирования психологического здоровья у младших школьников. М.: Генезис, 2001.

## **Правила родительского клуба «Мы и наши дети»**

1. Доверительный стиль общения.
2. Общение по принципу «здесь и сейчас». Во время занятий все говорят только о том, что волнует каждого.
3. Искренность в общении. Во время работы группы мы говорим только то, что чувствуем и думаем по поводу происходящего. Если нет желания говорить искренне и откровенно, то мы молчим. Это правило означает открытое выражение своих чувств по отношению к действиям других участников и к самому себе.
4. Конфиденциальность всего происходящего в группе. Все, что происходит во время встреч, никогда, ни под каким предлогом не выносится за пределы группы. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека, о том, чем он поделился с нами во время встречи. Это помогает нам быть искренними, способствует нашему самораскрытию.
5. Определение сильных сторон личности. Во время занятий каждый из нас стремится подчеркнуть положительные качества человека, с которым мы вместе работаем.
6. Недопустимость непосредственных оценок человека. При обсуждении происходящего в группе мы оцениваем не участника, а только его действия и поведение.
7. Активное участие в происходящем. Это норма поведения, согласно которой мы все время, каждую минуту, активно участвуем в работе группы: внимательно смотрим и слушаем, прислушиваемся к себе, пытаемся почувствовать партнера и группу в целом. Мы не замыкаемся в себе, даже если узнали о себе что-то не очень приятное.
8. Уважение к говорящему. Когда высказывается кто-либо из членов группы, мы его внимательно слушаем, даем человеку возможность сказать то, что он хочет. Мы помогаем говорящему, всем своим видом показывая, что мы

слушаем его, что мы рады за него, что нам интересны его мнение, его внутренний мир. Мы не перебиваем человека и молчим до тех пор, пока он не закончит говорить. И лишь после этого мы задаем свои вопросы, благодарим его или спорим с ним.

**занятие 1**

**Тема: Как говорить ребенку о своей любви и принятии**

**Цели занятия:** информировать родителей о способах выражения любви к детям; сформировать представления о разных способах выражения любви; осознать свои способы выражения любви к ребенку; формировать установки на самораскрытие; осознавать важность соответствия средств выражения любви используемых в общении с ребенком для эффективности выстраивания детско-родительских отношений.

**Ход занятия**

- Давайте познакомимся (5 мин.)

*Материалы:* мягкая игрушка (маленькая), бейджи по количеству приглашенных родителей.

*Психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, рады вас видеть. Мы благодарим вас за то, что вы нашли время посетить наш клуб «Мы и наши дети». Я и социальный педагог работаем в школе, и наша работа связана с детьми, родителями и педагогами. В нашем клубе мы будем обсуждать вопросы взаимоотношений родителей и детей в семье и школе. Сегодня мы рассмотрим важную тему, которая является основой построения гармоничных детско-родительских отношений, «Как говорить ребенку о своей любви и принятии». Но прежде чем непосредственно обсуждать тему, нам надо познакомиться. У меня в руках игрушка. Я ее передам одному участнику после того, как я представлюсь в трех предложениях: «Меня зовут... У меня столько-то детей... Больше всего я люблю...». И так мы передаем ее дальше, пока не представятся все. Итак, напоминаю, что меня зовут... У меня...Я люблю...

- Упражнение «Подарки» (5-7 мин.)

*Материалы:* 5 маленьких подарочков (шоколадка, пачка салфеток, пачка жевательной резинки, ...), ручки, листочки.

*Психолог (социальный педагог):* Сейчас я приглашаю 5 добровольцев для участия в упражнении. Выходят желающие. У меня есть 5 небольших подарков (выкладывает подарочки). Сейчас я попрошу вас написать на листках ваше имя и тот подарок, который вы бы хотели получить. Листочки не показываем никому и оставляем их у себя.

После того как участники написали записки, психолог вручает невпопад каждому из них подарок на память о встрече.

Обсуждение:



- Кто получил тот подарок, который хотел? Что вы чувствовали, когда совпали ваши желания (радость, удовлетворение)? Что чувствовали, когда не совпали (обида, разочарование)?

*Психолог (социальный педагог):* У каждого в жизни были ситуации, когда нам дарили не то, что мы очень хотели.

Итак, мы сейчас посмотрели, что неоправданные ожидания наталкивают на мысль, что меня не понимают, не учитывают или не знают моих интересов. И если такая ситуация повторяется много раз – это лишь укрепляет ощущение того, что меня не любят, что я не дорог этим людям. Почему так происходит? Не потому что, люди, которые делают мне подарки, не ценят меня (если бы это было так, они просто не дарили бы мне подарки), а потому что они просто не понимают меня, не знают, что мне нужно. Наша любовь к детям – это безусловный подарок, который мы дарим им каждый день, но чувствуют ли дети это так, как мы им пробуем демонстрировать?

- Письменное задание (3-5 мин.)

*Материалы:* листки бумаги по количеству родителей, ручки.

*Психолог (социальный педагог):* Сейчас вам предлагается письменно ответить на вопрос: как ваш ребенок понимает, что вы его любите? По каким нашим действиям дети это понимают?

\*На данном этапе встречи результаты не обсуждаются.

- Мини-лекция «Языки любви» (5-7 мин.)

*Психолог (социальный педагог):* Мы любим детей и проявляем это разными способами, какие-то формы нам достались подсознательно от наших родителей, какие-то сформировались нами целенаправленно. Формы нашей любви, которые мы демонстрирует детям, супругам, родителям бывают очень разными. Их еще называют языками любви. Существуют несколько языков любви. Один известный зарубежный ученый, практикующий психолог Гэрри Чепмен выделил 5 основных языков любви: слова поощрения (или разговор); подарки, время (или присутствие); прикосновения; помощь (или забота).

*Психолог (социальный педагог)* кратко рассматривает каждый язык.

Очень часто в семейном взаимодействии возникают трудности именно из-за несовпадения языка любви, это происходит не только между родителями и детьми, но и между супругами. «Ты не даришь мне цветы, значит, ты не любишь меня»... У каждого человека свой ведущий язык, которым он выражает свою любовь....

\*Краткая информация по каждому языку любви и признаки, по которым можно определить ведущий язык любви своего ребенка, представлены в виде памятки для родителей. Памятки «Языки любви» раздаются всем родителям.

- Упражнение «Определи язык любви» (7 мин.)

*Материалы:* непрозрачный мешочек, 12 конфет (по 2 штуки каждого вида), карточки с ситуациями, ручки.

*Психолог (социальный педагог):* Мы сейчас более подробно рассмотрим каждый из языков любви. А сделаем это в необычной форме. Нам нужно 12 добровольцев. Итак, у нас есть 12 человек. Участники, достаньте для себя из мешочка конфету. Тем, у кого одинаковые конфеты, предлагаю сесть рядом. Сейчас я раздам вам карточки с ситуациями. Каждая пара должна прочитать ситуацию, и определить, на каком языке любви говорит ребенок.

Обсуждение.

Хорошо, а теперь давайте вернемся к нашему письменному заданию, где вы писали «как ваш ребенок понимает, что вы его любите». Сейчас вам надо определить, какие языки любви вы используете.

Обсуждение.

- Все ли могут уверенно сказать, что это именно то, что нужно вашему ребенку? Почему? Есть ли тот язык, который вы используете чаще других?

\* Показываем видеоролик, где дети 1-х классов отвечают на вопрос: «Как родители могут показать ребенку свою любовь?» (4 мин.)

- Мини-лекция. Как определить ведущий язык любви ребенка (обращаем внимание родителей на то, что в памятке на обратной стороне данная информация описана)

\*Можно просто указать, что в памятках дана информация о том, как определить ведущий язык ребенка.

Обсуждение.

- Что произойдет с вашим ребенком, если он не будет находить подтверждения, что вы его любите?

(5-6 мин.)

*Психолог (социальный педагог):* Давайте вспомним одну метафору: «Каждый ребенок – это сосуд, который нужно наполнить любовью». Ребенок жаждет любви. И когда он ее чувствует, он развивается нормально, гармонично. А как чувствует себя ребенок, когда сосуд пуст? Чаще всего дети совершают проступки, когда «сосуд любви» пуст. Случаются и страшные вещи, когда дети ищут любовь в «плохих компаниях» и через асоциальные поступки.

Чепмен в своей книге «Пять путей к сердцу подростка» пишет, что реальное положение вещей заключается в том, что, если родители и другие уважаемые детьми взрослые не удовлетворяют его потребность в любви, ребенок будет искать ее у других людей. Он описывает разные печальные случаи жизни детей. Например, в 1997 году 16-летний Люк убил свою мать и открыл огонь в школе, убив трёх и ранив семерых человек. Позже он рассказал корреспонденту программы новостей, что чувствовал себя изолированным и отверженным в своем обществе, поэтому легко согласился вступать в компанию молодых людей, провозглашавших себя сатанистами. Он сказал: «Всю жизнь я чувствовал себя изгоем. Наконец-то я нашел людей, которые захотели быть моими друзьями».

Буквально в начале октября этого года и у нас в России произошел подобный случай. Мальчик 15 лет, отличник, гордость школы, зарезал мать, тяжело ранил отца. Толчком послужил запрет родителей поиграть в компьютерную игру, когда он понял, что натворил, попытался покончить жизнь самоубийством. Различные психологические исследования показали, что девочки склонны рано заводить детей, чтобы их кто-то любил.

Один исследователь, работающий несколько десятков лет с детьми-преступниками, говорит: «Ничто не кажется человеку страшнее, чем отвержение, жестокость и отсутствие любви».

Подводя итог нашей сегодняшней встречи надо сказать, что любовь – наша основная социальная потребность, и, когда другой человек удовлетворяет ее, мы испытываем к нему теплое эмоциональное чувство. Эмоциональный климат семьи может в значительной степени измениться, если члены семьи научатся говорить на «родных языках любви» друг друга. Давайте наполнять сосуды, говорить на доступном для вашего ребенка языке.

- Видеоролик «Сочинение о том, что бы я хотел» (2 мин.)

(3 мин.)

И завершить нашу встречу мы хотим просмотром небольшого видеоролика, персонажи этого ролика мусульмане. Этим роликом, помимо его основного содержания, мы хотим обратить ваше внимание на необходимость формировать у детей (и у себя) этническую терпимость и принятие других культур. Сегодня в поликультурном пространстве это важно для сохранения и укрепления межличностных взаимоотношений между людьми.

-Просмотр ролика.

Мы не будем обсуждать чувства, вызванные у нас просмотром этого ролика. Каждый его обдумает и сделает свои выводы.

*Психолог (социальный педагог):* Хотим представить вашему вниманию «Дерево». Дерево, изображенное на этом ватмане, будет неотъемлемой частью наших встреч. Это своего рода ритуал прощания. Дерево в нашем случае является символом роста. Наши

встречи дают нам возможность «проработать» наши знания, умения и навыки детско-родительских отношений.

Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие завершено. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на этот ватман.

Спасибо за то, что были с нами. Ждем вас на следующих встречах клуба «Мы и наши дети».

## **занятие 2**

### **Тема: Агрессия и агрессивность**

**Цели:** способствовать сплочению детей и родителей через совместную творческую деятельность, сформировать представления родителей о сущности агрессии и агрессивности, информировать родителей об эффективных способах отреагирования агрессивных проявлений у детей.

**Оборудование:** бейджики, ручки, краски – гуашь, стекла, кисточки, стаканчики – непроливайки, набор кукол для театра, клей – карандаш, цветная бумага формата А4, ручки, плакат – дерево, стикеры.

### **Ход занятия:**

*Звучит музыка, родители и дети проходят в кабинет и рассаживаются на стулья в круг.*

- Вступление (2-3 мин).

*Психолог (социальный педагог):* Добрый вечер, уважаемые родители! Здравствуйте, ребята! Мы благодарны вам за то, что вы у нас в гостях. И именно Вам, самым замечательным, любимым, дружным, талантливым, счастливым семьям, посвящена эта встреча в нашем клубе «Мы и наши дети»!

Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать нашу встречу, давайте познакомимся. Посмотрите друг на друга, все ли знакомы друг с другом? Кто уже был на нашей встрече? Вам необходимо будет закончить предложение таким образом: «Здравствуйте, меня зовут... Вы представляете (сообщить информацию, которая удивляет).....».

Начнем с ведущих:... Вот мы и познакомились.

*Звучит музыкальное сопровождение*

**(Родители и дети по - очереди по кругу называют имена)**

- Упражнение «Поменяйся местами» (2-3 мин)

*Психолог (социальный педагог):* Все участники, кроме одного (он будет первым водящим), должны сесть на стулья. В это время ведущий должен назвать какой-нибудь признак,

общий для всех (или для некоторых) участников. Это может быть цвет волос, половая принадлежность, детали гардероба и др. После того как он его назовет, те участники, к которым относится названное определение, должны поменяться местами. При этом цель ведущего — самому успеть занять стул. Тот участник, который не успел сесть на стул, становится новым водящим. Он должен назвать новое качество, способное объединить нескольких участников. Теперь по команде они должны поменяться местами. Для ведущего важно делать сообщение внезапно, чтобы самому успеть занять место.

- Упражнение «Комплименты ребёнку» (2-3 мин)

*Психолог (социальный педагог):* предлагаем вам игру, в которой каждый родитель скажет о своем ребенке самые лучшие слова о внешности, о характере, поведении. Важно, чтобы ребенок высказал благодарность, причем не только словами, но и жестами.

Уважаемые родители, дорогие ребята! Вы любите смотреть спектакли? Вам нравится театр? Мы сегодня покажем вам театр на столе. Такой необычный театр вы, наверное, еще не видели. Рассаживайтесь удобно, мы начинаем.

*(Звонит колокольчик, аплодисменты)*

- Театр на столе «Брат и сестра - примерные и скверные» (2-3 мин)

В одном городе по соседству жили – были Аленушка и Иванушка (показываем кукол) и Манька и Петька (показываем кукол). Алёнушка и Иванушка были примерные, друг другу помогали, никого не обижали, не ругались, не ссорились, не плакали и не сердились. А другие, то есть, Манька с Петькой, были совсем даже не примерные. Мало того, они были скверные! И с ними случались разные неприятные истории.

Манька с Петькой вышли погулять во двор и увидели лежащего на земле щенка с перебитой лапой. (Желательно показать не просто игрушечную собаку, а как можно более маленькую, трогательную). Щенок жалобно скулил.

Манька сказала: "Ты что разнылся? Только настроение портишь".

А Петька даже пихнул его ногой и сказал: "Ишь, разлегся тут на дороге, пройти мешает!" Щенок попытался пожаловаться: "У меня лапка болит". Но Маньку с Петькой ничем было не пронять.

"Ну и что? - хмыкнул Петька. - Не у меня же нога болит". И ударил щенка в бок. Мимо шла тетя и говорит: "Мальчик, как тебе не стыдно? Ему же больно". А Петька в ответ: "Ну и пусть больно. Это ж не у меня нога болит".

Тетя сокрушенно покачала головой и ушла, а Манька и Петька еще немного поиздевались над щенком и тоже куда-то ушли.

Потом мимо щенка проходили Иванушка с Аленушкой. Они подняли щенка, принесли домой, вылечили. Когда щенок выздоровел и вышел во двор, он встретил Петьку и тяпнул его за ногу.

Петька разревелся, а щенок сказал: "А помнишь, как ты надо мной издевался, когда мне перебили лапку? Помнишь, как сказал, что это же не у тебя нога болит? Теперь ты понимаешь, что это такое?"

"Понимаю", - со слезами на глазах отвечал Петька и больше никогда не обижал щенка, а наоборот, завидев его издали, обходит стороной.

Обсуждение: (5 мин)

Как вы думаете, почему примерных детей зовут Аленушка и Иванушка, а скверных Манька и Петька?

Назвать качества: доброта - злоба. Выразить отношение к поступку Маньки и Петьки и к поступку Иванушки с Алёнушкой.

1. Чей поступок понравился?
2. Как бы вы поступили?

Сказать, что иногда даже не злые дети могут поступить жестоко. Не потому что они плохие, а потому что... Предложить детям самим понять почему. Как можно помочь справиться со своим состоянием, когда вы на кого-то обижены, злитесь, агрессивны? (дети и родители предлагают «свой рецепт», проговаривают).

У нас есть свой рецепт «снятия напряжения». Давайте порисуем. Только сегодня мы будем рисовать не на бумаге, а на стекле. Кто рисует зимой красивые узоры на стекле? Кто-нибудь из вас рисовал на стекле? давайте попробуем. Рисовать можно все, что захочется. Главное правило, нельзя разговаривать с родителями.

- Рисунок на стекле (7-8 мин)

*Психолог (социальный педагог):* Ребёнок и родитель сидят за столиком напротив друг друга. Им предлагается нарисовать на стекле то, что хочется (что нравится). Стекло ставится вертикально между ребёнком и родителем, каждый рисует на своей стороне. Дается ограничение: нельзя разговаривать.

Рефлексия (2-4 мин):

- Трудно ли было не разговаривать и почему?
- Получился ли единый рисунок, есть ли в нем что-то общее, или у каждого (у родителя и у ребёнка) получился свой рисунок?

**Родители и дети расходятся. Родители проходят в актовый зал.**

**С родителями работает психолог на тему: «Агрессия и агрессивность»**

**Дети и социальный педагог готовят подарок для родителей - оригами «Ромашка»**

**ПСИХОЛОГ** (основное содержание представлено в презентации) (15-20 мин):

### **Агрессия и агрессивность**

Детская и подростковая агрессия достаточно распространённое явление. Нередко это явление провоцируется взрослыми, их неумением или нежеланием постигнуть внутренний мир ребенка, понять истоки его поступков. Повышенная агрессивность детей и подростков – актуальная проблема и учителей и родителей. Проявления агрессивности, порой крайне жестокого поведения все увеличиваются. Тому есть много причин: это и плоды неадекватного семейного воспитания, и увеличение числа детей с поражением нервной системы, ухудшение общего состояния их здоровья.

Определения агрессии и агрессивности (слайд 2).

Агрессивность досталась нам в процессе эволюции как защитная функция.

Виды агрессии (слайд 3).

(слайд 4) Специалисты считают, что истоки детской агрессии в первую очередь следует искать в том, как родители воспитывали ребенка в первые годы жизни. Есть 2 основных способа реагирования: 1) игнорирование поведения 2) применение наказания. В случаях, когда родители игнорируют агрессию ребенка и активно поощряют его положительное поведение, агрессия, остающаяся без подкрепления, постепенно угасает. Такой способ эффективен только с маленькими детьми. Наказание есть способ коррекции поведения. Исследования показывают прямую связь между уровнем агрессии и строгостью наказания.

Агрессия присуща практически всем детям и подросткам как оборонительная реакция, и ребенок, неспособный к ее проявлению, вряд ли сможет пользоваться уважением среди сверстников. Поэтому не следует жестко пресекать или стремиться к искоренению негативных эмоций. Важно учить детей адекватно реагировать на агрессию других и проявлять свою в социально приемлемых формах.

(слайд 5, 6) **Причины возникновения агрессивности:**

1. Отвержение (неприятие ребёнка). Ребёнок чувствует себя покинутым, незащищённым и поэтому не принимает родительского убеждения, не имеет положительного примера, как себя вести.

2. Сверхтребовательность (чрезмерная критика, наказание за малейшие провинности) – приводит к озлобленности, стремлению делать «исподтишка», формирует чувство неполноценности и ожидание неудач. Агрессия становится способом самоутверждения.

3. Гиперопека (сверх заботливое отношение) – ребёнок лишается самостоятельности, инфантилен, не может противостоять стрессам, не может постоять за

себя, может стать жертвой агрессии и вымещает агрессию на предметах (рвёт книги, ломает вещи, пишет на стенах или мебели).

(слайд 7) **Что можно делать?**

- Контролировать ребёнка и одновременно учить его контролировать свою агрессию и выражать свои эмоции приемлемыми способами, не нанося вреда другим.

- Замечать, когда ребёнок ведёт себя неагрессивно и поощрять его за это.

Коррекция агрессивного поведения (слайд 8).

(слайд 9) **Способы выплескивания негативных эмоций:**

1. Прямое высказывание своих чувств: «Мне не нравится, когда ты...»

2. Лист бумаги, который можно порвать на мелкие кусочки, скомкать и т.д.

3. Драчунам и агрессивным детям можно предложить выбить коврик, сделать самодельную грушу дома. Поместить эту «подушку» в специально отведенном для разрядки месте в квартире и не отвлекать ребенка в момент разрядки.

4. Громко кричать. Например, перекрикивать громко включенную любимую песню.

5. Глубокое дыхание помогает освободиться даже от сильного стресса.

6. Любая значительная физическая нагрузка нормализует гормональный баланс в крови, а также способствует снижению агрессии.

7. Игры и упражнения.

Наиболее частые ошибки: угрожающий тон разговора, повышение голоса, насмешки и высмеивание, негативная оценка личности ребенка, привлечение в конфликт посторонних людей, демонстрация власти типа «Будет так, как я сказал!», обобщения – «Ты, как всегда...».

Устанавливая с ребенком обратную связь, следует проявить заинтересованность, доброжелательность и твердость, которые касаются конкретного поступка, а не личности в целом. Обсуждая поступок, лучше воздержаться от эмоциональных критических замечаний, которые вызовут у ребенка протест и раздражение и будут способствовать уходу от решения проблемы. Вместо неэффективного чтения морали важно показать все возможные негативные последствия агрессивного поступка и обсудить конструктивные способы решения возникшей проблемы.

В момент проявления агрессии не стоит анализировать ее причины. Об этом следует задуматься, когда все успокоится, однако нельзя откладывать надолго. Поведение взрослого должно стать примером: внимательно выслушайте ребенка, предоставьте ему возможность высказаться, признавайте чувства ребенка («я понимаю, тебе обидно...»).

\* Раздаются памятки «Детская агрессия».

*звучит фонограмма «Наши дети»*



*Дети под музыку проходят в зал, выстраиваются вдоль сцены*

*Психолог (социальный педагог):* Дорогие родители! Сегодня мы собрались в преддверии замечательного праздника Дня матери. Может быть, нечасто дети говорят вам слова благодарности и любви, но я уверена, что каждый ваш ребенок любит Вас безграничной любовью! И в доказательство, мы дарим вам этот необычный цветок. Ромашка – цветок семьи, любви и верности.

*Звучит музыкальное сопровождение*

*Дети дарят цветы родителям*

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром небольшого видеоролика. Внимание на экран!

- Видеоролик «Берегите своих детей» (3,5 мин)

*Психолог (социальный педагог):* сейчас мы раздадим вам листочки и яблочки. Просим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня, что бы вы хотели сказать. Приклейте, пожалуйста, свой листочек (яблочко) на наше дерево (у двери вывешен ватман с нарисованным деревом).

Мы благодарим всех участников нашей встречи. И пусть под крышей вашего дома всегда царят мир, любовь, терпение, здоровье, взаимопомощь и взаимопонимание. До новых встреч в нашем клубе «Мы и наши дети»!

*Звучит музыкальное сопровождение*

На выходе родители и дети приклеивают листочки и яблочки с пожеланиями и своими впечатлениями на плакат с изображением дерева.

### **Занятие 3**

#### **Тема: Как сказать ребенку «нет!»**

**Цели занятия:** информировать родителей о способах отказа ребенку в его желаниях; осознать важность для эффективности выстраивания детско-родительских отношений понимания того, как ребенок воспринимает родительские убеждения; формировать установки на самораскрытие; осознавать важность соответствия.

#### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, уважаемые родители! Мы рады вновь видеть вас с нами! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать нашу встречу, давайте продолжим ближе познакомимся друг с другом. Посмотрите друг на друга, все ли знакомы друг с другом? Вам необходимо

будет закончить предложение таким образом: «Здравствуйте, меня зовут... В воспитании ребенка мне трудно...».

Вспомните своих детей. Они постоянно пытаются заставить родителей что-то сделать. И надо сказать, у них это прекрасно получается. Почему? Потому что они знают ту «кнопочку», на которую следует нажать. Они-то знают наши «слабинки» и виртуозно играют на них.

«Нет». Это простенькое слово из трех букв способно создать множество проблем. Особенно там, где отказывать приходится самому дорогому человеку на свете – собственному ребенку. Между тем разумное распределение разрешений и отказов является основой любого воспитания.

Что делать, если ребенок не хочет слышать ваших аргументов и упорно настаивает на своем?

Прежде всего, вам нужно усвоить, что любой ребенок приходит в этот мир существом абсолютно эгоистичным. Первый год жизни его физическое выживание в буквальном смысле зависит от того, насколько яростно он будет добиваться своего – криком, рёвом, хныканьем и любыми другими доступными ему способами. Стоит ли удивляться, что с годами малыш не слишком стремиться отказаться от таких удобных моделей поведения. Ведь когда-то это срабатывало!

Поэтому примите как данность: любой ребенок априори уверен, что весь мир (а родители особенно) существует для того, чтобы исполнять его желания, и весьма активно протестуют против любого отказа. Только идя в школу, они начинают постепенно научиться тому, что мир ставит перед ними определенные требования, но родители по-прежнему остаются главными исполнителями их желаний. Такова его природа! Борьба с ней – значит подавить в ребенке первые ростки самостоятельности, жизнестойкости и свободомыслия. Ребенок должен хотеть и уметь добиваться своего!

А задача родителя, умело лавируя между миллионами детских «хочу» и вашими взрослыми «надо», вести семейную лодку по бурной реке жизни. Не слишком подавляя маленького эгоиста, но и «не наступая на горло» собственной песне.

- «Вспомните ситуацию» (2 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Вам надо вспомнить ситуацию, когда Вы пытались сказать ребенку «нет», но у вас это по тем или иным причинам не получилось. Теперь несколько человек, те, кто желает поделиться с нами, могут озвучить свою ситуацию. Ведущий для себя записывает эти ситуации и выражает надежду, что в конце встречи родители найдут свой вариант поведения, который позволит выйти из положения с наименьшими потерями.

- Упражнение «Что мешает идти вперед» (3-5 мин)

Ведущий выбирает 3-х добровольцев (один – исполняет роль ребенка, другой – роль папы, третий – роль мамы). Перед участниками ставятся 2 коробки от обуви.

«Ребенок» – встает одной ногой в одну коробку, другой в другую.

«Мама» (справа от ребенка) встает одной ногой в коробку, где уже стоит нога ребенка, другая нога остается на полу.

«Папа» (слева от ребенка) становится рядом с ребенком одной ногой в коробку, где стоит нога ребенка, другая нога остается на полу.

Родителям заранее говорят: «Когда ведущий даст команду: «Иди вперед!» Папа должен коробку тянуть влево, мама – вправо (т.е. каждый в свою сторону)». Таким образом, ребенок не сможет двигаться вперед, как требует от него ведущий.

Обсуждение – собственные родители мешают ребенку двигаться вперед.

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Мы должны понимать, что наши слова и наши действия в воспитании детей часто расходятся друг с другом даже у одного родителя. А различные представления и убеждения о том, как надо воспитывать у матери и отца (или других родственников) вообще мешают ребенку нормально и правильно формироваться. Мы должны это осознавать, а, следовательно, и стремиться к единообразию в требованиях к ребенку. Итак, вернемся к тому, как же нам отказывать ребенку без его обид.

Затем ведущий знакомит присутствующих с видами отказа.

- Мини-лекция (7-10 мин)

**Виды отказа:**

- **Нет – значит, нет!** Проще всего говорить «нет», когда исполнить желание ребенка невозможно в принципе. Как правило, это вопросы, касающиеся здоровья и безопасности ребенка (например, «можно мне идти без шапки?») Но даже здесь некоторые родители начинают стыдить ребенка, требовать от него понимания и возмущаться. А зачем? Если никаких других вариантов кроме отказа нет, просто скажите об этом и переведите разговор в другое русло. Что тут можно обсуждать?

- **Нет, но...** Используется, когда желание ребенка в целом нормально, но вы не можете выполнить его по объективным причинам. В этом случае вы не просто отказываете ребенку, а тут же предлагаете ему заняться чем-то или получить что-то другое: «Нет, я не смогу купить тебе сейчас эту вещь, но зато мы можем пойти гулять, и ты покатаешься на качелях!» В этом случае ребенок не чувствует себя ущемленным, у него не формируется комплекс бедного человека, который ничего не может себе позволить. Он учится тому, что хорошее настроение зависит не от конкретной вещи, а

от созданных вами обстоятельств. Помните, что злоупотреблять этим этот прием не следует.

### **Ошибки ложного компромисса**

Зачастую мы пытаемся придать ситуации вид компромисса, хотя на самом деле и мысли такой не допускаем. «Будешь пить молоко?» - предлагает мама. «Нет», - отвечает ребенок. «Нет, ты будешь пить молоко!!!» - настаивает мама. В итоге: молоко не выпито, мама расстроена, ребенок ревет. В чем ее ошибка? Мать предложила ребенку выбор, и не его вина, что он выбрал то, что не входило в ее планы. Поэтому никогда не предлагайте выбор, если для вас никакого иного варианта быть не может! Если ребенка вначале спросить, чего он хочет, услышали ответ, а потом запретили, будьте уверены: он обязательно запомнит это и в следующий раз будет еще более упрямым и несдержанным. Если уж вы решили дать ребенку возможность сделать выбор, пусть этот выбор будет реальным: «Из какой чашки ты будешь пить молоко, из красной или из синей?»

\* Раздаются памятки «Эффективные способы отказа ребенка».

- Притча «Все в твоих руках» видеоролик (1 мин)

### Обсуждение

- Игра «Родитель-ребенок» (7-9 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Участников разбивают на пары (заранее подготовить листочки 2х цветов): родитель и ребенок. Перед началом игры родителям раздается памятка «Как сказать ребенку «нет». Ребенок пытается убедить родителя купить ему новую машинку или куклу. Задача родителя: сказать ему «нет», следуя заданным правилам и алгоритму. Зачем участники меняются ролями.

Обсуждение:

Что чувствовали на месте родителя, ребенка? Хотели ли перейти на крик, отстаивая свою точку зрения? Какие правила удалось применить? Удалось ли следовать заданным шагам?

*Психолог (социальный педагог):* Как вы думаете, кому труднее всего сказать «нет»? ...Самому себе. Помните об этом, предъявляя требования к своему ребенку.

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром небольшого видеоролика.

- Видеоролик «Как правильно воспитывать детей» (7,5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и просим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что

вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие завершено. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на этот ватман.

Спасибо, что были с нами! Ждем вас на следующих встречах клуба «Мы и наши дети».

#### **Занятие 4**

##### **Тема: Наши эмоции и чувства.**

**Цели занятия:** Актуализировать опыта и знаний, относящихся к эмоциональной сфере.

Развитие умения сопереживать, понимать чувства другого.

##### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, дорогие участники! Мы рады вновь видеть вас в клубе! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать, давайте продолжим ближе знакомиться друг с другом. Сейчас мы будем передавать мягкую игрушку всем участникам со словами: «Здравствуйте, меня зовут... Я хочу пожелать всем присутствующим...» (начинают ведущие).

Сегодня мы будем говорить о наших чувствах и эмоциях.

- Упражнение «Пальцы» (3-5 мин)

Участники образуют круг. Каждый сжимает руку в кулак, и по команде ведущего все «выбрасывают» пальцы. Группа стремится к тому, чтобы все участники независимо друг от друга «выбросили» одно и то же число.

Участникам запрещено договариваться, перемигиваться или пытаться согласовать свои действия другими «незаконными» способами. Игра продолжается до тех пор, пока не достигнет своей цели.

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Мы помним, что Вы любите смотреть спектакли и вам нравится театр. Мы вновь покажем вам театр на столе.

Рассаживайтесь удобнее. Мы начинаем.

*(Звонит колокольчик, аплодисменты)*

- Театр на столе «Примерные и скверные» (2-3 мин)

В одном городе по соседству жили-были Иванушка с Алёнушкой и Манька и с Петькой. Алёнушка и Иванушка были примерные, друг другу помогали, никого не обижали, не ругались, не ссорились, не плакали и не сердились. А другие, то есть, Манька с Петькой, были совсем даже не примерные. Мало того, они были скверные! И с ними случались разные неприятные истории.

Вот, например: Петька грубо просит у Маньки ... (предложить детям придумать, что он просит: яблоко, морковку...): Манька, дай мне ...!

Манька: Ещё чего!

Петька: А ну, давай сейчас же!

Манька: Не дам, фигушки!

Петька: Ах, ты жадина! Ну, я сейчас тебе покажу!

Манька: Ха! Показал один такой! Теперь ходит с синяком!

Петька: Это ты мне угрожаешь? Да ты, девчонка-печенка! У тебя силенок не хватит!

Манька: Это у меня не хватит? Да я тебе сейчас как тресну! Будешь обзываться?  
(начинается потасовка, слёзы, Манька убегает жаловаться маме)

А как то же самое происходит у Алёнушки с Иванушкой?

Иванушка: Алёнушка, дай мне, пожалуйста, яблоко.

Алёнушка: Возьми, пожалуйста. Вкусное, правда?

Иванушка: Очень! Спасибо, Алёнушка.

Второй пример.

Манька грубо просит Петьку: Петька, помоги мне помыть посуду.

Петька: Вот ещё придумала! Я лучше телик посмотрю.

Манька: Петька, я тоже хочу телик! Вот так всегда! Я – посуду мой, а Петька – телик смотреть!

Петька: Чего раскричалась! Мой свою посуду, пока не получила!

Манька: Ха! Это я получила! Да ты сам у меня сейчас схлопочешь! (потасовка, слёзы)

А как то же самое происходит у Алёнушки с Иванушкой?

Алёнушка: Иванушка, пожалуйста, помоги посуду помыть.

Иванушка: Хорошо, Алёнушка, только давай побыстрее. Сейчас передача интересная по телику начнётся.

Алёнушка: Давай, Иванушка, ты будешь мыть, а я вытирать и ставить в шкаф посуду.

Вот и получится быстро. И передачу успеем вместе посмотреть.

Обсуждение: (3-4 мин)

- Мини-лекция (5 мин)

Все, с чем сталкивается человек в своей жизни, вызывает у него то или иное отношение. Определенное отношение человека проявляется даже к отдельным качествам и свойствам окружающих объектов. Сфера эмоций и чувств включает в себя досаду и патриотизм, радость и страх, восторг и горе.

**Эмоции** (от латинского *emoveo* - потрясаю, волну) - это субъективные реакции человека на воздействия внешних и внутренних раздражителей, отражающие в форме переживаний их личную значимость для субъекта и проявляющиеся в виде удовольствия или неудовольствия.

Любая новая ситуация, информация, которая способствует удовлетворению потребностей (или повышает вероятность их удовлетворения), вызывает положительные эмоции, а информация, снижающая эту вероятность, неизбежно вызывает отрицательные эмоции. Поэтому в одних случаях мы выбираем такое поведение, которое помогает усилить, повторить радость, восхищение, интерес; в других – такое, которое ослабляет или предотвращает страх, огорчение, гнев. Так эмоции регулируют наше поведение.

#### **К. Изард выделил следующие основные эмоции**

**Интерес** (как эмоция) - положительное эмоциональное состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний.

**Радость** - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность, вероятность чего до этого момента была невелика или, во всяком случае, неопределенна.

**Удивление** - не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Удивление тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший, и может переходить в интерес.

**Страдание** - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей, которое до этого момента представлялось более или менее вероятным, чаще всего протекает в форме эмоционального стресса.

**Гнев** - эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.

**Отвращение** - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами), соприкосновение с которыми (физическое взаимодействие, коммуникация в общении и пр.) вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта. Отвращение, если оно сочетается с гневом, может в межличностных отношениях мотивировать агрессивное поведение, где нападение мотивируется гневом, а отвращение - желанием избавиться от кого-либо или чего-либо.

**Презрение** - отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта

чувства. Последние представляются субъекту как низменные, не соответствующие принятым нравственным нормам и эстетическим критериям.

**Страх** - отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или воображаемой опасности. В отличие от эмоции страдания, вызываемой прямым блокированием важнейших потребностей, человек, переживая эмоцию страха, располагает лишь вероятностным прогнозом возможного неблагополучия и действует на основе этого (часто недостаточно достоверного или преувеличенного прогноза).

Изменение общего эмоционального фона мы называем настроением.

Эмоциональный опыт человека обогащается в процессе личностного роста через сопереживание, возникающее прежде всего в общении с другими людьми.

Высшей формой развития эмоций являются чувства по отношению к чему-либо, к кому-либо, связанному соответственно с высшими потребностями человека. Они более сложны и могут быть даже противоречивыми. Чувство любви может включать в себя гордость за любимого человека и радость от его успехов в сочетании с жалостью к нему, страхом за его жизнь и опасением потерять его любовь. Люди с удивлением обнаруживают, что иногда испытывают гнев и ненависть по отношению к любимому.

Чувства - это переживаемые в различной форме отношения человека к предметам и явлениям действительности. Человеческая жизнь невыносима без переживаний, если человек лишен возможности испытывать чувства, то наступает так называемый «эмоциональный голод», который он стремится утолить, слушая любимую музыку, читая остросюжетную книгу и т.п. Причем для эмоционального насыщения нужны не только положительные чувства, но и чувства, связанные со страданием.

Самая развитая и сложная форма эмоциональных процессов у человека - это чувства, которые представляют собой не только эмоциональное, но и понятийное отражение.

Чувства формируются на протяжении жизни человека. Чувства, которые отвечают высшим социальным потребностям, называются высшими чувствами. Например, любовь к Родине, своему народу, своему городу, к другим людям. Они характеризуются сложностью строения, большой силой, продолжительностью, стабильностью, независимостью от конкретных ситуаций и от состояния организма. Таким примером является любовь матери к своему ребенку: мама может рассердиться на ребенка, быть недовольной его поведением, наказать, но все это не влияет на ее чувство, которое остается сильным и относительно стабильным.

Эмоции и чувства – важнейший регулятор человеческого общения.



- Упражнение «Покажи эмоцию» (3 мин)

Если человек эмоционален, он легко и часто использует жестикуляцию. Кого-то это раздражает, а кто-то просто не может без этого жить. Даже целые государства и народы.

В этом упражнении вы передадите эмоции и чувства только при помощи *мимики и жестов, но молча, выбирая карточку у ведущего. (Примерный набор: влюбленность, обида, радость, смущение, сильная боль, ужас, злость...)*

Обсуждение: давайте обсудим, какие приемы вам известны, чтобы справиться со своими эмоциями? Ведь некоторым это прекрасно удается. (Желающие делятся своим опытом).

**Родители и дети расходятся. Родители проходят в актовый зал.**

**С родителями работает психолог на тему: «Мои чувства и эмоции по отношению к ребенку»**

**Дети и социальный педагог работают в кабинете в арт-терапевтическом направлении (10-15 мин).**

- Упражнение «Моя обида»

Педагог-психолог (социальный педагог): Сейчас мы с вами будем рисовать свою обиду или страх. У каждого из вас есть листочек, восковые мелки, карандаши и пластилин. Вам нужно вспомнить ситуацию, когда вам было очень обидно, плохо, и попробовать изобразить эту обиду: можете вылепить ее из пластилина или нарисовать мелками или карандашами.

После того как дети выполняют задание, ведущий предлагает им переработать свою обиду: дорисовать, долепить свою обиду так, чтобы она стала похожа на хорошую эмоцию, позитивное чувство.

Обсуждение: что было трудно, что получилось, произошли ли какие-то изменения в ощущениях или так и осталась ваша обида?

**ПСИХОЛОГ с родителями (основное содержание представлено в презентации) (15 мин):**

- Мини-лекция (5-7 мин)

Итак, в зависимости от характера отношения человека к различным объектам социальной среды выделены основные виды высших чувств: моральные, практические, интеллектуальные, эстетические.

Моральные чувства человек испытывает по отношению к обществу, другим людям, а также к самому себе, такие как чувство патриотизма, дружба, любовь, совесть, которые регулируют межличностные отношения.

Чувства, которые связаны с осуществлением человеком трудовой и других видов деятельности, возникают в процессе деятельности в связи с ее успешностью или не успешностью. К позитивным практическим чувствам относятся трудолюбие, приятная усталость, чувство увлеченности работой, удовлетворенность от выполненного дела. При преобладании негативных практических чувств человек воспринимает труд как каторгу.

Определенные виды труда, учение, некоторые игры требуют интенсивной умственной деятельности. Процесс умственной деятельности сопровождается интеллектуальными эмоциями. Если они приобретают качества стабильности и устойчивости, они проявляются как интеллектуальные чувства: любознательность, радость открытия истины, удивление, сомнение.

Чувства, которые испытывает человек при восприятии и создании прекрасного в жизни и в искусстве, называются эстетическими. Эстетические чувства воспитываются через приобщение к природе, любование лесом, солнцем, рекой и т.п. Для того чтобы постичь законы красоты и гармонии, детям полезно заниматься рисованием, танцами, музыкой и другими видами творческой деятельности.

На протяжении развития людей сформировалась особая форма психического отражения значимых объектов и событий - эмоции. Один и тот же объект или событие вызывает у разных людей различные эмоции, потому что у каждого свое, специфическое отношение.

За эмоциями была признана важная положительная роль в жизни людей, и с ними стали связывать следующие положительные функции: мотивационно-регулирующую, коммуникативную, сигнальную и защитную.

Мотивационно-регулирующая функция заключается в том, что эмоции участвуют в мотивации поведения человека, могут побуждать, направлять и регулировать. Иногда эмоции могут заменять собой мышление в регуляции поведения.

Коммуникативная функция заключается в том, что эмоции, точнее, способы их внешнего выражения, несут в себе информацию о психическом и физическом состоянии человека. Благодаря эмоциям, мы лучше понимаем друг друга. Наблюдая за изменениями эмоциональных состояний, мы получаем возможность судить о том, что происходит в психике. Комментарий: люди, принадлежащие к разным культурам, способны безошибочно воспринимать и оценивать многие выражения человеческого лица, определять по нему такие эмоции, как радость, гнев, печаль, страх, отвращение, удивление. Это относится и к тем народам, которые вообще никогда не находились в прямых контактах друг с другом.

Сигнальная функция. Жизнь без эмоций так же невозможна, как и без ощущений. Эмоции, утверждал Ч. Дарвин, возникли в процессе эволюции как средство, при помощи которого живые существа устанавливают значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей. Эмоционально-выразительные движения (мимика, жесты, пантомимика) выполняют функцию сигналов о том, в каком состоянии находится система потребностей человека.

Защитная функция выражается в том, что, возникая как моментальная, быстрая реакция организма, может защитить человека от опасностей.

Эмоции характеризуются также силой, продолжительностью и осознанием. Диапазон различий по силе внутреннего переживания и внешних проявлений очень велик для эмоции любой модальности.

Эмоциональные переживания носят неоднозначный характер. Один и тот же объект может вызвать несогласованные, противоречивые эмоции. Это явление получило название **амбивалентность** (двойственность) чувств. Например, можно уважать кого-то за работоспособность и одновременно осуждать за вспыльчивость.

Одна из эмоций, о которых мы не упомянули ранее (с детьми) является стыд. Остановимся на ней подробнее.

**Стыд** — отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Сегодня многие считают, что стыд необходимо формировать и воспитывать, не только родителям, но и специалистам разных областей. При этом нам необходимо понимать, что в психологическом смысле дает нам чувство стыд. Необходимо подчеркнуть, что это отрицательное состояние несоответствия. Важно различать «скромность» как ценное личностное качество и «стыд» как негативное чувство.

Когда мы раздражаемся, какие чувства и эмоции мы можем испытывать к своим детям?

Как вы обычно справляетесь с негативными эмоциями? Анализ и поиск эффективных способов.

\* Раздаются буклеты «Эмоции и чувства»

- Упражнение «Зеркало» (5 мин)

Один человек показывает какую-либо гримасу соседу. Тот, в свою очередь, «передразнивает» его как можно точнее и передает дальше – своему соседу. «Гримаса» передается по кругу.

Упражнение заканчивается, когда гримаса возвращается к первому участнику.

Таким же образом «передаются» еще несколько эмоций.

Обсуждение: Каков механизм узнавания чувства? Какие мышцы задействованы? Что вы чувствуете, когда видите мимическое изображение эмоции?

- Притча «В руках судьбы» видеоролик (1,5 мин)

Обсуждение.

### **Дети возвращаются к родителям.**

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром небольшого видеоролика.

- Видеоролик «7 чудес Света» (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие завершено. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на наше дерево.

Спасибо, что были с нами, непременно ждем вас в клубе «Мы и наши дети»!

## **Занятие 5**

### **Тема: Мой послушный ребенок (поощрение и наказание в семье).**

«Есть избыток строгости и избыток снисходительности:  
обоих надо одинаково избегать».  
Жан-Жак Руссо

**Цели занятия:** Способствовать осознанию влияния различных методов воздействия в процессе воспитания, поиску эффективных решений в детско-родительских отношениях.

### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, дорогие родители! Мы продолжаем наши встречи! Мы рады, что вы помните про наш клуб! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать, давайте продолжим ближе знакомиться друг с другом. Участники по кругу представляют себя по схеме: имя, увлечения и интересы, ожидания от наших встреч.

- Упражнение «Снежинка»

Сейчас мы с вами выполним интересное упражнение. Главное условие: закрыть глаза и слушать мою инструкцию. У каждого есть лист, все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее:

1. сложите лист пополам.
2. оторвите правый верхний уголок
3. опять сложите лист пополам

#### 4. снова оторвите правый верхний уголок

Продолжайте эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я прошу вас найти среди остальных снежинок точно такую же, как у вас. Вывод – дети все разные. Различны их способности, возможности и личные качества. И наши слова, и поведение по-разному отражаются в детях.

- Мини-лекция (7 мин)

Исследователи изучают различные аспекты методов поощрения и наказания, их эффективности. Существуют различные подходы рассмотрения данного воспитательного явления. Так, одни считают, что нужно поощрять, а наказывать не нужно совсем. Другие утверждают, что нужно чаще поощрять, а наказывать изредка, только если это необходимо. А есть и такие, которые убеждены, что только наказание приводит к желаемым результатам.

Итак, **наказание** – это любая ситуация, в которой родители сигнализируют ребенку о социальной неприемлемости определенного поведения и делают нечто, что должно прекратить его повторение.

**Поощрение** же в данном контексте рассматривается как обучение на основе подкрепления. Подкрепление – некоторое воздействие, которое усиливает социально приемлемое поведение. Оно может быть позитивным и негативным в зависимости от того, на фоне какой эмоции осуществляется. Весьма часто, полагая, что совершает наказание, родитель негативно подкрепляет ребенка, усиливая то, что желает прекратить.

Без применения какой-либо формы наказания воспитывать ребенка практически невозможно. Существуют, однако, такие формы наказания, которые не способствуют достижению поставленной цели и даже причиняют ущерб.

Наказания у каждого человека ассоциируются с не очень приятными воспоминаниями (подзатыльники, затрещины, оплеухи, домашний арест, стояние в углу и др.), поскольку наказание – это вовсе не действие со стороны наказывающего, а то, что происходит в наказываемом ребенке (его переживания). С точки зрения психологии, это хорошо всем известное неприятное – давящее чувство стыда и унижения, от которого хочется как можно скорее избавиться и никогда более его не переживать.

Все виды наказаний можно условно разделить на две группы:

1. формы наказания, основанные на лишении родительской любви (сепарационные наказания);
2. формы наказания, основанные на болевом ощущении, на том, что страх перед болевым воздействием не позволит ребенку повторно совершить нежелательные действия.

Итак, наказания, основанные *на боязни потерять любовь*. Ребенок при этом должен почувствовать, что ему есть что терять. При этом утрата может причинить ребенку

серьезную боль, расстройство. Если же такая взаимная любовь отсутствует, наказания этого рода будут неэффективными.

Наказание детей боязнь утратить родительскую любовь может иметь катастрофические последствия для личности. Воспитатель оказывается в роли властного агрессивно настроенного противника, при этом воспитанник за собой никакой вины не видит.

Что же касается *физического наказания*, то здесь дело обстоит значительно проще. Боли боятся все люди, хотя одни признаются в этом, а другие – нет. Физическими наказаниями, в особенности сильными, можно оказывать определенное влияние на кого угодно. Вопрос лишь в том, можно ли это называть воспитанием. Это скорее дрессировка. Сильное физическое наказание всегда или почти всегда позволяет достичь непосредственной цели.

Несмотря на эффективность физического наказания, психологи не рекомендуют прибегать к этому методу по двум серьезным причинам:

1. Изменение поведения под воздействием физического наказания происходит почти исключительно в присутствии человека, который наказал ребенка. Таким образом, такое наказание непригодно для сознательного формирования морали ребенка. Иными словами, ребенок сначала осматривается, и, если не заметит вблизи человека, который его наказал, он тут же «согрешит». Не будет «грешить» ребенок только в том случае, если в присутствии этого человека ему грозит физическое наказание.

2. Применение телесных наказаний отрицательно сказывается на личности ребенка. Телесные наказания развивают в детях нежелательные свойства характера (надломить волю ребенка, превратить его в покорную, изворотливую личность, неспособную выработать собственную, независимую позицию и принимать самостоятельные решения).

Родители могут стать для ребенка отрицательной моделью, предметом подражания.

Внутреннее переживание ребенка – ощущение несправедливости, чувство злости к родителю, стремление причинить ответную боль (сделать на зло): «Вот я вырасту, я вам покажу!» – не становится побудителем (мотивом) изменить свое поведение в будущих подобных ситуациях.

Типичным примером являются ситуации, когда родители говорят: «Я его бью до синяков, а он как специально, все равно так делает».

Таким образом, в случае неправильного применения наказание может нанести очень большой вред, и, наоборот, разумное его использование бывает очень результативным.

Достичь желаемого результата при наказании можно при соблюдении двух важнейших условий:

1. Наказывая ребенка, воспитатель всякий раз должен дать почувствовать ему, что любит

его даже тогда, когда наказывает на какой–то срок лишением своей любви. Ребенок при этом должен чувствовать нечто вроде того, что хотя в данной ситуации он мог бы и лишиться этой очень важной для него любви, поскольку заслужил подобное наказание, но, к счастью, эту любовь потерять нельзя.

2. Наказание должно относиться не ко всей личности ребенка в целом, а только к тому отдельному случаю поведения, за который он в данном случае наказан (должно подкреплять первое условие).

Теперь остановимся подробнее на **поощрениях**. Обычно поощряются две формы поведения:

1. правильные действия в той или иной области. Ребенок может что–то хорошо сделать, и за это его похвалят. В школьной жизни одобрение родителей обычно связано с хорошими оценками или похвальными отзывами учителя.

2. нравственное поведение, т. е. форма поведения, которую ожидают от ребенка родители, главным образом в критических ситуациях.

Эти формы поведения нуждаются в разграничении потому, что первая отчасти является биологической, а вторая формируется только социально. Всякой **успешной деятельности**, действиям присуща одна особенность, о которой часто забывают, – это ощущение успеха, что уже **само по себе является определенной наградой**. Но нравственному поведению такое врожденное поощрение не свойственно, поощрение правильного нравственного поведения – это дело воспитателя.

В воспитании необходимо учитывать тот факт, что успешным действиям изначально свойственно врожденное поощрение, не нуждающееся в дополнительном стимулировании.

Приведем в качестве *примера* один **эксперимент**: содержащемуся в клетке шимпанзе дали очень сложный для обезьяны замок. Обезьяна очень долго и терпеливо пыталась открыть его, и, наконец, ей это удалось. Обезьяна была очень счастлива, она не получила никаких дополнительных поощрений и ощущала только радость от того, что ей удалось открыть замок, разгадать эту загадку. Аналогичные опыты с использованием различных конструкций проводили неоднократно, и результат всегда был одним и тем же: обезьяна не бросала своего занятия до тех пор, пока задача не была решена. Однако с того момента, когда обезьяну, открывшую замок, вознаградили бананом, она соглашалась возиться с другим, новым замком только при том условии, что для нее будет приготовлен банан.

Важно понимать различия между понятиями поощрение и подарок, сегодня они выступают синонимами. Среди родителей весьма частыми являются высказывания по типу: «Будешь себя хорошо вести, на Новый год получишь то–то» или «Закончишь четверть без троек, на день рождение получишь подарок, о котором мечтал».

*Подарок* всегда и при любых обстоятельствах делается ребенку такому, какой он есть на самом деле, – плохому и хорошему, со всеми его положительными и отрицательными сторонами.

*Поощрение* же дается только за хорошие стороны поведения.

Итак, на вопрос как правильно распределять наказания и поощрения, мы не дадим точного ответа, сколько того и другого должно приходиться на каждого ребенка.

Таким образом, определенные рамки, правила, запреты, ограничения – все это необходимые средства осуществления воспитания, и поощрение и наказание есть неотъемлемая часть воспитательного процесса. При этом главным методом воспитания, несомненно, должно быть убеждение.

**Но нельзя забывать о том**, что многие гениальные люди, оставившие след в истории испытывали «аллергию» к слову «нельзя» с самого раннего детства. Как говорил А.С. Макаренко, воспитывая детей, нынешние родители воспитывают будущую историю нашей страны, а значит и историю Мира.

\* Раздаются буклеты «Наказания и поощрения» и «Родителям о запретах и ограничениях».

- Притча «Два волка»

Когда-то давно старый индеец открыл своему внуку одну жизненную истину.

- В каждом человеке идет борьба, очень похожая на борьбу двух волков. Один волк представляет собой зло – зависть, ревность, сожаление, эгоизм, амбиции, ложь...

Другой волк представляет добро – мир, любовь, надежду, истину, доброту, верность...

Маленький индеец, тронутый до глубины души словами деда, на несколько мгновений задумался, а потом спросил:

- А какой волк в конце побеждает?

Старый индеец едва заметно улыбнулся и ответил:

- Всегда побеждает тот волк, которого ты кормишь.

- Упражнение игра «Первоклашка»

Среди родителей выбирается один человек, который будет играть роль ребенка - первоклассника. Остальные родители играют различные роли.

Инструкция: Каждый родитель, в соответствии со своей ролью, подходит к первокласснику и произносит свои слова. В результате образуют круг вокруг ребенка.

Затем они ходят вокруг первоклассника и одновременно говорят свои слова.

Моделируется ситуация №1. Школа. Ребенок садится за парту. Перед ним учебник, тетради, пенал. Доска.

**Учитель:** Сиди красиво, не вертись!

**Одноклассник:** Дай мне ручку!



**Одноклассник:** Смотри, у меня есть наклейки!

**Учитель:** Возьми ручку правильно, не так берешь, а вот так возьми.

Моделируется ситуация №2. Ребенок находится дома.

**Мама:** Пиши красиво, правильно.

**Папа:** Ну что ты ничего не понимаешь, что за каракули

**Бабушка:** Почему ты не стараешься, очень неаккуратно. Сядь прямо.

**Младший брат:** Давай поиграем, смотри у меня машинка.

**Дедушка:** Что ты лежишь на столе, учи уроки давай!

Моделируется ситуация №3. Ребенка провожают в школу.

**Бабушка:** (ведет за руку до класса, помогает раздеться) Внучок, не дерись и слушай учителя. Давай ножку, снимем сапожки.

**Мама:** (ведет за руку до класса, сажает за стол). Старайся, мой малыш, будь умницей, слушай учителя и не вертись.

**Папа:** Ты уже большой, сам должен ходить в школу.

Ситуации можно разнообразить, так же как и фразы.

Можно смоделировать ситуацию взаимоотношений родителей и всех остальных членов семьи в адаптационный период ребенка.

**РЕФЛЕКСИЯ:** После первоклассник делится своими впечатлениями. Что он чувствовал? Что хотелось сказать каждому? Что хотелось сделать? Какая реакция была на разные фразы родителей. Затем делятся впечатлениями все взрослые.

Подводится итог с выводом о том, что взрослые должны понять, почему первоклассник ведет себя определенным образом. Задуматься о своем общении с ребенком. Главное - с ребенком поговорить.

- Упражнение «Шкала ценностей»

Родителям предлагается на горизонтальной прямой линии, символизирующей шкалу жизненных ценностей, отметить свои ценности, которые у них есть. Затем, по 10 бальной системе оценить количество времени, которое они вкладывают в каждое направление: работа, быт, магазин, телевидение, дети, друзья, дача. Обсуждение этого упражнения строится вокруг таких вопросов: «Сколько времени мы уделяем детям? В каком эмоциональном состоянии мы находимся при взаимодействии? Какие чувства ребенок испытывает при общении с нами? Каких результатов мы ожидаем при таком подходе к воспитанию детей?»

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром видеоролика.

- Видеоролик «10 заповедей для родителей Корчака» (7 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие подошло к завершению. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на наше дерево.

Спасибо, что были с нами, непременно ждем вас в клубе «Мы и наши дети»!

### **Занятие 6**

#### **Тема: Как услышать и понять ребенка (совместное занятие)**

**Цели занятия:** Содействовать развитию навыков конструктивного общения, коммуникативных навыков, партнерства и сотрудничества между родителем и ребенком, приобретение навыков активного слушания. Занятие с элементами ролевой игры.

#### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, дорогие родители! Мы продолжаем наши встречи! Мы рады, что вы помните про наш клуб! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать, давайте продолжим ближе знакомиться друг с другом. Мы уже довольно давно вместе и сейчас сделаем упражнение, которое называется «паутинка». Для этого нам понадобится клубок пряжи. Ведущий берет кончик нити (держит ее у себя), клубок передает другому участнику с хорошими пожеланиями. Человек, которому передают клубок, держит нить и передает клубок другому участнику с пожеланиями. Когда все участники передадут клубок, получится паутинка. Ее складывают вместе. Ведущий говорит о том, что паутинка - это символ социальных связей, мы каждый день взаимодействуем с разными людьми. Есть очень близкие связи, есть далекие. Человеку необходимо общение.

- Коммуникативное упражнение «Испорченный телефон»

Ведущий просит выйти 6 добровольцам (детей и родителей). Все выходят за дверь, кроме одного. Одному участнику зачитывается сообщение (про школу), его задача как можно близко к тексту передать это сообщение другому. Теперь тот, кто получил сообщение, должен пересказать его следующему вошедшему. По очереди участники, находящиеся за дверью приглашаются в зал (кабинет).

Обсуждение: как искажается информация от участника к участнику. Такая наша особенность является причиной многих конфликтов и непонимания, как в семье, так и в школьном коллективе и между родителями.

**Родители и дети расходятся. Родители проходят в актовый зал.**

**С родителями работает психолог на тему: «Особенности общения»**

**Дети и социальный педагог работают в кабинете в арт-терапевтическом направлении с элементами тренинга (15-20 мин).**

- Упражнение «Самый, самый, самый»

Материалы: игрушечная детская сумочка, зеркало.

В сумочке лежит зеркало так, чтобы человек, который ее открывает и заглядывает внутрь, мог видеть свое отражение.

Социальный педагог: Дети, хотите посмотреть на самого умного, самого смелого человека, у которого все получается, который всегда справляется с трудностями...?

Но есть одно условие: когда вы посмотрите – никому ничего говорить (рассказывать) нельзя.

Сейчас по очереди каждый по кругу подходит ко мне, и я вам покажу такого человека. Вы смотрите - МОЛЧА - и молча, возвращаетесь на свое место. Договорились!

А сейчас мы с вами будем создавать картину из песка

Работа на стекле с песком (цветной манкой).

Обсуждение: анализ чувств при выполнении работы. Что было сложно, легко и почему.

- Упражнение «Поменяйтесь местами».

В кругу стоят стулья, на которых сидят участники. Стульев на 1 меньше, чем участников (этот стул убирается, когда дети меняются первый раз).

Ведущий называет признак, по которому дети, обладающие данным признаком должны поменяться местами. Например, поменяйтесь местами те, у кого голубые глаза...

**Психолог с родителями:**

- Мини-лекция с родителями (7 мин)

Общение - это такой вид контактов, когда взаимодействующими сторонами являются живые существа (в широком смысле). Межличностное общение – это процесс, который осуществляется с помощью средств речевого и неречевого воздействия, предполагает взаимодействие между людьми, в результате которого возникает психологический контакт и определенные отношения между участниками (в узком смысле).

Существует множество теорий, где рассматриваются виды общения. Если за критерий берется содержание процесса, то мы можем выделить следующие виды:

1. Материальное общение – обмен предметами деятельности.
2. Когнитивное общение – обмен знаниями.
3. Эмоциональное общение – обмен эмоциональными состояниями.
4. Мотивационное общение – обмен всеми составляющими мотивационной сферы личности.

5. Деятельностное общение – обмен действиями. Если за критерий берется мотив общения:

1. Модальное общение – мотивы участников лежат в самом общении.
2. Инструментальное общение - мотивы участников лежат вне пределов общения.

Если за критерий берется средство общения:

1. Непосредственное и опосредствованное.
2. Прямое и косвенное – наличие личного контакта (прямое). Через посредника – косвенное.
3. Вербальное и невербальное.

Если за критерий берется психологическая дистанция между партнерами: социально-ролевое, деловое, интимно-личностное.

Функции общения:

1. Контактная – установление состояния готовности к приему и передаче сообщения, а также поддержанию взаимосвязи.
2. Информационная – обмен информацией.
3. Побудительная – стимулирование определенной активности партнера по общению с тем, чтобы он реализовал определенный вид деятельности.
4. Координирующая – осуществление взаимно координирующих действий при выполнении совместной деятельности.
5. Функция понимания – адекватное понимание друг друга.
6. Эмотивная – благодаря общению мы можем изменять и создавать определенные эмоциональные состояния у себя или у партнера.
7. Функция установления отношений – благодаря общению каждый из нас может осознавать и фиксировать свое место в системе отношений.
8. Функция оказания влияния – мы можем менять поведение, мнение, установки партнера.

Стороны общения: коммуникативное (обмен информации); интерактивное (обмен действиями) и перцептивное (восприятие).

Активное слушание или способы эффективного общения с детьми

Психологическая поддержка – один из важных факторов, способных улучшить взаимоотношения между детьми и взрослыми. При недостатке или отсутствия адекватной поддержки ребёнок испытывает разочарование и склонен к различным неадекватным поступкам.

Психологическая поддержка - это процесс, в котором:

- взрослый сосредотачивается на позитивных сторонах ребёнка;
- укрепляет самооценку ребёнка;

- помогает ребёнку поверить в себя;
- поддерживает ребёнка в неудачах.

Взрослому придётся сосредоточиться на позитивной стороне поступков ребёнка.

Вербально и невербально взрослый сообщает ребёнку, что верит в его силы. Для того чтобы показать веру в ребёнка, взрослый должен сделать следующее:

Забыть прошлые неудачи

Помочь обрести уверенность, что он справится

Помнить о прошлых удачах и возвращаться к ним.

Успех порождает успех и усиливает уверенность в своих силах как у взрослого, так и ребёнка.

*Слова поддержки*

- Зная тебя, я уверен, что ты всё хорошо сделаешь хорошо.
- Ты сделаешь это очень хорошо.
- Это серьёзный вызов, но я уверен, что ты готов к нему.

*Слова разочарования*

- Ты мог бы это сделать это лучше.
- Это для тебя слишком трудно, поэтому я сам это сделаю.

Активное слушание является важным навыком общения. Для того чтобы понять сообщение, полезно применить обратную связь. Это и есть сообщение о том, что вы слышали. Нужно учитывать специфику закрытых и открытых вопросов и ответов. Закрытый ответ показывает, что взрослый не слышит и не понимает ребёнка.

Открытый ответ говорит о том, что ребёнком интересуются, его слышали.

Открытые ответы

- Я понимаю, Я хотел бы побольше узнать об этом, расскажите еще что-нибудь....

ОТКРЫТЫЙ ВОПРОС: Не мог бы ты рассказать, что у тебя сегодня произошло?

ЗАКРЫТЫЙ ВОПРОС: У тебя сегодня был хороший день?

Открытый вопрос формулируется так, чтобы в нем отсутствовал намек на какой – либо ответ. Он позволяет собеседнику выплеснуть переполняющие его чувства. Открытые вопросы задаются в начале беседы.

Открытый ответ предполагает развёрнутое сообщение, подкрепляемое жестами, мимикой.

Необходимые формы поведения при активном слушании:

- Невербальные;
- Зрительный контакт;
- Язык жестов, свободные позы;
- Вербальные, стимулирующие рассказы;

- Обратная связь рефлексия чувств.

Предупреждение.

Не следует пользоваться активным слушанием, когда вы чувствуете, что вас не принимают или отталкивают.

Сохраняйте спокойствие, демонстрируйте уважение к мыслям и чувствам ребёнка.

\* Раздаются буклеты «Эффективные способы общения с ребенком»

- Упражнение «Разреши другому быть другим»

Большую роль в формировании личности человека играет не только отношения в семье, но также и врожденные особенности, с которыми ребенок появляется на свет. Таких особенностей девять, при воспитании необходимо их учитывать и ни в коем случае не стараться их изменить, а тем более не обвинять ребенка за их проявление.

I) Родителям предлагается список врожденных качеств, с которыми ребенок рождается. Анализируя и учитывая эти качества, родители составляют индивидуальный портрет своего ребенка с конкретными примерами различных проявлений.

1. Уровень активности (степень наследственной моторной активности, которая определяет активным или пассивным будет ребенок).
2. Ритмичность (регулярность или не регулярность таких функций, как голод, тип питания, выделений, ритм цикла сон - бодрствование).
3. Приближение или удаление (тип естественной реакции ребенка на такие стимулы, как незнакомая еда, игрушка или человек).
4. Приспособляемость (скорость и легкость, с которой ребенок способен видоизменить свое поведение в ответ на изменение окружающей среды).
- 5 Интенсивность (количество энергии, используемой при выражении эмоций и настроения).
6. Порог реактивности (уровень интенсивности стимула, требуемого для того, чтобы проявилась нужная реакция).
7. Качество настроения (преобладание положительного настроения, проявляемого как радостный, приятный, веселый, дружелюбный характер в противовес отрицательному, который проявляется как неприятный, капризный, крикливый, недоброжелательный характер).
8. Способность отвлекаться (характеризует степень влияния посторонних помех на способность сконцентрировать внимание на своей линии поведения).
9. Интервал внимания и настойчивости (продолжительность времени, в течении которого ребенок сосредоточен на активной деятельности, и продолжительность активности в случае возникновения препятствий).

II) Выписать в столбик те качества ребенка, которые не устраивают родителей, а рядом с каждым таким качеством написать позитивную интерпретацию этого же качества, т.е. что хорошего в этом проявлении и где это можно использовать? Например, упрямство, вместо отрицательной общепринятой интерпретации, представить это качество как способность сказать «нет», возразить авторитетам.

III) После того, как все качества будут позитивно интерпретированы, необходимо написать новый портрет ребенка.

IV) Сравнить эти два описания и выбрать какой больше нравится. Посмотрите на ребенка по-другому и разрешите ему быть другим.

- Упражнение «Услышать собеседники»

1 часть. Участники разбиваются по парам. Партнер А должен рассказать о волнующем его событии. Задача партнера В всем своим видом показать, что он его не слушает, при этом смотрит на часы, отворачивается, зевает. Через 3 минуты партнеры меняются ролями. Затем поделиться чувствами, которые испытали во время упражнения.

Была ли подобная ситуация в вашей жизни, когда ребенок хотел рассказать вам о значимом для него событии, а вы не обращали внимания, занимаясь своими делами? Как вы предполагаете, какие чувства скорей всего испытал ребенок?

2 часть. А теперь упражнение выполняется в тех же парах, но задача партнера В заключается в том, чтобы очень внимательно слушать собеседника, задавать уточняющие вопросы. Через 10 минут закончить упражнение, и обсудить следующие вопросы: «Как вы чувствовали себя во время общения?», «Легко ли вам было говорить?», «Какая реакция собеседника помогла вам открываться в общении?»

Привести примеры подобного общения с ребенком.

- Упражнение «Пойми меня правильно»

Упражнение выполняется в парах.

Часть 1. Партнер А рассказывает о ситуации, где он был не на высоте, (например, не справился во время с отчетом на работе или резко отреагировал на поступок ребенка, что привело к конфликтной ситуации в семье).

Партнер Б реагирует, при этом использует выражение:

«Я тысячу раз говорил тебе, что...»

«Сколько раз тебе повторять...»

«Неужели тебе трудно запомнить, что...»

«Ты такая же, как твоя мама (папа)...»

Через 5 минут поменяться ролями.

Часть 2. Партнер А рассказывает ту же ситуацию, а партнер Б реагирует, используя следующие выражения:

«Расскажи подробнее, как это произошло?»

«Ты очень умный, и я знаю, что ты найдешь выход из этого положения. Что ты собираешься делать?»

«Чем я могу тебе помочь?»

«Что ты сделаешь в следующий раз в подобном случае?»

В обсуждении этого упражнения большое внимание необходимо уделить чувствам, которые испытывали участники в первом случае и во втором. Затем выйти на анализ конкретных ситуаций из опыта общения родителей со своими детьми.

### **Дети возвращаются к родителям.**

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром видеоролика.

- Видеоролик «После каждой ссоры» (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие заканчивается. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на наше дерево.

Спасибо, что были с нами, непременно ждем вас в клубе «Мы и наши дети»!

## **Занятие 7**

### **Тема: Саморегуляция в общении с ребенком.**

**Цель:** Содействовать развитию рефлексии, обращение к своему детскому опыту, ориентировать родителей выбирать позицию партнерства.

#### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, уважаемые родители! Мы рады вновь видеть вас с нами! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать нашу встречу, давайте продолжим ближе познакомимся друг с другом. Посмотрите друг на друга, все ли знакомы друг с другом? Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы говорите свое имя, передаете вот эту мягкую игрушку тому, кому адресуете пожелание. Тот, кому передали игрушку, в свою очередь передает ее следующему, озвучивая ему пожелания на сегодняшний день. Будем внимательно следить за тем, чтобы игрушка побывал у всех, стараемся никого не пропустить.

- Видеоролик «Посмотри на воспитание под другим углом» (1 мин)



- Мини-лекция (7-10 мин)

**Саморегуляция** – процесс управления человеком собственными психологическими и физиологическими состояниями, а также поступками. **Психическая саморегуляция** – самостоятельное целенаправленное и сознательное изменение субъектом регуляторных механизмов своей психики на основе использования ресурсов бессознательного уровня.

Общие закономерности саморегуляции реализуются в индивидуальной форме, зависящей от конкретных условий, а также от характеристик нервной деятельности, от личностных качеств субъекта и его привычек в организации своих действий, что формируется в процессе воспитания.

У ребенка, как и у взрослого, по мере роста его личности, повышаются способности к произвольной психической регуляции и самоконтролю.

В детском возрасте способность подчинять свою психическую жизнь ярким живым образам фантазии совершенно естественна, во-первых, потому что основной тип регуляции психики у детей как раз произвольный, во-вторых, потому что слово у ребенка очень близко к конкретному образу. Слова легко оживляют у детей яркие впечатления и реальные ощущения, способные запустить естественные механизмы саморегуляции.

#### **Способности произвольной психорегуляции.**

Способность регулировать различные сферы психической жизни состоит из конкретных контролируемых умений в двигательной и эмоциональной сферах, сфере общения и поведения. Ребенок должен овладеть умениями в каждой из сфер: двигательная сфера и сфера поведения, эмоциональная сфера и сфера общения.

Основные способы развития саморегуляции: дыхание, массаж, растяжка (физические упражнения), релаксация.

Теперь поговорим о трудностях самоконтроля (как правило, эмоциональной саморегуляции) родителей и последствиях их несдержанности по отношению к детям. Очень часто сложности в детско-родительских отношениях имеют свое начало в эмоциональных отношениях между родителями и детьми. Вспыльчивость, вербальная агрессия, речевая и физическая несдержанность становятся причиной ухудшения поведения ребенка и дома, и в учебном заведении. Как правило, отношение родителя является первопричиной агрессивности, несдержанности, драчливости и конфликтности ребенка.

Детская ложь, например, часто связана с боязнью родительских реакций на что-либо.

#### **Что такое детская ложь?**

Все родители мечтают, чтобы их дети выросли хорошими, честными людьми. Но все без исключения дети рано или поздно начинают лгать. Но почему же так происходит?

Для начала давайте попробуем определить, что такое детская ложь. Ложь определяется как распространение заведомо неверной информации. Известный американский психолог Пол Экман дал такое определение: *ложь – это намеренное решение ввести в заблуждение того, кому адресована информация, без предупреждения о своём намерении сделать это.*

Если ваш ребенок решил исказить информацию и сам верит своим фантазиям, это не более чем правдивый вымысел. Это одна история, обычно подвержены этому дошкольники.

*Детская ложь — это свидетельство не моральных, а скорее психологических проблем ребенка.* Врунишка обычно страдает от недостатка внимания или любви со стороны родителей, он испытывает трудности в общении со сверстниками, у него низкая самооценка. Не оправдывая ожиданий родителей, которые ему об этом постоянно сообщают, он имеет трудности в учебе и (или) нарушения поведения.

**Виды и мотивы лжи.** Для того чтобы разобраться, что сделать, если ребёнок врет, надо, прежде всего, понять, почему он это делает. Какую выгоду для себя он извлекает, когда врет? Какая причина заставляет его врать? Он лжет, защищаясь, или же он так нападает на вас? Может, его ложь – это стереотип поведения, то, что он постоянно видит в окружающей его действительности?

Ложь ребёнка – это сигнал, который он посылает своим родителям. Ведь он не станет врать, если в его жизни всё в порядке. Очень важно понять, какая именно потребность стоит за его ложью. Разобравшись в этом, можно понять причины детской лжи. Ведь ребенок врет совсем не потому, что не любит своих родителей или не уважает их. И не потому, что его моральные ценности слабы. Есть много разных внешних причин, которые подталкивают ребенка ко лжи. Ложь ребенка принимает разные формы: *умолчание* – сокрытие правды, *искажение* – сообщение ложной информации, *отрицание очевидного* и тому подобное.

Попробуем понять, какой бывает ложь и чем её можно объяснить.

Существует много видов лжи: от стремления избежать наказания до желания сохранить в неприкосновенности свой внутренний мир.

### **Какие причины могут лежать в основе детской лживости?**

Для понимания причин поведения ребенка, который говорит неправду, важно понимать:

#### **1) мотив лжи (почему ребенок обманул?);**

## **2) последствия лжи (на кого и как повлияла ложь?).**

Осознание мотива лжи поможет взрослому принять решение о том, как себя вести, чтобы ребенок не солгал снова.

Какие причины толкают ребенка на «преднамеренную ложь»?

### **1. Вопросы - ловушки, которые расставляют сами же взрослые.**

«Лена, ты любишь своего младшего братика?»- спрашивает соседка. Что должна ответить Лена, чтобы получить одобрение со стороны взрослых? А то, что брат постоянно забирает ее игрушки, порвал любимую книжку, ему достается большая часть маминой любви и заботы, а все проделки и шалости «сходят ему с рук» - часто остаются незамеченными.

Словом, такие вопросы «о любви» - настоящая провокация, и, если вы не владеете ситуацией, их лучше не задавать.

**2. Постоянные «нельзя», завышенные требования, боязнь наказаний** приводят к тому, что ребенок начинает врать, скрывая за ложью серьезные поступки.

*Ложь из страха* - наиболее частая разновидность лжи. Ребенок врет, потому что боится, что его накажут или унижат. Стыд – одно из самых тягостных переживаний. Кроме того, ребенок может солгать из-за страха огорчить, разочаровать родителей, а может – из страха быть отвергнутым, лишенным родительской любви.

В любом случае, если причиной детской лжи стал страх, то налицо нарушение взаимопонимания между родителями и ребенком. Очень важно понять: где, когда было потеряно доверие и безопасность во взаимоотношениях? Не получилось ли так, что наказания и ограничения бывают несоразмерны с виной, а ребенка осуждают там, где он ждет поддержки? А возможно и то, что ребенок нуждается в уверенности, что его проблемы не безразличны окружающим.

**3. Ложь из стремления избежать наказания** используется либо для сокрытия действий ребенка, которые были направлены на получение удовольствий, оказавшихся под запретом родителей (например, ребенок, включил компьютер, хотя ему это не было разрешено), либо для сокрытия нечаянной оплошности (сломал пульт от телевизора). Данный вид лжи встречается особенно часто в семьях, где запреты и наказания как форма общения преобладают над диалогом в общении с ребенком.

**4. Страх унижения** также может спровоцировать ребенка на ложь. В основе данного вида лжи – стыд, осознание ребенком неправильности своего поступка. Как правило, ребенком в данном случае руководит стремление защитить себя, сохранить положительное отношение к себе. Например, в случаях детских краж, часто ребенок не

признается в совершенном поступке не только потому, что боится наказания, но и потому, что стремится «сохранить свое лицо».

**5. Стремление добыть нечто, чего иначе не получишь,** также может спровоцировать на ложь. В данном случае, дело касается ситуаций, когда ребенок извлекает некую «выгоду» из своего обмана. Как правило, этой выгодой является стремление избежать наказания. «Ты поел суп?», «Сделал уроки?», «Ходил в музыкальную школу?» - как часто дети отвечают «да» на эти вопросы в надежде, что от них отстанут. Кстати, небеспочвенной. И ведь все участники разговора точно знают, что ответ «нет» вызовет и дополнительные вопросы, и недовольство со стороны родителей. И если подобное повторяется часто, реакция ребенка довольно предсказуема. Часто родители возмущаются — «он же знает, что я все равно проверю, зачем врать», «лучше пусть скажет правду, я не буду ругать за правду». В этом есть некоторое лукавство: если для ребенка сказанная правда не несет никаких негативных последствий — его не ругают, не требуют сделать что-то неприятное (например, домашнее задание), не лишают ничего, нормальный ребенок точно не будет обманывать.

**6. Заниженная самооценка тоже является причиной лжи.**

Малыш использует ложь, как способ привлечь к себе внимание в связи с тем, что он отвержен кем-то из родителей или ему так кажется. В основе такого поведения часто лежит неудовлетворенная потребность во внимании со стороны родителей или других значимых людей, желание соответствовать их требованиям хотя бы в своих фантазиях.

**7. Ложь – манипуляция – это ложь,** к которой ребенок прибегает для самоутверждения. Когда ребенок говорит неправду для того, чтобы самоутвердиться, то он хочет удивить, заставить восхищаться, хочет привлечь к себе внимание. То есть он хочет манипулировать чувствами других людей для своей пользы. Тут в ход могут пойти и горделивые рассказы о себе и своих достоинствах или наоборот, рассказы о том, как его несправедливо обидели, как его никто не любит и т.д. Главное – стать центром внимания, пусть даже ненадолго.

**8. Ложь из мести.** Парадокс, но даже наказание родителей для него «сахар» - папа и мама обратили на него внимание, пусть даже негативное! Бывает так, что ребенок постоянно конфликтует с родителями. Ему кажется, что родители совсем перестали его любить, а может, и раньше не любили. Вот он и мстит им за недостаток любви с помощью лжи.

Причиной лжи может послужить и то, что ребенку кажется, что родители разлюбили его.

**9. Излишняя опека** также может спровоцировать ложь. Ребенок может врать, чтоб вырваться из-под контроля взрослого. Это своего рода бунт против излишней опеки со стороны родителей. Ложь в этом случае может использоваться *ради проверки собственной силы*. Мотив лжи – бросить вызов чужой власти.

**10. Ложь для предотвращения вмешательства в личную жизнь** встречается в случае чрезмерной опеки детей со стороны родителей, когда последние лишают ребенка права на приватность своего внутреннего мира. Ребенку нужно иметь возможность самому подумать о своих переживаниях, осмыслить их без внешнего вмешательства.

**11. Ревность и соперничество между детьми в семье.**

Обычное соперничество между детьми провоцирует их лгать. Дети постоянно наговаривают друг на друга, или кто-то один, с завышенной самооценкой, пытается ее повысить еще больше с помощью вранья, делается это для того, чтобы лишний раз насладиться своим превосходством над младшим (обычно). Происходит такая ситуация в тех случаях, когда родители начинают сравнивать детей между собой, тем самым разжигая соперничество и вражду.

\* Раздаются буклеты «Саморегуляция», «Профилактика детской лжи».

• Упражнение «Я сержусь» (метод «Горячего стула»)

Приглашается доброволец. Садится на стул. Напротив него ставят пустой стул. Участник моделирует ситуацию злости и раздражения на своего ребенка. Говорит пустому стулу то, что он обычно говорит своему ребенку в данной ситуации. Далее участника просят пересесть на пустой стул и представить, что чувствует ребенок, что понимает.

Ведущий контролирует интерпретационный процесс, направляет участника наводящими вопросами.

Обсуждение, поиск эффективных способов разговора, техники саморегуляции.

• Упражнение «Кандидаты на операцию»

Ведущий делит участников на группы по 5-6 человек.

«Представьте, что вы являетесь экспертной группой опытных кардиохирургов. Вам сообщили, что появилось донорское сердце. Срочно необходимо выбрать кандидата на пересадку сердца. Каждая группа сейчас получает список кандидатов. Ваша задача выбрать из него человека, которому и будет сделана пересадка донорского сердца. Вы должны прийти к единому мнению в своей группе. У вас будет несколько минут на обсуждение. Затем один представитель от команды озвучит нам ваше решение и ответит на вопросы: «Сложно ли было договориться?» «Как вы думаете, для чего мы выполняем такое упражнение?»

Обсуждение. Озвучить основную цель упражнения – показать участникам как критично мы подходим к другим людям, в том числе и к собственным членам семьи.

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром видеоролика.

- Видеоролик «Социальная реклама о внимании родителей к детям» (3 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие завершено. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на этот ватман.

Спасибо, что были с нами! Ждем вас на следующих встречах клуба «Мы и наши дети».

## **Занятие 8**

**Тема: Тревожность и страхи детей и взрослых (совместное занятие).**

**Цели занятия:** актуализировать собственный опыт, способствовать осознанию естественности страхов, анализу своего состояния, оказание помощи в поиске различных способов работы со страхами и тревогой. Встреча с использованием элементов сказко- и куклотерапии.

### **Ход занятия**

- Вступление (5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, дорогие родители! Мы продолжаем наши встречи! Мы рады, что вы помните про наш клуб! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать, давайте продолжим ближе знакомиться друг с другом. Называем свое имя и одно свое положительное, отличительное от других людей качество. Начинают ведущие.

- Упражнение «Ветер дует на того, кто...»

Участники стоят в кругу. Водящий говорит «Ветер дует на того, у кого...» и называет какой – либо признак участников. Это могут быть как детали внешности, так и психологические качества, какие-либо у меня, жизненные события и т.д. (Например, у кого светлые глаза, кто сегодня проснулся в хорошем настроении, кто умеет играть на музыкальных инструментах). После того как назвали очередной признак, участники, которые им обладают, сразу выходят в центр круга, а потом быстро возвращаются, но не туда, где стояли до этого, а поменявшись местами с кем-либо из тех, кто тоже выходил в центр круга. Замешкавшийся сам становится водящим.

- Притча о страхе

Жил-был человек, который всего боялся, страх с ним был постоянно. Он боялся темноты, пауков, злых людей, боялся сделать что-нибудь не так... И вскоре из-за страха вообще перестал выходить из дома.

Шел мимо странник. Человек в страхе, впустил его на ночлег и рассказал о своей беде.

Странник ему и говорит:

«Есть страх, которого бояться не нужно, и если ты его познаешь, то никакой другой страх тебя уже не испугает.

Иди, ищи его. А как страшно тебе станет, так ты сразу молиться начинай. И да хранит тебя Бог».

И пошел человек искать страх, которого не нужно бояться, хотя и было ему очень страшно. Он шел через холодные горы, темные леса, топи. Шел вдоль глубоких рек, по берегам соленых морей. Когда ему становилось страшно до жути, он начинал Богу молиться, и страхи отступали.

Так обошел он всю землю и понял, что бояться по-настоящему нужно только одного: остаться без Бога.

Обсуждение: О чем эта притча? Что значит, молится и бить с Богом? Как помогает человеку Вера в Бога, в себя свои возможности и силы?

Сегодня мы говорим о страхе.

**Страх** - это специфическая эмоция, которая является отдельной категорией, чем «тревога».

**Тревога** - это множественное эмоциональное проявление одной из составляющих, которой является страх.

**Тревожность** - это индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в склонности человека к частым интенсивным переживаниям, состояниям тревоги, а также в низком пороге его возникновения.

**Родители и дети расходятся. Родители проходят в актовый зал.**

**Дети и социальный педагог работают в кабинете в арт-терапевтическом направлении (15-20 мин)**

Социальный педагог: Вы помните, что у нас есть «театр на столе»? Хотите услышать и увидеть новую историю наших братьев и сестер? Усаживайтесь удобнее и мы начинаем.

Однажды летом, когда Манька и Аленушка жили на даче, соседская девочка позвала их к себе поесть клубнику. Подошли они к забору, только было хотели отворить калитку, как из будки выскочила собака и страшно залаяла. Манька в ужасе отскочила от калитки. Аленушка говорит: "Пойдем, она же на цепи".

- "Нет, она так грозно лает, не пойду".

- "Ну, как хочешь, - пожала плечами Аленушка. - Тогда я пойду одна". И она вошла на дачный участок. Ей тоже не нравилось, что собака так злобно, надсадно лает. Но с другой

стороны, она понимала, что если пройти к дому, держась как можно дальше от будки, собака ее не достанет. Она же на цепи!

Так все и получилось. Когда Аленушка подошла к даче, девочка-соседка выскочила ей навстречу и приказала собаке замолчать. Собака перестала лаять, а Аленушка пошла на грядки, лакомиться клубникой. Но ей было очень жаль Маньку, которая по-прежнему стояла за забором. И тогда они - Аленушка и девочка Наташа - подошли к калитке, взяли Маньку за руки и, как она ни упиралась, провели мимо собачьей конуры.

Когда Манька увидела клубнику, она мигом позабыла про свои страхи. А потом совсем осмелела и подошла к собаке. Та к ней уже привыкла и не лаяла. В конце концов, Манька ее даже погладила.

А Петька с Иванушкой в это время жили на другой даче и как-то раз построили настоящий шалаш. Как индейцы. А главное, родители разрешили им переночевать в этом шалаше! Вечером мальчики разожгли около шалаша костер, испекли картошку, поужинали, и стали укладываться спать. Иванушка как лег, так сразу и заснул, а Петька почему-то стал припоминать всякие страшные истории, фильмы, мультфильмы (примеры конкретных страхов, характерных для данной группы).

И вдруг услышал подозрительный шорох и странное сопенье. Ему показалось, что пришел противный, страшный... (конкретные примеры страхов).

Петька дрожал, потом не выдержал и толкнул Иванушку локтем в бок. Иванушка проснулся, и они уже оба слышали странное шуршанье и сопенье. Иванушка достал из-под подушки карманный фонарик и сказал: "На! Выйди и посмотри". "Нет, давай вместе", - взмолился Петька. "Ладно", - согласился Иванушка и обнял Петьку за плечи. Они вышли из шалаша, зажгли фонарик и прислушались. Оказалось, что это шуршал маленький холмик из листьев. И не только шуршал, но и шевелился! Петька отскочил назад и юркнул в шалаш. Но Иванушка не последовал его примеру, а осторожно разгреб кучку листьев и вдруг закричал: "Петька, скорее сюда! Посмотри". Петька нехотя вышел и увидел, что Иванушка держит на ладони... маленького, хорошенького ежика, который очень смешно сопит.

Обсуждение: О чем эта история? Чему она нас может научить? Как эта история связана с общением? Кто помог побороть страх? Беседа с детьми.

А сейчас мы с вами будем создавать картину из песка.

Работа на картоне с песком (цветной манкой).

Мы с вами в прошлый раз уже пробовали работать с песком. Сегодня мы попробуем поработать с вами так, чтобы у вас что-то осталось на память о нашей работе и том, что все трудности, с которыми вы сталкиваетесь можно разрешить.



Нам понадобится клей для бумаги. Мы сейчас берем свой картонный лист, промазываем его и пробуем изобразить из песка какой-нибудь наш страх.

А теперь там, где это возможно, еще раз промажем клеем картон. Внимательно посмотрим на наши картины и попробуем изменить нашу недобрую картину так, чтобы она стала хорошей, положительной, доброй и светлой.

Обсуждение.

Сегодня у нас с вами последнее совместное занятие. Давайте сделаем друг для друга ладошки с хорошими пожеланиями.

- Упражнение «Ладошки».

На листке бумаги каждый ребенок обводит свою ладонь. Подписывает листочек. Рисует или пишет в центре ладони пожелание себе и передает свое листок по кругу. И так до тех пор, пока листок не вернется к автору.

### **С родителями работает психолог на тему: «Тревожность и страхи»**

Итак, мы говорим сегодня о страхах. *Эмоцию страх*, переживают люди в любом возрасте, и каждому возрасту присущи так называемые **«возрастные» страхи**, которые изучены и подробно описаны многими специалистами.

Первые проявления страха наблюдаются у детей в младенческом возрасте, и это период *с двух до трех лет*. Существует расширение названия детских страхов, которые могут носить, как правило, конкретный характер. Чаще все в два года дети боятся посещения врача, а примерно с трехлетнего возраста число конкретных страхов значительно снижается.

Потом могут прийти символические страхи, как *страх темноты и одиночества*. В 6–7 лет может появиться *страх своей смерти*, а в 7–8 лет – *страх смерти родителей*. Иногда с 7 до 11 лет ребенок больше всего боится *«быть не тем»*, сделать *что-то не так*, не соответствовать *общепринятым требованиям и нормам*. С одной стороны, наличие *страхов у ребенка является нормой*. Но, если страхов очень много, то следует говорить о *наличии тревожности в характере ребенка*.

Психологические исследования выявили интересную закономерность: чем выше интеллект у ребенка, тем больше он испытывает страхов. В этом случае *тревожность*, может проявляться как индивидуальная психологическая особенность и склонность человека к частым интенсивным переживаниям, а значит, к состояниям тревоги в низком пороге его возникновения. В этом случае учитывают такие особенности личности, как темперамент и слабость нервной системы.

В дошкольном возрасте более тревожными являются мальчики. Однако тревожности могут быть подвержены как мальчики, так и девочки, а к 9–11 годам – соотношение

становится равномерным. После 12 лет происходит резкое повышение уровня тревожности у девочек, которая по своему содержанию отличается от тревоги мальчиков: они больше волнуются из-за взаимоотношений с другими людьми (ссоры, расставания и т.д.), а мальчиков тревожит насилие во всех его аспектах.

За последние десять лет у детей младшего школьного возраста повысилась тревожность, которая стала более глубокой и связана с мотивацией учения, с успешностью обучения и так далее. Это оказывает влияние на формы личностных проявлений в чувствах, поведении, мышлении. Например, если раньше рост тревожности по поводу взаимоотношений со сверстниками можно было наблюдать в подростковом возрасте, то в настоящее время многих учащихся младших классов волнуют их взаимоотношения с другими людьми и в частности с одноклассниками.

Родители должны знать симптомы, которые говорят о наличии тревожности у ребенка, чтобы уметь их различать и описывать: *ребенок быстро устает и не может долго работать; ребенку трудно сосредоточиться на предмете деятельности; задание вызывает у ребенка беспокойство; задание выполняет в скованном состоянии тела; смущается и часто говорит о неприятностях; краснеет в незнакомой обстановке или испуганно смотрит по сторонам; жалуется на страшные сны; когда берем за руку ребенка, то руки холодные и влажные; ребенок часто жалуется на расстройство стула и у него плохой аппетит; с трудом засыпает, но спит спокойно (или тревожно); иногда (по ситуации) пуглив и многое (в окружении) вызывает страх; легко расстраивается и плохо переносит ожидание; плаксив, не любит браться за новое дело; испытывает неуверенность в своих силах и боится трудностей.*

Эмоциональность младших школьников выражается в еще *большой эмоциональной неустойчивости, частой смене настроений, склонности к аффектам, кратковременным и бурным проявлениям радости, горя, гнева, страха.*

*Причиной глубоких эмоциональных переживаний учащихся может стать недооценка со стороны взрослых или ровесников, неумение общаться, поддерживать ровные эмоциональные взаимоотношения с окружающими, включая родителей. В этом случае благоприятный психологический климат семьи способствует гармоничному развитию личности ребенка и снижению уровня тревожности.*

Тревожность чаще всего развивается тогда, когда **ребенок находится в состоянии внутреннего конфликта**. Это могут быть следующие ситуации:

1. Предъявление негативных и унижительных требований ребенку, которые ставят его в зависимое положение от родителя, школы или сверстников.
2. Завышенные и неадекватные требования к ребенку родителями и учителем.

3. Противоречивые требования, которые предъявляют к ребенку его родители и учитель.

Формирование детской тревожности является *следствием неправильного воспитания ребенка*. Родители тревожных детей предъявляют к ним завышенные требования, совершенно невыполнимые для ребенка. Иногда это связано с *неудовлетворенностью собственным положением*, с желанием воплотить собственные нереализованные мечты в своем ребенке. Завышенные требования родителей могут быть связаны и с другими причинами. *Например*, добившись высокого положения в обществе или материального благополучия, родители не желают видеть в своем чаде «неудачника» и заставляют работать сверх меры. Практика показывает, что нередки случаи проявления родительской высокой тревожности, вследствие неверного восприятия малейшей неудачи ребенка как катастрофы. Ребенок в этом случае лишен возможности учиться на собственных ошибках. Ребенок, который *не в состоянии выполнить требования взрослых*, испытывает *страх несоответствия ожиданиям окружающих и чувствует себя неудачником*. Со временем это может стать *привычкой «опускать руки»*, сдаваться без борьбы в обычных ситуациях, в результате чего сформируется личность человека, который будет действовать так, чтобы ему не приходилось сталкиваться с какими бы то ни было проблемами.

Встречаются родители, которые *стремятся уберечь своего ребенка от любых реальных и мнимых угроз* его жизни и безопасности, что является причиной формирования у него *ощущения собственной незащитности перед опасностями мира*. Все это не способствует нормальному развитию ребенка и реализации его творческих способностей, мешает его общению со взрослыми и сверстниками. Большинство родителей тревожных детей *не осознают, как их собственное поведение влияет на характер ребенка*. В этом случае родителям *рекомендуется консультация психолога и чтения специальной литературы*. Иногда практика показывает, что «неподготовленные» родители, узнав о возникновении у ребенка каких-либо страхов, могут принимать неправильную позицию и начинают либо уговаривать ребенка, чтобы он не боялся, или запугивать его, а еще хуже - высмеивать, что способствует усилению страха.

Коррекционная психологическая работа с детьми, проводится в трех направлениях:

1. Работа с **самооценкой** на повышение.
2. **Обучение способам** снятия эмоционального и мышечного напряжения.
3. **Формирование навыков** по саморегуляции в травмирующих ситуациях.

А в психологической литературе описаны различные способы коррекции страхов разной этиологии, которые условно можно разделить тоже на три группы:

- Нарисовать страх;
- Поиграть в страх;
- Рассказать (написать) о своем страхе.

Это может быть придуманная сказка или рассказ и как вариант - игра в страшные истории. В психологической практике существует комплекс коррекционных методик для работы со страхами, например: *«Игра с темнотой»*, *«Чехарда»*, *«Прогулка в слепую»*, *«Отгадай, кого я боюсь»* (по первой и последней букве) или *«Расправься с нарисованным страхом»*, *«Мне не страшно»*, *«Сказка про страх»*.

В программе Полетаевой Т.В. и Синюшкиной Т.А. рассказывается об образе самодельной собаки из перчаток (показывается образец). Родителям сообщается, что они с ребенком могут изготовить такую собаку и использовать ее в сказках и разыгрывании конкретных ситуаций, в которых наблюдают проявления страха у своего ребенка.

Проигрывается любой пример, предложенный самими же родителями.

\* Раздаются буклеты «Родителям о страхах и тревожности».

#### **Дети возвращаются к родителям.**

Сегодня последнее совместное занятие в нашем клубе. Хотелось бы поблагодарить всех участников. Скажите, чему вы научились, что приобрели за время наших встреч, что вам понравилось или не понравилось?

- Упражнение «Комплимент».

Участники по кругу говорят искренний комплимент и свои наилучшие пожелания участнику справа.

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром видеоролика.

- Видеоролик «Никогда не сдавайся!» (3, 5 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Сейчас мы раздадим вам листочки и попросим вас кратко написать на них свое впечатление от нашей встречи, что вы чувствуете сейчас, что вам понравилось или не понравилось сегодня. Наше занятие заканчивается. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на наше дерево.

Спасибо, что были с нами в клубе «Мы и наши дети»!

#### **Занятие 9.**

##### **Тема: Ребенок и окружающее влияния вне семьи.**

**Цель:** проанализировать спектр современных влияний, рассмотреть возможные варианты своего реагирования, найти пути эффективных родительских реакций.

## Ход занятия

- Вступление (3 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):* Здравствуйте, уважаемые родители! Мы рады вновь видеть вас с нами! Кто-то из нас уже знаком, кто-то на наших встречах первый раз. Поэтому прежде чем начать нашу встречу, давайте вспомним друг с друга. Начнем нашу работу с высказывания друг другу пожелания на сегодняшний день. Оно должно быть коротким, желательно в одно слово. Вы говорите свое имя, передаете вот эту мягкую игрушку тому, кому адресуете свое пожелание. И так по кругу.

- Упражнение «Дотронься до...»

Ведущий: «Дотроньтесь до желтого!», участники должны быстро найти в комнате или одежде что-то желтое и дотронуться до него. Можно давать задания дотронуться до высокого, низкого, шершавого, мягкого, круглого, бумажного и т.д.. Игра проходит быстро и весело.

- Упражнение «Это слишком логично»

Ведущий объясняет участникам простую суть игры:

– кто-то задает вслух какой-то более-менее глубокомысленный вопрос: «Почему трава зеленая?», «Почему трактора не ездят быстро?», «Когда же люди научатся не спать ночью?» и т.п.,

– кто-то из участников отвечает на этот вопрос,

– другой участник говорит, что этот ответ слишком логичный, и предлагает свой ответ,

– его ответ оспаривает другой участник – в той же манере,

– и так до тех пор, пока не будет найден самый алогичный ответ,

– после этого кто-то задает новый вопрос – из другой области.

Если участники начинают спорить между собой о том, чей же ответ более алогичен, ведущий может выступить в качестве арбитра.

- Мини-лекция (7-10 мин)

Что оказывает влияние на формирование личности кроме семьи? СМИ, компьютер, телефоны, сверстники (групповое давление, буллинг, завоевание социального статуса в коллективе).

Под социальным окружением (средой) понимается система отношений, идей и ценностей, которые способствуют развитию ребенка и формированию его личности. Общаясь в социальной среде, ребенок изучает нормы и ценности общества, вырабатывает личные цели и модель поведения, а также определяет критерии оценки своих действий и действий окружающих людей.

Что оказывает влияние:

- Ближайшее окружение (семья, родственники, друзья, одноклассники);
- Дальнее окружение (учащиеся школы, соседи, СМИ, в том числе Интернет).

Влияние бывает:

- прямое (поступки, личный пример, общение, беседы);
- косвенное (поступки, слухи, передачи).

Что влияет на формирование личности ребенка? От социального окружения зависит развитие и воспитание ребенка. В семье закладываются основы поведения и жизненные установки (ценности), однако большую роль в воспитании играет школа и школьный коллектив. Ребенок проходит важную стадию становления своего «Я». Ему свойственно подражание значимым для него лицам и принятие тех установок, которые характерны для той или иной молодежной субкультуры. Немаловажную роль в воспитании играет телевидение, которое формирует определенные образцы поведения.

В семье оказывают влияние:

- ценностные ориентации родителей, братьев, сестер;
- отношения в семье;
- социально-экономический статус родителей;
- особенности воспитания подростка.

В школе:

- отношение к учебе;
- отношения с учителями;
- статус подростка в классе;
- ценностные ориентации одноклассников.

В среде друзей и сверстников:

- социальное положение;
- положение подростка в группе;
- ценностные ориентации группы;
- телевидение, Интернет, книги, журналы, газеты.

### **Отрицательное и положительное влияние социального окружения на ребенка**

#### Отрицательные факторы социального окружения:

- неблагоприятные семейные взаимоотношения, связанные с глубоким психологическим дискомфортом, отрицательным психологическим микроклиматом в семье;
- влияние знакомых, родственников и друзей с девиантным поведением, употребляющих психоактивные вещества;
- несправедливое, грубое, жестокое отношение к ребенку в школе;

- отклонения в состоянии психического и физического развития, возрастные кризисы;
- пропаганда насилия и жестокости через средства массовой информации;
- доступность табака, алкоголя, наркотиков.

Положительные факторы социального окружения:

- благополучие семьи (материальное, психологическое), уважение к ребенку, наличие положительных стереотипов поведения, избегание авторитарных стилей воспитания, проведение совместного отдыха, помощь в обучении;
- положительные стереотипы поведения в школе: уважительное отношение со стороны учителей и учеников; использование демократических стилей воспитания;
- пропаганда положительных героев в фильмах, теле- и радиопередачах;
- формирование друзьями и родственниками ребенка положительного стереотипа поведения собственным примером, демонстрация таких общечеловеческих качеств, как доброта, уважение, честность, порядочность. Социальная среда может влиять на ребенка, как положительно, так и отрицательно. Степень влияния социальной среды зависит от авторитета окружающих и самого ребенка.

Положительное влияние:

- занятия спортом, участие в общественной деятельности, хобби;
- установление дружеских отношений;
- развитие положительных личностных качеств;
- прогресс в учебе.

Отрицательное влияние:

- приобретение вредных привычек (курение, алкоголь, наркотики);
- негативное подражание неформальным лидерам;
- развитие негативных личностных качеств;
- регресс в учебе.

Советы родителям:

Старайтесь:

- создавать условия для нормального развития организма ребенка. Он должен соблюдать режим труда и отдыха, достаточно спать, проводить много времени на свежем воздухе, заниматься физкультурой. Умственная нагрузка в школе должна дополняться физическим развитием. Не упустите возможности записать ребенка в спортивные секции, на танцы, в туристический клуб;

- общаться с ребенком как можно больше, проводить с ним досуг, отвечать на интересующие его вопросы. В этом случае ваше мнение останется для ребенка авторитетным, а вы сможете влиять на его взгляды, отношение к себе и миру;
- не навязывать ребенку своей точки зрения, давая ему возможность находить ответы на поставленные вопросы самостоятельно. Спрашивать у ребенка мнение о тех или иных явлениях, подчеркивая, что его мысли важны для вас;
- стать примером для своего ребенка. Если в вашей семье принято уважительное отношение к старшим, приветствуется доброжелательное общение между супругами, ребенок наверняка сохранит это в памяти и реализует в собственной семье;
- научить ребенка конструктивно решать конфликты, находя компромиссы, без драк, скандалов, разрыва отношений с друзьями. Объяснить ему, что использование физической силы допустимо только как самозащита в ответ на физическую агрессию. Воспитание толерантности у подростков позволяет избежать серьезных проблем в зрелом возрасте, таких, как применение насилия, совершения противоправных действий;
- не допускать формирования у ребенка интереса к сигаретам или употреблению алкогольных напитков; информировать о последствиях курения и алкоголизма.

Буллинг.

*Буллинг представляет собой длительное физическое или психическое насилие со стороны индивида или группы в отношении индивида, который не способен защитить себя в данной ситуации.*

**Кто же находится в группе риска?**

Практически любой человек. Проявление буллинга: шантаж, вымогательства, угроза применения физического насилия, порча домашних работ, психологическая травля.

Наблюдается склонность приписывать роль зачинщиков исключительно детям, но не учителям. В проведенных исследованиях, по данным опроса учащихся, при буллинге доля учителей, позволяющих себе издевательства в отношении учеников, составила 10%. Существует и обратная тенденция: некоторые учителя считают, что подвергаются издевательствам со стороны учеников. В действительности буллинг - процесс намного более сложный, чем стереотипное представление о жертвах и преследователях.

**Каковы причины буллинга?**

Прежде чем перейти к разработке эффективных методов разрешения проблемы буллинга, следует изучить причины и возможные проявления данного явления во всем их многообразии.

В своих исследованиях, посвященных травле, прогулам школы и школьному



хулиганству, И. Лэйн (один из современных исследователей в данной области) указывает на роль личностных, семейных и школьных факторов. В структуре такого социального явления как травля тесно переплетены многие факторы.

1. *Текущее поведение позволяет прогнозировать поведение в будущем.* Начальные формы (образцы) издевательств в значительной мере предвосхищают характер дальнейших взаимоотношений между жертвой и преследователем.

2. *Излюбленный стиль поведения.* Личностные особенности накладывают сильный отпечаток на стиль поведения. В частности, лица, характеризующие себя как расчетливых, устойчивых экстравертов, имеют повышенную склонность к участию в деятельности, связанной с насилием. Такое качество, как расчетливость, служит важной характеристикой участия в буллинге и совершения преступлений, связанных с насилием. Такие индивиды обладают склонностью к насилию.

3. *Множественный стресс.* Лица, вовлеченные в процесс школьной травли, как правило, обременены множеством проблем. Плохое здоровье, низкий социальный статус, неудовлетворительные отношения со сверстниками, большие семьи, выраженное социальное неблагополучие, а также низкие компенсаторные возможности семьи - все это весьма характерно для жертв буллинга.

4. *Позиция школы.* Тем не менее, выраженность и продолжительность буллинга главным образом определялась именно позицией школьной администрации.

Для мальчиков травля чаще всего является частью социального взаимодействия, связанного с борьбой за власть, в то время как для девочек источником агрессивных действий чаще всего являются отношения привязанности.

- Видео-ролик «Буллинг»

\* Раздаются буклеты «Родителям о социальное влияние» и «Буллинг в школе».

- Упражнение «Идеальный родитель и ребенок».

Лист бумаги делится на две части и записываются качества идеального родителя и ребенка. Затем они зачитываются, и ведущий предлагает ответить на вопрос: «Где и когда вы видели такого ребенка и родителя?» После ответов участников листы рвутся и выбрасываются».

Домашнее задание: В течение следующих недель постараться отследить и посчитать количество эмоционально "теплых" и «холодных» высказываний по отношению к ребенку. Попробовать обнимать ребенка не меньше четырех раз в день (не считая утренние приветствия и поцелуи на ночь).

- Упражнение «Зато он...»

Несмотря на то, что психологи говорят, что любить надо не «за что-то», а просто так или «вопреки чему-то», любим мы чаще всего «за что-то». И если в семье несколько детей, то и любим их по-разному. Дети это тонко чувствуют, и часто мы слышим от них упрек: «Ты любишь Диму больше, чем меня!». Попробуйте объяснить, что не больше или меньше, а просто по-другому. Для этого я предлагаю вам на левой половине листа написать все минусы вашего сына (дочери), или нескольких детей, или того из них, кого вы считаете наиболее «проблемным». На правой стороне листа – все его плюсы.

После того как участники тренинга выписали плюсы и минусы своих детей, они оглашают их следующим образом:

«Мой Юра очень упрям, зато он настойчив в достижении цели. Мой Юра ленивый, зато он очень добрый» и т.д.

Далее участникам предлагается разорвать листки вдоль пополам, оставить у себя половинки с плюсами, а половинки с минусами выбросить в мусорную корзину.

- Упражнение «Мешочек обратной связи» (рефлексия)

Психолог предлагает всем высказаться через написание своих пожеланий на картонных мешочках с названием «Позитив» и «Негатив»: все свои тревоги, недовольство, сомнения написать в «мешочке негатива», а свои мечты, пожелания, комплименты, чувства и настроения написать в «мешочке позитива». Потом мешочек «Негатива» торжественно под аплодисменты уничтожается, а мешочек «Позитива» водружается на видное место для эмоциональной подпитки участников в дальнейшем. Психолог предлагает желающим проговорить, то о чем они написали.

И завершить нашу встречу традиционно мы хотим просмотром видеоролика.

- Видеоролик «Письмо отца к сыну...» (6 мин)

*Педагог-психолог (социальный педагог):*

Сегодня у нас заключительная встреча. Скажите, пожалуйста, помогли ли вам в чем-то наши занятия, и в чем? Какие важные знания или умения вы приобрели?

Мы по традиции раздадим вам листочки, где вы подробно сможете описать свое отношение к нашим встречам. Может быть, у вас есть пожелания относительно улучшения нашей программы, подскажите, какими важными темами нужно дополнить занятия и т.д. Уходя, приклейте, пожалуйста, свой листочек на наш ватман.

Спасибо, что были все это время с клубом «Мы и наши дети»!

Помните, что в школе есть социально-психологическая служба, куда вы можете обращаться с любыми вопросами.