

Удостоверение
В.И. Б.И.
«09» сентября
приказ № 95/4 от 31.

Утверждаю:

«09» сентября 2018 г.

Приказ № 95/4 от 31.08.2018 г.

«Формирование детско-родительских позитивных отношений»

Федулова Ирина Анатольевна

**"Человек рождается не для того, чтобы
исчезнуть никому неизвестной
пылинкой... Человек оставляет себя
прежде всего в человеке. В этом
высшее счастье и смысл жизни. Если
ты хочешь остаться в сердце
человеческом - воспитай своих детей".
В.А.Сухомлинский**

Основная идея программы

Программа «Формирование детско-родительских позитивных отношений» относится к профилактическим психолого-педагогическим программам и направлена на профилактику трудностей взаимоотношений в системе «родитель-ребенок», нарушений эмоционально-личностной сферы ребенка.

Детство - незабываемая пора в жизни каждого человека, один из самых интересных и замечательных периодов в развитии ребенка. Ведущую роль в это время играет взрослый. Именно с близким взрослым (мамой, папой, бабушкой и другими родственниками) ребенок встречается на первых этапах своей жизни и именно от них и через них знакомится с окружающим миром, впервые слышит человеческую речь, начинает овладевать предметами и орудиями своей деятельности, а в дальнейшем и постигать сложную систему человеческих взаимоотношений.

Поведение взрослого постоянно обуславливает активность поведения и деятельности ребенка. Установлено, что если родители расположены к ребенку, радуются вместе с ним его успеху и сопереживают неудачи, то ребенок сохраняет хорошее эмоциональное самочувствие, готовность действовать и преодолевать препятствия.

В условиях установления положительных взаимоотношений с родителями ребенок доверительно относится к ним и другим людям, легко вступает в контакт с окружающими. Отчужденное отношение родителей к ребенку значительно снижает его социальную активность: ребенок замыкается в себе, становится скованным, неуверенным, готовым расплакаться или начинает выплескивать свою агрессию на сверстников. Большинство детей в условиях отчужденного отношения со стороны родителей прекращают начатую деятельность, становятся вялыми и безразличными. Часть детей, напротив, может увеличить темп работы, но при

этом продуктивность деятельности все равно резко падает. Негативное отношение родителя, которое он демонстрирует ребенку, вызывает у ребенка типичные реакции: ребенок или стремится преодолеть барьер отчуждения и установить контакт с ним, или сам замыкается и старается избежать общения. Для гармоничного душевного состояния детей чрезвычайно важно, чувствуют ли они в семье любимыми, значимы ли они для родителей.

«Счастливы вместе: как стать другом своему ребенку»

Форма организации: семейный клуб

Вид деятельности: мини-лекции, тренинг, досуговое общение.

Направление воспитания: социально-нравственное.

Пояснительная записка

«Ребенок не вода, которая должна принять форму сосуда, но факел, который нужно зажечь».

Семья — это система, в которой ребенок получает основные установки, оказывающие непосредственное влияние на формирование особенностей его личности. В семье закладываются основы для нравственного развития подрастающей личности, здесь подросток вовлекается в основные виды деятельности: умственную, трудовую, учебную и социальную. Многих современных родителей интересует вопрос: как стать другом своему ребенку. Достичь этого можно тогда, когда между вами и всеми членами вашей семьи царит взаимопонимание и гармония. Если каждый член семьи относится к ребенку как к самостоятельной личности, доверяет ему, поощряет его инициативность и способствует формированию чувства ответственности, то и результаты такого воспитания будут соответствующими. Дружба родителей и детей — это особые отношения, которые требуют, прежде всего, взаимного уважения, умения взрослого понимать ребенка, сопереживать ему, проявляя такт в общении с ним. В то же время родитель остается старшим, опытным, ответственным за жизнь, дела, развитие своего ребенка. Как то и другое можно сочетать в отношениях с детьми, как стать для них источником опыта, который они принимают добровольно? Лучший путь — постараться встать на место ребенка, вспомнить собственное детство и с позиции сегодняшнего опыта дать совет. Родительский клуб - это возможность, повышая свою родительскую компетентность, с успехом преодолевать все трудности роста вашего ребёнка. Это возможность, постоянно повышая свою родительскую квалификацию, стать ещё более успешным и в других сферах своей жизни.

Цель: формирование позитивных детско-родительских отношений, воспитание в родителях культуры общения с детьми, основанной на взаимном уважении всех ее членов.

Задачи:

- Формирование образа позитивного родителя.
- Приобретение родителями знаний о возрастных особенностях и потребностях детей.
- Обсуждение с родителями типичных ошибок в воспитании детей и их последствиями.
- Осознание личной ответственности за будущее ребёнка.
- Осознание семьи, как системы, которая проживает особый сценарий.
- Поиск ресурсов для улучшения детско-родительских отношений.

Для решения указанных задач программа предусматривает две **формы работы:**

1. детско-родительские занятия
2. беседы с родителями (психологическое просвещение в конце занятия).

Принципы организации детско-родительских занятий.

1. Создание специально организованного пространства для занятий, подбор инвентаря и пособий в соответствии с психологическим возрастом учащихся.
2. Соблюдение структуры и регулярности занятий, постоянство состава группы.
3. Обязательное присутствие взрослого вместе с ребенком.
4. Добровольность посещения занятий.
5. Сознательность и активность участников группы для лучшего усвоения новых знаний, умений и навыков.

Принципы работы ведущего группы.

1. Соблюдение прав и свобод участников группы.
2. Организация безопасного пространства для занятий во избежание получения травм кем-либо из участников группы.
3. Создание доверительной атмосферы в группе для предоставления возможности самораскрытия ее участникам.
4. Соблюдение всеми участниками группы правила конфиденциальности получаемой информации.
5. Оказание психологической поддержки родителям, ориентировка на их ресурс.

Учебно-тематический план (категория участников -7-10 лет)

№	Наименование разделов и тем	Количество часов (практические занятия)
1	«Давайте познакомимся!»	2 часа
2	«Приходи, сказка!»	2 часа
3	«Разноцветный мир чувств»	2 часа
4	«Моя семья и все-все-все»	2 часа
5	«До свидания, друг»	2 часа
Всего аудиторных часов		10 часов

Структура и содержание занятий

Занятие №1 «Давайте познакомимся»

Этап	Цели и задачи	Время	Содержание работы	Методы и форма проведения
Предварительный	Освоение пространства	7 мин.	Участники группы заходят в зал, знакомятся с пространством. Дети самостоятельно играют в игрушки и пособия. Ведущий всех сопровождает, создает позитивный настрой, рассказывает, что будет происходить на занятиях.	Свободное взаимодействие
Приветствие	Приветствие участниками друг друга.	1 мин.	«Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!». (с этого приветствия стартуют все занятия).	Приветствие ведущего и участников группы.
Знакомство	Знакомство, создание позитивного настроения.	10 мин.	Упражнение «Снежный ком»: каждый участник по кругу называет свое имя и показывает любое движение. Задача остальных участников – запомнить всех.	Групповое взаимодействие.

Разогрев	Установка правил поведения в группе.	5 мин.	Ведущий озвучивает участникам правила группы (Приложение 1).	Работа с группой.
	Прояснение родительского запроса.	10 мин.	Прояснение ожиданий родителей, их актуального состояния. У детей – цвет настроения.	Беседа с родителями.
Основная часть	Работа в детско-родительской паре: формирование нового знания того, как члены семьи видят друг друга.	15 мин.	Упражнение «Мне нравится в тебе...»: мама записывает на листке бумаге то, что ей нравится в ребенке, а он в это время думает, что его маме нравится в нем. Обсуждение в парах. Затем – презентация в круг.	Работа в детско-родительских парах
	Формирование семейной идентичности.	10 мин.	Игра «Дедушка Мазай»: каждая семья играет за себя, показывает действие, а остальные – угадывают.	Семейное взаимодействие
	Отработка навыков сотрудничества семей между собой.	15 мин.	«Игровой парашют». «День-ночь»: взрослые держат парашют, дети прячутся под него. Когда парашют поднимается вверх со словом «День», дети бегают, шумят; «Ночь» - прячутся под парашют и засыпают. «Прятки»: все держат парашют, закрывают глаза и по команде ведущего один из игроков незаметно прячется под парашют. Выигрывает тот, кто быстрее всех угадал, кто же спрятался.	Коллективное взаимодействие

	Возвращение в детско-родительскую пару, закрытие границ семьи.	10 мин.	«Мы вместе любим, творим, мечтаем...» (каждая семья говорит о себе)	Детско-родительское взаимодействие
Завершение занятия	Формирование навыка общения детей друг с другом	15 мин.	Дети самостоятельно играют в предложенные игрушки и пособия.	Спонтанное взаимодействие детей между собой
	Информирование родителей.		Мамы работают с преподавателем. Темы: «Достаточно хорошая мать», «Язык принятия и язык непринятия». Упражнение «Я очень хороший!», «Мы очень хорошие!»: эта фраза проговаривается в общем кругу хором — сначала тихо, затем громче и очень громко.	Беседа с родителями
	Повышение самооценки и уверенности себе.	10 мин.	Упражнение «Свечка зажигается для...» (имя мамы и ребенка). Ребенок задувает свечку со словами: «Я подую на свечу, я домой теперь хочу!».	Работа в кругу.
	Позитивное завершение	5 мин.	«До свидания, до свидания, с вами было хорошо. До свидания, до свидания, приходите к нам еще!» (этим прощанием заканчиваются все занятия, кроме последнего).	Групповое взаимодействие.
	Прощание	1 мин.		

Занятие №2 «Приходи, сказка!»

Этап	Цели и задачи	Время	Содержание работы	Методы и форма проведения
Приветствие	Приветствие участниками друг друга.	1 мин.	«Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!».	Приветствие ведущего и участников группы.
	Ввести в работу группы, переключить состояние родителя на «здесь и сейчас».	5 мин.	Прояснение актуального состояния родителей, с чем пришли сегодня. У детей – цвет настроения.	Работа с родителями.
Разогрев	Продолжение знакомства, создание позитивного настроения.	7 мин.	Упражнение «Угадай, кто?»: ведущий загадывает одного участника группы и любым образом характеризует его (самое короткое имя, прошлый раз показывал определенное движение, пришел в шортах и др.), остальные угадывают и называют имя.	Групповое взаимодействие.
Основная часть	Налаживание конструктивной коммуникации между членами семьи.	15 мин.	Упражнение «Пойми меня»: мама с помощью слов, мимики и жестов объясняет ребенку того сказочного героя, который изображен на ее карточке, а малыш угадывает. Затем наоборот.	Работа в детско-родительских парах.
	Формирование		«Инсценировка	Групповая работа.

	семейной идентичности.	30 мин.	сказки»: каждая семья показывает или рассказывает фрагмент сказки, подготовленный заранее. Остальные – угадывают сказку.	Семейное взаимодействие.
	Отработка навыков сотрудничества участников группы между собой.	15 мин.	«Игровой парашют». «Поменяйся местами»: все вместе поднимают парашют вверх, а двум участникам нужно быстро поменяться местами, пробежав под ним. Причем ведущий называет не имена участников группы, а имена сказочных героев, присвоенных каждому человеку. «Водоворот»: в центр парашюта кладется легкий резиновый мяч. Держась за ручки, все участники вместе создают волну так, чтобы мячик начал крутиться по кругу, не выпадая из парашюта.	Коллективное взаимодействие
	Возвращение в детско-родительскую пару, первичная сепарация ребенка.	10 мин.	«Мне сегодня больше всего понравилось... (мама и ребенок говорят каждый за себя)».	Детско-родительское и групповое взаимодействие.
Завершение занятия	Формирование у детей умения играть «рядом» и «вместе».	20 мин.	Дети самостоятельно играют.	Спонтанное детское взаимодействие.

	Проверка домашнего задания.		Мамы рассказывают о домашнем задании: что было сложно, а что получилось.	Беседа с родителями.
	Психологическое просвещение родителей.		Родители задают ведущему вопросы по занятию.	
	Позитивное завершение.	10 мин.	Новая информация об «активном и пассивном слушании».	
	Прощание.	1 мин.	Упражнение «Я очень хороший!». Упражнение «Свечка зажигается для...».	
			«До свидания...».	Работа в кругу
				Групповое взаимодействие

Занятие №3 «Разноцветный мир чувств».

Этап	Цели и задачи	Время	Содержание работы	Методы и форма проведения
Приветствие	Приветствие участниками друг друга.	1 мин.	«Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!».	Приветствие ведущего и участников группы.
Разогрев	Ввести в работу группы, переключить состояние родителя на «здесь и сейчас».	5 мин.	Прояснение актуального состояния родителей, с чем пришли сегодня. У детей – цвет настроения.	Родительское и детское взаимодействие.
	Создание позитивного настроения, введение темы занятия.	15 мин.	Какие чувства вы знаете? (радость, грусть, страх, злость, стыд и вина, отвращение...). Ведущий задает	Групповое взаимодействие

			вопросы о том, чему можно радоваться, от чего грустить, чего бояться, и др. Участники группы отвечают по очереди, бросая друг другу мячик. Каждый участник говорит от себя про каждое чувство.	
Основная часть	Формирование семейной идентичности	30 мин.	Обсуждение выполнения задания «Солнечный круг». Какие чувства испытали при его выполнении?	Коллективное и семейное взаимодействие
	Знакомство с чувствами, формирование рефлексии	20 мин.	Упражнение «Мой внутренний мир». Группе предлагается пособие «Азбука настроений»: семья должна выбрать себе героя (мышка, рыбка и др.), от лица которого будет играть. Задача: изобразить чувство, а остальные участники группы угадывают. Например, первая семья показывает, как две рыбки злятся, боятся, радуются... Как можно справиться с «негативными» чувствами? (обсуждение в кругу).	Групповое взаимодействие
	Отработка навыков сотрудничества,	15 мин.	«Игровой парашют». «День – ночь», «Прятки». Игра	Коллективное взаимодействие

	умение действовать в команде. Закрепление семейной идентичности, закрытие границ семьи.	10 мин.	«Кошки-мышки»: кошка, сидя на парашюте, ловит мышку, бегающую под парашютом. «Мы вам желаем...» (каждая семья говорит свое пожелание другим участникам), бросая мячик.	Семейное взаимодействие
Завершение занятия	Отработка навыков совместной игры. Психологическое просвещение.	15 мин.	Дети самостоятельно играют в предложенные игрушки и пособия. Тема работы с родителями: «Поощрения и наказания», «Я-сообщения» и «Ты-сообщения». Домашнее задание.	Спонтанное взаимодействие детей друг с другом Беседа с родителями
	Позитивное завершение.	10 мин.	Упражнение «Я очень хороший!». Упражнение «Свечка зажигается для...»	Групповое взаимодействие
	Прощание.	1 мин.	«До свидания...».	Коллективное взаимодействие

Занятие №4 «Моя семья и все-все-все»

Этап	Цели и задачи	Время	Содержание работы	Методы и форма проведения
Приветствие	Приветствие участниками друг друга.	1 мин.	«Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!».	Приветствие ведущего и участников группы.

Разогрев	Ввести в работу группы, переключить состояние родителя на «здесь и сейчас».	5 мин.	Актуальное состояние родителей, с чем пришли сегодня. У детей – цвет настроения.	Групповое взаимодействие.
	Создание позитивного настроения.	10 мин.	«Поменяйтесь местами те, кто...» (семейная тематика: у кого есть сестра, у кого бабушка печет вкусные пирожки...).	Групповое взаимодействие.
Основная часть	Формирование семейной идентичности.	30 мин.	Обсуждение домашнего задания: просмотр семейных фотоальбомов, разговор о близких людях для ребенка и его семьи.	Семейное и групповое взаимодействие.
	Работа в детско-родительской паре.	15 мин.	Упражнение на доверие «Слепой и поводырь»: ребенку и родителю по очереди платком завязываются глаза. «Поводырь» ведет «слепого» по залу, в котором созданы препятствия (стулья, веревки и др.). Затем – смена ролями и обсуждение.	Коллективное и детско-родительское взаимодействие.
	Отработка навыков сотрудничества, умение действовать в команде.	15 мин.	«Игровой парашют». «Поменяйся местами», с называнием имен участников группы. «Семейное путешествие»: мы все вместе отправились плавать	Групповое взаимодействие.

			по океану! На океане небольшой бриз: легонько трясем парашют; а теперь поднялся ветер, волны стали сильнее и выше. Пошел дождь: прячемся под парашют; подул ураганный ветер: сильно трясем парашют. Засветило солнце: парашют высоко - высоко и волны успокоились: кладем парашют на землю.	
	Возвращение в детско-родительскую пару, закрытие границ семьи.	15 мин.	Взрослый и ребенок говорят в круг: «Для меня сегодня самым важным было...»	Детско-родительское и групповое взаимодействие.
Завершение занятия	Отработка навыков совместной игры.	15 мин.	Дети самостоятельно играют.	Коллективное взаимодействие.
	Психологическое просвещение.		Обсуждение, что удивило в домашнем задании. «Констатирующие и воодушевляющие высказывания».	Беседа с родителями.
	Позитивное завершение.	10 мин.	Упражнение «Я очень хороший!». Упражнение «Свечка зажигается для...».	Групповое взаимодействие.
	Прощание.	1 мин.	«До свидания ...».	

Занятие №5 «До свидания, друг!»

Этап	Цели и задачи	Время	Содержание работы	Методы и форма проведения
Приветствие	Приветствие участниками друг друга.	1 мин.	«Здравствуйте, здравствуйте, здравствуйте, все!».	Приветствие ведущего и участников группы.
	Ввести в работу группы, переключить состояние родителя на «здесь и сейчас».	5 мин.	Актуальное состояние родителей, с чем пришли сегодня. У детей – цвет настроения.	Групповое взаимодействие.
Разогрев	Создание позитивного настроения.	10 мин.	Игра «Мне нравится в тебе...»: ведущий бросает мяч любому участнику группы, говоря, что ему нравится в этом человеке. Тот, кто поймал мяч, со своими словами бросает его следующему.	Групповое взаимодействие.
Основная часть	Завершение формирования семейной идентичности.	30 мин.	Демонстрация Герба семьи, рассказ о семейных традициях и о том, чем эта семья особенная.	Семейное взаимодействие.
	Закрепление навыков сотрудничества, умение действовать в команде.	15 мин.	«Игровой парашют». Играем в игры с предыдущих занятий, которые больше всего понравились.	Групповое взаимодействие.
	Возвращение в детско-родительскую пару, закрытие границ семьи.	10 мин.	Упражнение «Волшебный стул»: мама с ребенком, сидя на стуле и загадывают желание.	Детско-родительское и групповое взаимодействие.

	Прощание с группой.	15 мин.	Упражнение «Ладони-отпечатки»: каждая семья получает лист бумаги А3 и подписывает его. Затем, каждый участник группы берет фломастер, и обводит свою ладонь на листах других семей, внутри которой пишет пожелание или рисует любое изображение.	Коллективное взаимодействие.
Завершение занятия	Индивидуальная работа.	10 мин.	Дети разукрашивают свой лист с ладонями.	Коллективное взаимодействие.
	Завершение, подведение итогов.		Обсуждение домашнего задания.	Беседа с родителями.
	Позитивное завершение.	15 мин.	Что бы вы пожелали новым участникам группы, которые только придут на занятия?	Групповое взаимодействие.
	Прощание.	1 мин.	«До свидания, до свидания, спасибо всем!».	

Правила группы.

1. Конфиденциальность.
2. Правило «стоп»: в любой момент участник группы может отказаться от выполнения предложенного задания.
3. Не нанесение физического и психического вреда другим участникам группы.
4. Говорить про себя и по одному.
5. Адресное обращение к участникам и ведущему группы.

Неэффективные самодолженствования.

Прочитать и отметить, какие из приведенных самодолженствований характерны для вас:

- Я должен присматривать за тем, чтобы мой ребенок нормально развивался и вел себя вполне определенным образом.
- Я обязан руководить моим ребенком, а он – следовать моим указаниям.
- Я обязан заботиться о ребенке. В конце концов, он не виноват, что появился на свет.
- Если мой ребенок попадет в беду, я должен вызволить его из этой беды.
- Я должен жертвовать ради него всем, ибо его потребности важнее моих.
- Я должен быть начеку по отношению ко всем опасным ситуациям и защищать от них ребенка, обеспечивая его безопасность.
- Это моя обязанность оберегать моего ребенка от страданий, неприятностей, ошибок и неудач.

Самодолженствования – это нерациональные суждения, ограничивающие нашу свободу и формирующие ригидные родительские позиции. Очень многим родителям трудно передать ребенку ответственность за его жизнь потому, что они стремятся быть хорошими родителями, подразумевая под то, что было перечислено выше.

«Должен - или хочу?». Замените в приведенных выше высказываниях слова «должен», «обязан» на «хочу».

Какие чувства возникают при произнесении этих фраз?

Учебно-тематический план (категория участников -10-14 лет)

№ п. п.	Название темы	Количество часов	Формы проведения
1.	Искусство воспитания в современном мире: - Трудности воспитания. Причины их возникновения. - Особенности воспитания в современном обществе. - Что такое родительский авторитет? Как его завоевать?	1ч 35 – 45 минут 1ч	Семинар-консультация для родителей Тест «Какой я родитель?» Дебаты: «Что такое родительский авторитет? Как его завоевать?»

2.	Успешный родитель:какой он? - Миф об «идеальном» родителе. - Позитивный родитель. Какой он? - Секреты успешности в родительской роли. - Как стать другом своему ребёнку.	40 мин 1 ч	Лекция – беседа «Знаете ли вы своего ребенка». Беседа для родителей «Роль общения с детьми».
3.	«Техники эффективных родительско-детских отношений».	1 ч 45 мин 1 ч 20мин	Беседа. Дискуссия «Кто больше нуждается в заботе?» Компромисс – как способ выхода из конфликта. Дискуссия «Кто больше нуждается в заботе?»
4.	Конфликты и стили семейного воспитания (для родителей) Рекомендации для родителей «Как стать другом своему ребенку»	1 ч 2 ч	Беседы, тесты, просмотр м/ф «Конфликт» Практические рекомендации для родителей по налаживанию отношений с ребенком в семье.
5.	Способы разрешения конфликтов (для учащихся)	1ч 30мин 50 мин	Практические занятия. Разыгрывание сюжета «Семья».
6.	Счастливая семья (совместное занятие)	40 мин	Тренинг межличностного общения.

Содержание тем

1.Искусство воспитания в современном мире. Семинар-консультация для родителей. Тест: «Какой я родитель?» Дебаты: «Что такое родительский авторитет? Как его завоевать?»

2. Успешный родитель: какой он? Беседа, дискуссия. «Миф об «идеальном» родителе». «Позитивный родитель. Какой он?». «Секреты успешности в родительской роли». «Как стать другом своему ребёнку». Лекция – беседа «Знаете ли вы своего ребенка». Дать родителям знания об особенностях развития ребенка, настроить родителей на наблюдение за детьми; объяснить необходимость учитывать в воспитании характерные для определенного периода особенности. Беседа для родителей «Роль общения с детьми». Дать

родителям знания о роли общения в установлении положительного взаимодействия с детьми.

3.«Техники эффективных родительско-детских отношений». Техника принятия, доступного для ребенка выражения собственных чувств, активного слушания, я – сообщения. Компромисс – как способ выхода из конфликта. Дискуссия «Кто больше нуждается в заботе?»

4. «Конфликты и стили семейного воспитания». Просмотр м/ф «Конфликт». Изучение стилей семейного воспитания. Родительские позиции. Беседа о конфликтах в семье. Рекомендации для родителей «Как стать другом своему ребенку» Выработать практические рекомендации для родителей по налаживанию отношений с ребенком в семье.

5.Способы разрешения конфликтов. Импровизация различных конфликтных ситуаций и нахождение правильных путей преодоления конфликта. Беседа о конфликтах детей с родителями, дебаты «Ты должен родителям». Разыгрывание сюжета «Семья». Вызвать и закрепить игровые действия, уточнить представления детей о взаимоотношениях в семье.

6.Счастливая семья. Секрет счастливой семьи, в чем он заключается? Один из них – секрет общения. Тренинг межличностного общения. Учить выполнению роли, называть ее, вытекающие из нее действия, обозначать свои действия словом, называть предметы, используемые в игре, включаться в общение со сверстниками, обогащать сюжет игр. Учить построению педагогически правильному общению и отношениям внутри «семьи». Дать правильную модель взаимоотношений между членами семьи.

Планируемые результаты:

- ✓ возрождение традиций семейного воспитания, улучшение микроклимата в семье;
- ✓ повышение педагогической культуры родителей во взаимоотношении с ребенком;
- ✓ родители ощущают себя более компетентными в деле воспитания ребенка;
- ✓ улучшение микроклимата в семье;
- ✓ отсутствие конфликтности, “мирное” разрешение проблем между учащимися и их родителями;
- ✓ повышение степени удовлетворённости родителей результатами работы школы.

ПРИЛОЖЕНИЕ 1.

Законы семьи или как стать другом своему ребенку.

Закон 1. Каждый ребенок, живущий в семье, должен быть любим независимо ни от чего.

Лишенный этого чувства человек не способен уважать своих близких, сограждан, Родину. Однако, при этом нужно помнить, что слепая неразумная материнская любовь (по словам известного русского ученого-педагога П. Лесгафта) «забывает ребенка хуже, чем розги», делает человека безнравственным потребителем.

Закон 2. Каждый ребенок должен жить в атмосфере искренности и доброты.

Иногда родители прибегают ко лжи в самых различных обстоятельствах жизни, считая это спасением во многих жизненных обстоятельствах, например, уход отца из семьи или смерть близкого человека. Всякую фальшь, обман ребенок подмечает с чрезвычайной остротой и быстротой, а подметив, впадает в смущение и подозрительность. Если ребенку нельзя сообщить что-то, то честно и прямо откажите ему в ответе или проведите определенную границу в осведомлении. Только не обманывайте его.

Закон 3. Ребенок должен иметь право на разъяснение и рассуждение.

Во-первых, чтобы слово воспитывало, оно должно оставлять след в мыслях и душе ребенка, а для этого надо учить их вникать в смысл слов, - только тогда можно рассчитывать на эмоциональное воздействие. Во-вторых, надо задумываться над тоном и манерой разговора с детьми. Громкие нравоучения, разбор поступков в присутствии посторонних людей вызывают глухое устойчивое раздражение и нежелание хоть что-нибудь изменить в всей жизни в лучшую сторону или, что еще страшнее, - прямой и открытый протест с проявлением провоцирующей агрессии. В-третьих, ни при каких обстоятельствах не бросайте детям упреки. Одни упрекают ребенка, что он уже большой, а все еще не понимает, что плохо учится. Другие ставят в упрек и возраст, и физическую силу: мол, ты такой большой, а такой хилый и т.д. Основное зло состоит в том, что такого рода упреки вызывают неверие в себя, а это, в свою очередь, расслабляет волю и парализует душу, мешает принимать самостоятельные решения в преодолении трудностей.

Закон 4. Исключение из правил организации жизни в семье безнравственных приемов наказания ребенка.

Наказание имеет воспитательную силу в том случае, когда оно убеждает, заставляет задуматься над собственным поведением, над отношением к людям, но наказание никогда не должно оскорблять и унижать достоинство человека. Искусство порицания состоит в мудром сочетании строгости и доброты.

Закон 5. Закон понимания ребенком слов «можно», «надо», «нельзя».

В разъяснении этого закона можно было бы ограничиться одной фразой, принадлежащей В.А. Сухомлинскому: «Если старшие стремятся удовлетворять любое желание ребенка, вырастает капризное существо, раб прихотей и тиран ближних. Воспитание желаний - тончайшая филигранная работа «садовода» -воспитателя, мудрого и решительного, чуткого и безжалостного».

Закон 6. Традиции и обычаи семьи должны быть окрашены положительными эмоциями.

Чувства не навязываются, а пробуждаются, а пробудить чувства можно лишь искренними совместными и личными переживаниями в семье. Это значит, что в определенной естественной обстановке или при созданных ситуациях у ребенка возникают и проявляются человеческие чувства доброты, желания помочь, соучастие, сопереживание, милосердие, и, наконец, осознанная любовь.

Закон 7. Родители должны демонстрировать своим детям собственную работоспособность и блага, связанные с ней.

Ребенок должен наглядно убедиться, что труд - это не наказание, а возможность сделать свою жизнь лучше. Ребенок должен видеть, что все члены семьи заняты созидательным трудом в меру своих сил и возможностей, что праздность не свойственна членам его семьи, что и от него родные и близкие ждут посильного включения в процесс совместного и созидательного труда.

Закон 8. Закон культивирования в семье положительных привычек и навыков.

Можно много раз говорить своему ребенку о том, что нельзя, например, много есть сладкого, мотивируя тем, что испортятся зубы или потеряется аппетит, а при этом самому на его глазах съедать огромное количество конфет, мотивируя тем, что в родительском возрасте уже вышеизложенные проблемы не страшны. Можно много говорить о вреде курения, например, для детского организма, а самому при этом курить почти не скрывая это от ребенка. Такие примеры - это провокация со стороны взрослых, в лучшем

случае, а в худшем - подталкивание на подражание не только действием, но и в аморальном аспекте (ребенок учится двойным стандартам, лжи, фальши).

Закон 9. Ребенок должен общаться с нравственными людьми.

Существует замечательная русская поговорка: «от осины не родятся апельсины». Для того, чтобы ребенок вырос нравственно здоровым, его необходимо максимально оградить от контакта с безнравственными людьми. У ребенка существует, пожалуй, единственный способ овладения знаниями и опытом в семейном окружении - это имитация. Дети подражают своим родителям, пытаются воспроизвести все действия и поступки окружающих его близких людей. Только к семи годам ребенок вырабатывает свои собственные нравственные основания и может оценивать поведение и поступки не только свои, но и всех окружающих. Именно поэтому существует необходимость строго контролировать каждый свой шаг, чтобы не послужить детям примером безнравственного поведения.

Закон 10. Родители должны демонстрировать красоту своих отношений.

Учитывая огромный и порой весьма скверный поток информации о свободе любовных отношений, родителям следует обращать внимание на целомудрие семейных уз. (Для уточнения целевого использования терминологии позволим себе процитировать значение слова «целомудрие» из энциклопедии «Кругосвет»: Целомудрие - положительная моральная характеристика человека, которая раскрывается в соблюдении сознательного самозапрета на познание, переживание и совершение всего того, что может ослабить или разрушить способность противостоять и сопротивляться злу.

- из толкового словаря русского языка под ред. Т.Ф. Ефремовой: Целомудрие: 1) устар. Девственность, невинность. 2) перен. Строгость в нравственном отношении; добродетель.)

Красивые взаимоотношения, основанные на уважении всех членов семьи, способны воспитать в ребенке силу воли, уберечь его от необдуманных поступков и непредсказуемых последствий; дают силы для того, чтобы научиться управлять своими желаниями; дают непоколебимую уверенность в правильности выбранного пути. Однако, надо быть до конца честным, для начала, по отношению к себе. Даже идеально стараясь соблюдать все вышеизложенные Законы семьи, трудно избежать наказания или порицания ребенка в процессе воспитания его личности. Выйти из ситуации, когда вдруг покажется, что нужно применить наказание, или предупредить ситуацию помогут вам, как мы очень верим и надеемся, следующие советы детских психологов и педагогов.

Прежде всего - просто постарайтесь сдержаться от сиюминутного проявления гнева и жестокости.

1. Прислушивайтесь к своему ребёнку, старайтесь услышать и понять его. Вникните в проблему ребёнка. Не обязательно соглашаться с точкой зрения ребёнка, но благодаря родительскому вниманию он почувствует свою значимость и ощутит своё человеческое достоинство. Пожалуйста, помните, что перед вами маленький, беззащитный, зависимый от вас человек, не имеющий права ответить адекватно на вашу жестокость.

2. Принимайте решение совместно с ребёнком, а также дайте ему право принимать самостоятельные решения: ребёнок охотнее подчиняется тем правилам, которые устанавливал он сам. (При этом мы не отрицаем, что некоторые решения могут принимать только родители.) Предоставьте ребёнку право выбора, чтобы он реально почувствовал, что волен сам выбирать из нескольких возможностей.

3. Постарайтесь предупредить ситуацию или изменить её так, чтобы ребёнку не нужно было бы вести себя неправильно.

4. Предоставляйте ребёнку возможность отдохнуть, переключиться с одного вида деятельности на другой.

5. Требуя что-то от ребёнка, давайте ему четкие и ясные указания. Но не возмущайтесь, если ребёнок, может быть, что-то не понял или забыл. Поэтому снова и снова, без раздражения, терпеливо разъясняйте суть своих требований. Ребенок нуждается в повторении.

6. Не требуйте от ребенка сразу многого, дайте ему постепенно освоить весь набор ваших требований: он просто не может делать всё сразу.

7. Не предъявляйте ребёнку непосильных требований: нельзя от него ожидать выполнения того, что он не в силах сделать.

8. Не действуйте сгоряча. Остановитесь и проанализируйте, почему ребенок ведет себя так, а не иначе, о чем свидетельствует его поступок.

9. Подумайте, в чем трудность ситуации, в которую попал ребёнок? Чем вы можете ему помочь в этой ситуации? Как поддержать его? Как его успокоить?

Начните разговор с добрых и поддерживающих ребенка слов.

ПРИЛОЖЕНИЕ 2.

СКОЛЬКО СВОБОДЫ НУЖНО ПОДРОСТКУ.

Когда дети вступают в подростковый возраст, они начинают просить больше свободы. В этот период родители, как правило, мечутся между желанием вырастить самостоятельного и уверенного в себе человека и страхом за его благополучие.

Сколько же свободы надо подростку?

Обойдемся без крайностей.

Некоторые родители предоставляют своим детям полную свободу действий, когда те еще **не готовы принять** ее и нести ответственность за собственную жизнь.

Как стать другом своему ребенку?

Хорошие отношения с родителями сгладят многие трудности переходного периода. [Как построить отношения с подростком?](#)

Другие родители, напротив, лишают детей не только свободы, но и **обязанностей**, которые помогают подростку развить такие качества, как умение принимать решения и оценивать последствия своего выбора.

Подростки – это уже не дети, но еще и не взрослые люди. Им проще оставаться в тесном контакте с родителями, но при этом иметь право на собственную точку зрения в вопросах, которые касаются их непосредственно. Как такой гармонии добиться?

Установите рамки.

Все дети время от времени воюют с ограничениями. Как ни парадоксально, одновременно они очень в них нуждаются.

Установленные границы позволяют подросткам чувствовать себя в безопасности, поскольку ограничения делают жизнь более предсказуемой.

Кроме того, психологи считают, что, если родители ни в чем не ограничивают своих детей, те чувствуют себя нелюбимыми и одинокими.

Трудный возраст.

Половое созревание – это не только [физические изменения](#) в детском организме. [К чему готовиться родителям?](#)

Установить правила для подростков будет гораздо проще, если понятные и разумные ограничения существовали, когда дети были совсем маленькими. В подростковом возрасте вводить их гораздо труднее, хотя ничего невозможного нет.

Дайте право выбирать.

Даже понятие «чистой комнаты» у родителей и подростков может сильно различаться. Решите вместе с ребенком, что вы понимаете под порядком. Это поможет избежать ссор на пустом месте.

Например, договоритесь о том, что в комнате подростка всегда будет чистый пол, а одежда – убрана в шкафы. Местоположение кровати и сюжеты для плакатов на стене пусть определяет владелец комнаты – у него есть право на самовыражение.

Действуйте небанально.

Если вам не изменяет чувство юмора, подросток будет гораздо охотнее принимать ваши правила. Например, если ребенок перестал складывать грязную одежду в корзину для белья или убирать чистую в шкаф – последуйте его же примеру. Соберите все лежащие не на месте вещи подростка в одну большую кучу прямо посреди его комнаты и сообщите, что постирана она будет только тогда, когда окажется в отведенном для грязной одежды месте. Подростки упрямы, но без чистых носков долго не протянешь.

Давайте независимость поэтапно.

Подростку надо привыкнуть к тому, что у него появилась свобода и ответственность за свои поступки. Чем более зрелое и ответственное поведение демонстрирует ребенок – тем больше свободы он может получить. Простой пример – покупка одежды. Сначала подросток выбирает ее в вашем присутствии, затем получает деньги на определенные вещи. Только потом, когда вы убедитесь, что он способен самостоятельно покупать себе необходимое, можно давать ему деньги для самостоятельного обновления гардероба.

Безопасность и здоровье на первом месте.

Самая важная обязанность родителя – сохранить здоровье своего ребенка.

Объясните подростку, что некоторые ограничения, которые вы на него наложили – это не нарушение его прав на свободу, а забота о безопасности.

Любой опыт, полученный в подростковом возрасте (в том числе – [употребление алкоголя](#) и [курение](#)), кажется совершенно уникальным и «взрослым». В то же время забота о здоровье для подростков еще не актуальна, поскольку в юном возрасте серьезные заболевания встречаются редко. Тем не менее, **подросток должен знать**, что и почему может навредить его здоровью или здоровью окружающих, чтобы принять установленные вами ограничения.

Возможно, ваш сын или дочь не испугается рассказа о том, что из-за курения **можно умереть от рака в 45 лет**. Зато подросток точно задумается, если вы случайно оброните фразу о запахе изо рта или [плохой коже курильщика](#).

Вместе работайте на будущее.

С некоторыми вещами бороться не имеет смысла. Ваш сын имеет право ходить в школу с рубашкой навыпуск или в спущенных на бедра джинсах – это никак не повлияет на его будущее.

Более серьезные аспекты жизни ребенка требуют родительского контроля. Так, например, ваш сын и дочь не должны пропускать школу или подготовительные курсы в институт. Это правило, которое нельзя нарушать.

Позволяйте делать ошибки.

Хотите, чтобы ваши дети научились решать проблемы самостоятельно? Для этого у подростка должно быть право на ошибку. Ему придется научиться начинать все сначала и добиваться результата раз за разом.

Позвольте вашему сыну или дочери опоздать с прогулки и получить заслуженный домашний арест. Позвольте порезать любимые джинсы в качестве модного эксперимента.

Главное – обязательно помогите исправить совершенные ошибки. Только не делайте за детей все, иначе они не научатся отвечать за свои поступки.

Самое важное.

В подростковом возрасте ответственность за безопасность и здоровье ребенка по-прежнему лежит на плечах родителей.

Постарайтесь выстроить систему разумных ограничений так, чтобы одновременно уберечь подростка от нежелательного «взрослого» опыта и развить в нем самостоятельность.

- Если ребёнка постоянно критикуют, он учится ненавидеть.
- Если ребёнок живёт во вражде, он учится агрессивности.
- Если ребёнка высмеивают, он становится замкнутым и робким.
- Если ребёнка часто позорят – он учится чувствовать себя виноватым.
- Если ребёнок растёт в терпимости, он учится принимать других.
- Если к ребёнку часто бывают, снисходительны – он учится быть терпеливым.
- Если ребёнка подбадривают, он учится верить в себя.
- Если ребёнка хвалят, он учится быть благодарным.
- Если ребёнок растёт в честности, он учится быть справедливым.
- Если ребёнок живёт с чувством безопасности – он учится верить.
- Если ребёнка поддерживают, он учится ценить себя.
- Если ребёнок живёт в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.

Как стать другом для своего ребенка (рекомендации)

По материалам сайта

http://www.obsheniye.ru/consult_psy/index.html

Первый шаг навстречу

Очень часто на вопрос «Как стать другом для своего ребенка?» родители отвечают: «Ну, какой я друг? Я – родитель...». А что такое друг? Это человек, который имеет свои убеждения, подтверждают свои слова делами, старается помогать ближним, всегда готов поделиться всем, что есть, честен и порядочен. Разве Вы не узнаете себя? Тогда почему Вы не можете стать другом для своего ребенка? Можете. И должны. Потому что именно Вы можете подготовить его к полноценной жизни в сложном, не всегда дружественном, не всегда здоровом мире. Вы хотите, чтобы Ваш ребенок смог сказать «нет» наркотикам, алкоголю, распущенному сексу и другим не очень полезным вещам? Тогда постарайтесь стать для него другом, как бы мал или велик он сейчас не был. Чем большим другом Вы станете для ребенка, тем внимательнее он будет прислушиваться к Вам, тем сильнее захочет жить Вашими ценностями.

Бесспорным является тот факт, что качество жизни во взрослом возрасте определяется взаимоотношениями с родителями в детстве. Если Ваши слова и поступки показывают детям, что они не похожи на других, что Вы их любите такими, как они есть, то став взрослыми, они поймут, что личный успех, положение в обществе, красота и состояние не приносят такого счастья, которое можно испытать в семье.

Поэтапное руководство, помогающее стать другом для своего ребенка

Чтобы добиться поставленной цели, необходимо принять для себя несколько рекомендаций, помогающих стать другом для своего ребенка: любовь; ровное, доброе отношение к ребенку; внимание; воспитание чувства ответственности; родительский авторитет. Кроме того, существует несколько правил, исполнение которых приблизит Вас к цели: ребенка нельзя обманывать; нельзя излишне опекать; нельзя игнорировать; слов недостаточно, нужны дела.

Начинать дружить никогда не поздно! Главное - не бояться и верить в успех, ведь в каждом из родителей скрыт огромный потенциал возможностей

и способностей. Приложите усилия, и Вы увидите удивительные вещи. Вы откроете себя и своих детей заново!

О понимании

Итак, первым делом – понимание, ровное, доброе отношение к ребенку. В идеале – это проявление безусловной любви, когда дети знают: что бы они ни делали и ни говорили, сколько бы ошибок не совершили, папа и мама их все равно любят. Пожалуй, это самый трудновыполнимый пункт плана. Мы, взрослые, любим устанавливать для детей всякие правила. Дети же не подчиняются правилам, для них важно общение. Родители могут принудить детей «вести себя как надо», подталкивать их к правильным поступкам, но нет гарантии, что дети будут любить и слушаться их. Внешне они будут послушны, но в душе может затаиться страх, недовольство и гнев. Если в отношениях с ребенком нет любви и терпимости, ждите неприятностей. Но если Вы проявите терпение, ободрите их, продемонстрируете любовь и внимание, то дети с пониманием откликнутся на Ваши правила. Отсюда следует два правила: воспитание без взаимопонимания ведет к бунту; воспитание плюс взаимопонимание способствует гармонии. И помните: если ребенок не видит постоянства ваших чувств, его самосознание не развивается, а самоуважение – уходит. Дайте ребенку понять, что Вы его любите независимо от поведения.

О том, что Ваш ребенок нужен не только вам!

Почему так важно относиться к ребенку ровно? Дело в том, что Ваш ребенок нужен не только Вам. Он нужен и самому себе! Кто он и какой он, малыш узнает от нас, взрослых. Наши слова и действия по отношению к ребенку сообщают ему эту важную для него информацию. А какие слова и выражения чаще всего используем мы, взрослые, оценивая своего ребенка? У детей, к которым родители относятся ровно, есть гораздо больше шансов развить в себе чувство здорового самоуважения. Они чувствуют себя более уверенными во взаимоотношениях со своими родителями. Они, как правило, подчиняются родительской власти. Ровные отношения непомерно важны. Они дают ребенку чувство уверенности в себе, делают его искренним и откровенным и создают атмосферу доверия между Вами и ребенком.

С другой стороны, неровные отношения возникают, когда ребенком довольны лишь при условии исполнения им родительских требований. Если ребенок слушается, добивается успехов, в чем-то преуспевает, то им довольны. Если же его успехи не соответствуют родительским требованиям,

он начинает чувствовать себя неуверенным, отвергнутым, ненужным, теряет самоуважение. Ребенок перестает быть откровенным, исчезает доверие между ним и родителями.

Если родители не перестают повторять, что ребенок - лентяй и ни на что не годится, то в результате - низкая самооценка, которую зачастую он пытается прятать за агрессивным поведением. Но в глубине души такие дети чувствуют себя неуверенными. Неуверенными в том, что они чего-то стоят, что кому-то нужны. Они стараются добиться успеха в жизни, думая, что надо доказать окружающим и самим себе свою значимость. А ведь у всех детишек есть право быть любимыми и нужными такими, как они есть... А не за то, что они делают, как выглядят или что имеют.

У каждого из нас есть мысленное представление о себе, то есть самооценка. Люди со здоровым чувством собственного достоинства осознают свою значимость. Они знают, что кому-то нужны, что благодаря их присутствию мир становится лучше. Человек со здоровым чувством собственного достоинства общается с другими людьми и ценит их. Такой человек излучает надежду, радость и доверие! С другой стороны, человек с неразвитым чувством собственного достоинства является рабом чужого мнения. Как важно для ребенка чувствовать себя нужным. Он хочет быть нужным тем, кому подражает – родителям и учителям. Если ребенок постоянно слышит: «Ты – размазня!», то совершенно естественно приходит к выводу: «Ничего я не стою, никому я не нужен такой!» Чувствуя себя ненужным, ребенок перестает нравиться самому себе. Именно в этом причина низкой самооценки и недостатка самоуважения. Полная противоположность – ребенок, чувствующий себя нужным благодаря стараниям родителей.

О вреде стандартизации

Несмотря на схожесть возрастных проявлений, следует понимать, что каждый ребенок уникален по своей природе. Воспитывая ребенка, надо принимать во внимание его характер и наклонности, уровень физического и умственного развития. Родителю надо понять, в чем самобытность каждого ребенка. Даже в многодетной семье родители чувствуют, что каждый ребенок не похож на других, но все равно допускают ошибку, воспитывая всех детей одинаково. Возможно, это происходит потому, что в представлении родителей дети должны вести себя одинаково хорошо. Конечно, в каждой семье должны быть свои правила, но дети не могут быть одинаковыми. Каждый ребенок по-своему реагирует на слова родителей. Из

этого следует ещё одно правило: нельзя причёсывать всех под одну гребенку: «стандартизация» разрушает личность ребенка!

Главная задача родителей увидеть в своем ребенке личность, развивать в своем сыне или дочери индивидуальность и воспитывать их соответственно. Даже наказывать детей нужно по-разному. Для одного действенным будет одно, для другого – другое. Родителям надо научиться показывать детям их сильные стороны. Важно, чтобы каждый ребенок увидел свою уникальность и был счастлив. Чтобы каждый был таким, каким его сотворил Бог. Чтобы ребенок осознал себя, увидел свою неповторимость, почаще напоминайте ему: «На свете нет другого такого, как ты!»

Существуют семьи, где родители поощряют детей только за какие-то особые заслуги. Но даже если Вы сами выросли в столь далекой от совершенства атмосфере, это не значит, что Вы не сможете разорвать порочный круг и наладить отношения с собственными детьми. Конечно, ни один человек не способен проявлять «ангельское» терпение, совершенно равно относиться к своим детям. Но нам с Вами просто необходимо научиться любить детей не за заслуги. Мы должны показать нашим мальчикам и девочкам, что им не надо пытаться заслужить родительскую любовь. Но это не значит, что можно позволять детям делать все, что им вздумается. Вседозволенность никогда ничем хорошим не заканчивалась. Но ровные, дружеские отношения с детьми никогда не должны обрываться, иначе к кому ребенок сможет обратиться в трудную минуту?

О том, что не следует строить свою жизнь по чужому проекту!

Как известно, в мире нет двух абсолютно одинаковых людей. Каждый человек единственный в своем роде и уникальность каждого заключена в нем самом. Многие родители ценность человека видят в его внешности, в его достижениях, в его положении в обществе и в богатстве. Конечно, человеку свойственно стремиться к лучшему. Это нормально. Важно другое. Важно, чтобы человек понимал, что ценен он для своих близких не количеством и качеством своих заслуг, не размером наличности в кошельке, не привлекательной внешностью или статусом. Ценность человеческая основывается на том, кто Вы есть, - на Вашей личности. И дети интуитивно это понимают. Если Вы успешный предприниматель или процветающая бизнес-леди, Вам не приходит в голову рассказывать своему ребенку о своих заслугах для того, чтобы он Вас сильнее любил. Когда Вы приходите домой, детские ручонки обвивают Вашу шею, озорные глаза смотрят Вам в лицо. Вы оба рады общению.... А успехи, положение, внешность и деньги здесь

абсолютно ни причем. Эти показатели могут исчезнуть. А останется ли взаимопонимание, доверие и дружба?.. Объясняйте детям, что успехи, внешность, деньги, положение в обществе - это хорошо, но далеко не самое главное в жизни. Объясняйте своим самым любимым и дорогим людям на свете, что не стоит строить свою жизнь по обложкам глянцевого журналов. Это всё чужие проекты. Никогда не обзывайте ребенка, не вешайте ярлыков, не сравнивайте с другими детьми, а особенно с братьями и сестрами. Когда наказываете малыша или подростка, будьте особенно бдительны к своим словам, чтобы у него не создалось ощущение, что Вы его не любите.

Надо уметь просто жить, радоваться солнышку, небу, проливному дождю, холодному ветру, улыбке близкого человека, запаху кофе по утрам... Обо всем этом надо разговаривать с ребенком. Иначе, как он научится всему этому радоваться, да и вообще замечать?

О том, как подобрать ключик к ребенку

Как вы показываете ребенку, что любите его? По способу восприятия информации о том, что их любят, всех людей можно разделить на пять групп: прикосновение, слова поощрения, время, подарки, помощь.

К первой группе относятся люди, для которых значимыми в проявлении любви со стороны другого человека являются прикосновения. Достаточно почаще обнимать таких людей, и они будут в полной уверенности, что они нужны и любимы. Ну, а уж если поцеловать, то счастьем их нет предела. И как следствие - радость бытия.

Ко второй группе относятся люди, для которых слова поощрения важны как воздух. Если они что-то делают и не получают одобрения, то это равносильно для них стрессу рухнувшей надежды. И может закрасться крамольная мысль: «Э-э, да я никому не нужен, и меня никто в этом доме не любит!»

К третьей группе относятся люди, для которых важно понятие «быть вместе». Причем они это понятие воспринимают буквально. Дети этой группы очень остро реагируют и тяжело переживают длительное отсутствие близких им людей. Даже если Вы заняты каким-то своим делом, но ребенок находится с Вами в одной комнате или рядом, ему уже достаточно этого, чтобы ощущать, что Вы его любите и никуда от него не денетесь.

К четвертой группе относятся люди, для которых высшим проявлением любви являются подарки. Неважно какие, большие или пустяковые. Дорого,

как говорится, внимание. У таких людей мысль работает примерно следующим образом: «Что-то мне ничего давно не дарили. Наверное, не любят».

К пятой группе относятся люди, получающие удовольствие от помощи тех, кто им близок и дорог. Очень часто они прекрасно могли бы справиться сами. Но для того, чтобы получить подтверждение, что они любимы, они просят помощи.

Проанализируйте эту информацию, она должна Вам помочь найти ключик к любимой дочке или сыну. А им почувствовать себя нужными и любимыми.

О том, что доброе дело должно быть обязательно отмечено!

Добрые и ровные отношения с детьми очень важны, потому что помогают им понять – жизнь имеет смысл! Человек понимает: важен не только он сам, но и все, что он делает. И дело не в желании похвалы, хотя и это важно. Одобрение помогает понять свою значительность: человек чувствует, что и он и его дела важны для кого-то ещё, помимо него самого. Одобрение важно даже в мелочах! Вот почему родители должны научиться ценить достижения своих детей, не делая при этом погоню за успехами целью их жизни. Можно постоянно делать замечания, а вот похвалить забывать. Можно стараться всегда быть рядом, но лишь для того, чтобы сделать замечание или удержать своего ребенка от неверных, на наш взгляд, поступков и поправлять его на каждом шагу.

К сожалению, мы автоматически скорее реагируем на то, чтобы наказать своего ребенка, чем на то, чтобы похвалить. Постепенно ребенок делает для себя вывод: «Самый быстрый способ добиться внимания родителей – сделать что-нибудь не так».

Как быть? Вместо того чтобы толковать о том, что дети делают неправильно, начните прилагать сознательные усилия, чтобы увидеть то, что дети делают правильно! Смотрите внимательно на своих детей, находите каждый день одно – два качества или поступка, за которые их можно похвалить и сказать доброе слово. Если Ваш ребенок делает уроки, скажите, как вам приятно видеть его усердие. Если малыш или подросток не забыл выбросить мусор, поблагодарите его за это. Если совсем малюсенькие сынок или доченька собирают свои игрушки, скажите, что Вам нравится, как они заботятся о своих игрушках. Тем самым Вы показываете своим детям, что Ваше внимание можно привлечь, делая что-то хорошее, а не наоборот. Некоторые родители считают, что раз у каждого ребенка есть домашние обязанности, то

и его хвалить за такую мелочь, как, например, вынос мусора, не стоит. А почему бы нет? Вам-то приятно, когда Вас хвалят за Вашу работу? А ведь Вы за неё ещё и деньги получаете...

О тонкостях одобрения

Необходимо прикладывать осознанные усилия для того, чтобы заметить хорошие поступки своих детей и похвалить их. Чтобы научиться такому отношению к людям, нужно понять, что все мы любим искреннюю похвалу. К несчастью, многие вырастают, не слыша слов одобрения и похвалы. Они начинают с недоверием относиться к комплиментам, считать их неискренними, думать, что не заслуживают добрых слов. И если дети не уверены в Вашей безоговорочной любви, похвала и одобрение могут им только повредить. Дело в том, что исполнение обязанностей может стать самоцелью для ребенка. А если человек делает достижение успехом смыслом жизни, то неизбежно возникает чувство вины, когда что-то не получается. Но если Вы потерпели в чем-то неудачу, неужели Вы стали от этого хуже? Тогда почему же мы набрасываемся на своего 6-7 летнего малыша, когда он, стараясь, выводит первые буквы. Да, кривые и неровные. Но он старался, пытался изо всех сил. Его похвалить надо за усердие, а мы ругаем. Когда человеку что-то не удастся, возникает не только чувство вины, но и чувство стыда. А стыд настраивает нас против самих себя. Это происходит из-за того, что в жизни нам приходится исполнять какие-либо обязанности. Вот почему следует внушить своему ребенку, что ничто не изменит Вашего к нему отношения, и что Вы его высоко цените. Но следует быть предельно осторожным: начинать нужно с проявления любви, а потом переходить к одобрению. Пусть Ваши дети почувствуют себя уверенно, почувствуют, что их любят, почувствуют свою значимость. Но дети должны знать, что у них есть право на ошибку. Тогда им легче будет реализовать свой потенциал. Пусть наши дети трудятся не ради одобрения, а с удовольствием, ощущая, что чего-то стоят.

Нужно научиться ценить усилия своего ребенка больше, чем его достижения, и ценить достоинства своего ребенка больше, чем его усилия.

Может возникнуть вопрос: «Если столь высоко ценить все усилия ребенка, то не решит ли он, что главное в жизни – исполнять обязанности?» Может быть. Но лучшая профилактика – это постоянно трудиться над тем, чтобы выказать ребенку любовь, а потом по достоинству оценить его.

Очень трудно расставаться со старыми привычками. Стоит на минуту расслабиться, как тут же начинаешь высматривать, что ребенок сделал не так, вместо того, чтобы замечать его хорошие поступки. Менять себя – работа на всю жизнь.

Когда наши дети плохо себя ведут, первый и естественный порыв – поругать их. Но это лишь первый барьер, который надо преодолевать. Второй барьер звучит примерно так: «Меня не часто хвалили, да и любовь не всё время выказывали. Тем не менее, я вырос нормальным человеком». Это всего лишь предлог, чтобы увильнуть от исполнения родительских обязанностей. Третий барьер заключается в приложении множества усилий, чтобы быть другом для своего ребенка и подготовить его к жизни в мире конкуренции.

О несбывшихся надеждах...

Родители возлагают на детей массу надежд. Порой родителям хочется, чтобы дети добились того, что не удалось сделать им самим. Родители как бы хотят прожить жизнь заново в своих детях. От детей требуют, чтобы они оправдывали все родительские надежды. Добавьте сюда требования школьных учителей и сверстников, и жизнь становится просто невыносимой.

Если Ваши дети еще малы, разумнее всего остановиться прямо сейчас и подумать, какие надежды Вы возлагаете на них. Потому что предъявлять к ребенку реальные требования – это одно, а ожидать от него слишком многого – это совсем, совсем другое. Это значит ввести ребенка в порочный круг, где исполнение обязанностей становится целью жизни. Но стремление к совершенству во всем – слишком тяжкий груз, чтобы тащить его всю жизнь. Это может привести к умственному расстройству, анорексии, булимии и даже к суициду.

А какой пример Вы подаете детям? Помогаете ли Вы им измениться, чтобы они могли стать другими, чтобы имели свободу рисковать, искать, узнавать, открывать новое. Как Вы воспитываете детей? Имеют ли они право на неудачу? Или Вы требуете от них во всем добиваться совершенства? Если дети учатся быть осторожными и не рисковать, они никогда не предложат миру ничего гениального. Если они жаждут совершенства, то это совершенство регламентировано и организовано нашими с вами амбициями.

Мы все ориентированы на достижение определенных результатов. А какие цели намечает Ваш ребенок, глядя на Вас, слушая Вас и наблюдая за Вами?

Полезно иметь цель и стремиться к результату. Но если Вы не получаете ни малейшего удовлетворения от самого процесса достижения цели, считайте, что жизнь проходит впустую. К жизни нужно относиться с энтузиазмом и оптимизмом. Научитесь же передавать детям этот оптимизм, а не свои завышенные требования.

О том, как отличить соревнование от соперничества, и что должно быть на первом месте.

Когда ребенка отдают в детский сад или в школу, он попадает в мир конкурентной борьбы. В этом мире очень важен результат. Поэтому родителям необходимо поддерживать ребенка, укреплять его уверенность себе. Нужно показывать, что Вы цените заслуги малыша. Но стоит напомнить, что родительское одобрение всегда должно произрастать из бескорыстной любви к своему ребенку. Когда малыш сталкивается с конкуренцией, лучше всего показать ребенку, что он соревнуется с людьми, а не соперничает с ними. Суть соперничества в том, что один выигрывает, другой проигрывает. Получается, что все в конкурентном мире в каком-то смысле твои враги. Соревнование – это игра. В ней есть четкие правила. Второй игрок – не враг, а союзник. Он помогает максимально проявиться Вашим способностям. И тогда не важно, кто придет к финишу первым. Человек получает удовольствие от самого процесса соревнования. Он соревнуется для того, чтобы максимально развить свои способности. Другими словами соревнование стимулирует человека к личностному росту и совершенствованию, которому, как известно, нет предела. Если родители сумеют внушить своим детям, что нужно максимально использовать свои способности, то помогут им освободиться от порочного круга «победа-поражение» и уловить тонкую грань между соревнованием и соперничеством. Вот почему так важно ценить усилия детей больше, чем список их побед! Когда дети знают, что они важнее для нас, чем все их спортивные и учебные достижения, то они могут расслабиться, почувствовать уверенность в себе и максимально развить свои способности. Они будут знать: успех ли, поражение ли – Вы не измените своего отношения к ним.

О силе объятий

Родители должны помнить, что не только маленькие дети нуждаются в том, чтобы их обнимали, гладили и целовали. В этом проявлении любви нуждаются все, абсолютно все! И взрослые, и дети всех возрастов. Родители больше обнимают и целуют маленьких детей. По мере того, как дети

взрослеют, объятий и поцелуев становится всё меньше. К тому времени, когда дети переходят в средние классы, родители практически перестают их обнимать и целовать. Одна из причин в том, что подростки сами отмахиваются от родителей, как бы говоря, я уже взрослый, мне это не нужно! Не верьте им!!! Они нуждаются в любви! Наши подросшие дети остро испытывают потребность любить и быть любимыми, их часто беспокоит проблема – «я одинок». Каждый родитель несет ответственность за то, чтобы ребенок получил определенную меру любви, иначе он не обретет уверенности в себе, не будет ценить себя. Подростковый возраст – качественно иная стадия развития - обретением самосознания. В этот период дети пытаются собрать воедино всё то, что узнали раньше. Они задумываются: «Кто я такой? Мама хочет, чтобы я учился; папа хочет, чтобы получил профессию. А кем я сам хочу быть? Кому до этого есть дело?» В подростковые годы вопрос самосознания и самоуважения стоит особенно остро.

Задумывались ли Вы, как мало мы разговариваем с нашими детьми, как мало показываем им положительных примеров! Как часто мы говорим нашим детям одно, а делаем совсем другое.

К сожалению, многие люди не способны на любовь, потому что в своё время не познали родительской любви и ободрения, и не примирились с самим собой. А потому они не понимают, что кто-то другой может спокойно относиться к их недостаткам. В результате такие люди замыкаются в себе. Они носят маску, никому не позволяя увидеть свое истинное лицо. Родители часто совершают ошибку, вдавливая детям различные правила. Правила важны и должны быть. Но чтобы ребенок воспринял правила, у него должен быть контакт с родителями. Контакт нужно устанавливать, пока дети еще маленькие. От его наличия зависит, какими будут ваши отношения с подросшими детьми.

Сколько бы раз Вы не обняли ребенка, всегда будет мало. Невозможно «пресытиться» любовью. В таких простых вещах, как объятие, подмигивание, в словах «я тебя люблю», заключена огромная сила. Чтобы стать настоящим другом для своего ребенка, обнимайте его и почаще!!!

О самом важном деле родителей

Все рождаются со способностью любить, но не все умеют любить, потому что не все видят, как любят друг друга самые главные в их жизни люди – родители. Нет сомнения, ребенок обретает уверенность в себе под

влиянием родительской любви. Но также значима и та любовь, которую родители испытывают друг к другу. К сожалению, очень часто в семьях родители не показывают любви друг к другу. Самое популярное решение семейных проблем – развод, но даже если супруги ухитряются оставаться вместе, между ними нет истинной любви.

Главное наследство, которое мы оставим нашим детям – это наша любовь друг к другу. То, как мы обращаемся со своими супругами, говорит громче слов. И если мы неискренни в своих проявлениях, дети сразу заметят любую фальшь. Помните: можно обжулить жулика, обдурить дурака, но обмануть ребенка – невозможно!

Какими способами выразить любовь к своей половине? Советуйтесь с детьми, что подарить папе или маме. Они подскажут много интересных идей. Можно писать коротенькие милые записочки на липких разноцветных бумажках и наклеивать их там, куда может упасть взгляд любимого человека. Если вы частенько бываете в отъезде, чаще звоните своим детям и супруге (супругу), потому что каждый звонок сообщает ребенку и Вашей половине, что Вы их любите.

Если Ваш ребенок слишком часто дерзит своему отцу или матери, стоит сказать, что Вы не позволите ему (ребенку) в подобном тоне разговаривать с Вашим любимым мужем (или с Вашей любимой женой). Это поможет понять ребенку ценность Ваших супружеских отношений. И, что самое важное, успокоит ребенка.

Если Вы любите своего ребенка, то не забывайте любить и друг друга. Помните: дети видят Вас.

О законе перехода количества в качество

Очень часто родители подрастающих или уже взрослых детей сетуют: «Я его так любила, а он меня просто игнорирует». Конечно, грустно это понимать, обидно слышать. Но ответьте себе: «А как любили? В чем эта любовь проявлялась? Чувствовал ли Ваш ребенок, что он дорог Вам?»

И самым распространенным ответом следует фраза: «Да ведь всё самое лучшее для него: и еда, и одежда, и игрушки, и телефоны, и компьютеры! И чего ему не хватало?»

Оказывается, что многие из родителей не осознают, что же на самом деле нужно ребенку, чтобы чувствовать себя нужным и любимым, чтобы видеть в

папе и маме друзей, чтобы нуждаться в общении с ними, даже когда он уже вырос!

Вспомните... Вашему малышу 2-3 года. Он подходит к Вам с просьбой поиграть с ним. А Вы в это время были чем-то заняты и отказали ему. Конечно же, занятие было важным, а Вам не хотелось отвлекаться... Но разве Вы подумали тогда о том, что работа будет всегда, а вот Вашему малышу не всегда будет 2 года.

- Если мы сегодня будем жалеть время для детей, завтра они пожалеют его для нас.

Иногда родители расстраиваются из-за того, что их маленькие дети не доводят начатое дело до конца. Не надо переживать, если вы не закончите игру. Главное в игре – получить удовольствие. Да, общение с ребенком требует терпения. Нужно уметь ждать, выслушивать детей до конца, давать им возможность сделать что-то самим. Если у них не все получается, или они не заканчивают начатое, не надо волноваться.

Если вы хотите быть другом своему ребенку, нужно знать, как он мыслит, нужно «настроиться на его волну». Лишь после этого Вы сможете увидеть жизнь его глазами, понять его темп. Тогда-то Вы и научитесь общаться с ним.

Ребенок прислушается к Вашим словам, если Вы дадите ему понять: «Милый, ты настолько важен для меня, что я охотно прерву свои занятия, чтобы помочь тебе и провести время с тобой».

Когда Вы внимательны к детям, они понимают, что дороги Вам. А когда невнимательны, они как бы слышат: «Я люблю тебя, но другие вещи мне дороже. Не настолько ты и важен». Если вы говорите, что дорожите ребенком и безоговорочно любите его; если говорите, что цените его и хотите, чтобы он почувствовал собственную ценность, но не тратите на него своё время, то Вы фальшивите!

Многие родители попадают в эту ловушку в своем общении с детьми. Во многом это происходит по недосмотру. Родители не уделяют времени детям, потому что слишком заняты. Пока занятые родители мечтают по жизни, дети наблюдают за ними и мотают на ус. Они ведь хотят быть такими же как мама и папа! В итоге, они вырастают «такими же, как мы».

Обоюдное удовольствие от общения можно получить только в том случае, если проводишь много времени с детьми. Количество обязательно переходит в качество.

Чтобы стать настоящим другом для своего ребенка, нужно потратить много времени. Из количества произрастает качество, и дети начинают чувствовать Ваше благорасположение и одобрение. Стоит заметить: многие считают, что значение имеют только крупные события. Это не так. Дети запоминают вовсе не наши великие моменты жизни, а только те, которые мы проводим с ними. «Выходы в свет» необходимы, но они никогда не заменят те мелкие, повседневные события, которые делают Вас другом и дают детям почувствовать, что их любят и ценят. Конечно, родители не могут бросать свои дела по первому требованию ребенка. Есть работа, есть домашние обязанности. Если этого не делать, в доме будет хаос, но есть множество моментов, когда действительно можно отложить дела ради детей.

Если Вы хотите быть достойным любви и доверия другом, Вам придется жертвовать своим временем. Тогда у ребенка появится чувство собственной значимости и защищенности.

- Если проявить настоящий интерес к своим детям сегодня, то они проявят интерес к Вам завтра.

О том, как воспитать ответственного ребенка

В воспитании детей сначала необходимо установить взаимопонимание и только после достижения взаимопонимания можно и нужно применять в воспитании запреты. Однако следует помнить, что запреты без любви могут вызвать открытое неповиновение со стороны ребенка. Но и любовь без запретов порождает не меньше проблем. Удержать детей в определенных рамках помогут два момента: ответственное отношение к своим обязанностям и родительский авторитет.

Благодаря родительскому авторитету дети получают представление о добре и зле, учатся делать правильный выбор в рамках существующих запретов, приобретают уверенность в собственных силах.

- Ответственное отношение к жизни и родительский авторитет невозможны друг без друга.

Такие понятия, как «обязанности» и «ответственность», не очень-то популярны, и не только у детей. Ведь чтобы выполнить взятые обязательства, нужно изменить привычный образ жизни. Куда легче делать то, что

вздумается и ни перед кем не отчитываться. Но жизнь устроена по-другому. Если бы все бежали от ответственности, общество лежало бы в руинах. Без ответственного отношения дома воцарился бы хаос. Так иногда случается во многих семьях. И всё из-за того, что один из членов семьи отказывается выполнять свои обязанности. Стать ответственным – значит вырасти зрелой, уравновешенной личностью. Быть ответственным – значит уметь подчиняться другим, уметь служить людям своими знаниями и умениями.

Поступать ответственно может только уверенный в себе человек, который осознает свою значимость, так как ближние проявляют к нему искренний интерес. Если Вы любите и цените своего ребенка, то он имеет хороший шанс стать ответственным человеком. Да он просто захочет быть ответственным человеком!

О необходимости прислушиваться к мнению детей

Вы когда-нибудь пытались отчитываться перед детьми за свои поступки? Такой вопрос вызывает протест у многих взрослых: «С какой это стати я должен держать ответ перед ребенком? В конце концов, это дети обязаны отчитываться перед взрослыми!»

Но как дети научиться быть ответственными, если взрослые не покажут, как это можно сделать? Ведь именно родители дают своим детям модели для подражания. Следовательно, лучший способ воспитать в детях чувство ответственности – пример родителей! Отчитывайтесь перед ними в своих поступках! И они ответят Вам тем же. Способность уважать чужое мнение необходимо поддерживать и развивать, чтобы потом дети могли адекватно воспринимать наши замечания и просьбы.

Если Вы хотите воспитать ребенка ответственным человеком необходимо помнить, что мы, взрослые, судим о себе по нашим намерениям. А наши близкие судят о нас по нашим поступкам. Улавливаете разницу? Поэтому и говорят, что благими намерениями устлана дорога в ад, так как намерения есть, а их реализации нет. Прислушайтесь к мнению своего ребенка! Он поможет Вам воспитать его ответственным человеком!

О формировании у ребенка чувства ответственности.

Когда ребенок еще маленький, мы не задумываясь, принимаем различные решения за него, и это нормально. Но вот он подрос, начал ходить и говорить. И вот тут-то уже можно приучать малыша принимать различные решения самостоятельно. Каким образом? Начинать нужно с малого, давая

ему право выбора. Собираетесь завтракать. Перед тем, как варить кашу, спросите своего малыша, какую он будет, манную или овсяную. Предупредите, что, сделав выбор, он должен будет съесть эту кашу безоговорочно. Отправляетесь гулять. Узнайте, какого цвета носочки предпочитает юное создание, красные или зеленые. И не беда, что выбор ребенка не будет соответствовать Вашему выбору. Это его собственное решение и его необходимо уважать.

С возрастом ребенка будут расти возможности права выбора, которые Вы обязательно будете обсуждать с ним. Только не забывайте объяснять ребенку, что, сделав выбор, он несет ответственность за своё решение. Если Вы, к примеру, хотите, чтобы Ваш подросток помогал Вам по дому, предложите ему на выбор несколько обязанностей. Определяясь со своим выбором, ребенок будет чувствовать себя самостоятельным. Он вынужден будет планировать свой день, чтобы справиться со своим выбором. А это будет способствовать формированию самодисциплины. Если, конечно, Вы будете контролировать выполнение обязанностей, поощрять успехи и поддерживать в трудностях.

По мере роста наших детей всех родителей ожидает одна ловушка. Все мы так привыкаем принимать решения за своих детей по принципу «я лучше тебя знаю, что для тебя лучше», что к подростковому возрасту начинаем недоумевать, почему моё чадо игнорирует мои замечания. Почему моё мнение для ребенка становится незначимым? Почему я катастрофически теряю свой авторитет в глазах ребенка? Почему, в конце концов, он меня абсолютно не слушается?

Ответ очевиден. Мы не научили его принимать решения и брать ответственность за эти решения я на себя. И вот подросток уже понял, что гораздо проще «сваливать» свою ответственность на другого. Только вот уважения к взрослым это понимание не прибавило. Таким образом, мы своими собственными руками не только выращиваем инфантильную личность, не способную на поступок, но и разрушаем родительский авторитет в глазах детей.

Обучайте детей отвечать за свои поступки, чтобы они могли развивать в себе самодисциплину, которая необходима для плодотворной, полезной и счастливой жизни!

О стилях воспитания и об особенностях родителей-диктаторов

Задайте себе вопрос: «Какого метода воспитания придерживались ваши родители?» Ответ на этот вопрос поможет Вам понять Ваше собственное отношение к родительской власти. Потому что Вам необходимо решить, в чем эта власть состоит и как ею пользоваться.

Существуют четыре стиля воспитания: диктат – «делай, как я хочу!»; вседозволенность – «делай, как хочешь!»; безразличие – «мне всё равно, что ты делаешь»; обратная связь – «я слушаю тебя... я забочусь о тебе... я хочу тебя понять...»

Каждый из четырех стилей характеризуется определенным отношением к родительской власти.

- Родитель-диктатор обладает неограниченной, абсолютной властью над ребенком. Такой родитель чрезмерно следит за дисциплиной и пренебрегает похвалой. Запреты перевешивают Любовь. Родитель-диктатор стремится дать ребенку «лучшее». Он хорошо кормит и одевает его, позволяет ему играть с другими детьми. В общем и целом, дает всё, что нужно для «нормальной» жизни. Всё, кроме поддержки и любви. Родители-диктаторы могут не бить своих детей, но они всегда абсолютные хозяева ситуации. Они выдумывают множество правил, но не имеют контакта с детьми. Живя с родителями-диктаторами, дети выбирают одну из тактик: бегут или борются. Когда дети выбирают бегство, они, обычно, уходят в себя, хотя внешне проявляют покладистость и послушание. Но в душе у них всё кипит. Рано или поздно пар вырвется наружу. В другой ситуации «беглец» может сломаться и пойти на отчаянный шаг, так как не в состоянии более выносить создавшуюся ситуацию. В лучшем случае он убежит из дома, в худшем – суицид.

Если ребенок решит «бороться», его гнев выливается наружу. Он жалуется, обижается, огрызается, даже набрасывается на обидчика с бранью и угрозами. Короче говоря, ребенок бунтует, потому что правила, по которым он вынужден жить, не согреты родительской любовью.

Родителям-диктаторам необходимо измениться. Но им очень трудно это сделать. Они, как правило, слишком дорожат своей властью, так как неуверенны в себе и не могут отказаться от своих правил.

- Вседозволенность – это когда родитель разрешает всё. Он всегда готов поддержать ребенка, но недооценивает дисциплину. В таких отношениях любовь перевешивает запреты. И в такой семье есть свои перегибы. Фактически ребенок в такой семье делает, что хочет, а родители стоят и смотрят, как он разрывает клумбы, ломает мебель, громит дом, дергает кота

за хвост, отбирает игрушки у младших. В семье, где царит вседозволенность, дети отказываются соблюдать правила, дают волю своему гневу, кричат, пока бедная мать не согласится выполнить их желание. Причем хозяин положения ребенок, он точно знает, будет все так, как он захочет. Воспитанные во вседозволенности дети, как правило, получают желаемое, но они не счастливее детей из семей диктаторов, так как они тоже не видят верного соотношения между любовью и запретами.

- Безразличие или отсутствие запретов дает ребенку основание думать, что «если бы родители действительно обо мне заботились, то больше бы интересовались мною. Иногда говорили бы «нет». Наверное, они меня не очень-то любят». Многие родители уже попались на удочку средств массовой информации, которые пропагандируют определенный образ жизни: удачная карьера, большой дом, хорошая машина, дети. Всё это неплохо само по себе. Но с воодушевлением отдаваясь этой гонке, чтобы не отстать от жизни, многие не замечают, как страдает семья. Сами того, не желая, родители так мало уделяют своего внимания детям, что становятся безразличны к потомству. Во всяком случае, ребенок именно так и воспринимает отсутствие интереса к своей персоне. Он не ощущает ни любви, ни запретов. Такой ребенок чувствует себя ненужным. Можно замечательно обустроить дом, купить детям модные вещи, и, тем не менее, быть для детей «пустым местом» в прямом и переносном смысле. А если дети чувствуют, что безразличны родителям, они будут страдать и злиться.

- Стиль воспитания «обратная связь». Чтобы гармонично сочетать любовь с запретами, родителям необходимо наладить обратную связь со своими детьми. Когда дети чувствуют любовь и твердость родителей, они приобретают уверенность в себе. Родители строго спрашивают с детей, будучи сами им подотчетны, но применяют свою родительскую власть с любовью и справедливостью. Разумные запреты дают ребенку чувство полной защищенности, оставляют свободу для эксперимента, позволяют правильно расти и развиваться. Без них ребенок не научится принимать верные решения, и в его жизни будет царить хаос и смятение.

Запреты должны существовать в виде строгого ограничения рамок дозволенного при условии последовательного поведения со стороны родителей. Тогда запреты будут вносить в жизнь ребенка стабильность и родительскую власть. В то же время всегда следует помнить о равновесии любви и запретов. Взаимоотношения родителей и подростков характеризуется тем, что воспитанные в условиях жесткой дисциплины, дети чаще всего враждебно относятся к родителям, не любят старших по возрасту, отличаются антисоциальным поведением – лгут, дерутся, склонны к актам вандализма, плохо сходятся с людьми. С другой стороны – дети, воспитанные в условиях вседозволенности: это подростки, практически не отвечающие за своё поведение. Мало кто из них поможет ближнему. Воспитанные безразличными родителями подростки чаще всего не хотят

следовать нравственным нормам своих родителей. Они проявляют склонность к воровству, обману, пьянству и не отказывают себе в алкоголе, сексе и наркотиках.

Запреты необходимы, но они должны вырастать из благожелательного отношения к ребенку со стороны родителей.

О том, что следует помнить, наказывая детей

Необходимо всегда помнить: когда дети совершают проступок, они, как правило, ищут у нас сочувствия. Разумеется, если ребенок провинился, нельзя оставлять его безнаказанным. Необходимо принять меры. Но какие? Что должен увидеть и услышать нашкодивший ребенок?

Если вы повысите голос, покраснеете от гнева или еще как-то выйдете из себя, то ребенок придет к выводу: плохое поведение – лучший способ привлечь Ваше внимание. Если вы спокойно отнесетесь к проступку ребенка, не станете долго и на повышенных тонах отчитывать его и злиться, то ущерба будет гораздо меньше.

Лучше всего спокойно разъяснить ребенку, что подобное поведение недопустимо, и, если это необходимо, изолировать его на некоторое время от остальных членов семьи. При этом обязательно нужно сказать ребенку о продолжительности изоляции, и о том, что он должен сделать, пока будет находиться в одиночестве.

Есть дети, с которыми родителям очень нелегко. Но надо всегда помнить, что ребенок не может всегда вести себя хорошо. Поэтому не стоит поднимать шум по каждому поводу. Вместо этого обращайтесь внимание на положительные качества своего ребенка. Постарайтесь подмечать в поведении детей что-то хорошее. Не надо выискивать одни лишь недостатки. Чтобы преуспеть в этом, необходима система наказаний, дающая ребенку шанс чему-то научиться.

Психологи недавно «обнаружили» два подхода к наказанию. Стоит заметить, что эти подходы давным-давно описаны в Библии. Один подход называется «естественные последствия», другой – «логические последствия». Обе модели основаны на причинно-следственной связи всех событий.

Вспомните притчу о блудном сыне из «Евангелие от Луки» - это прекрасный пример естественных последствий. Молодой человек решил уйти из дома и жить по-своему. Он потребовал у отца причитающуюся ему долю имения. Отец знал, что произойдет, тем не менее, отдал сыну деньги и

позволил ему уйти, чтобы тот на «собственной шкуре» познал тяготы жизни и закалил характер. Естественные последствия превозобладали, и блудный сын оказался в свинарнике у корыта с помоями. Естественные последствия вразумили молодого человека. Он решил вернуться домой к отцу. Там его приняли и любили еще сильнее.

Другим подходом к наказанию являются логические последствия. Это значит, что родители заранее решают вместе с ребенком, какие наказания должны последовать за плохое поведение. Необходимо заранее очертить границы, в рамках которых ребенок может свободно действовать. Если же он нарушит эти границы, последует наказание. Необходимо строго придерживаться рамок дозволенного и быть последовательным. Если вы пообещали наказать ребенка за определенный проступок, обязательно накажите.

Бывает так: на улице малыш безобразничает, родители раздражаются и сыпят угрозами. Но когда приходят домой, забывают о своих словах. А потом удивляются, почему это их ребенок совсем отбился от рук. Дети очень чувствительны к непоследовательности взрослых в словах и поступках. Помните об этом. Бывает, что логические последствия вступают в действие вполне гладко. Но бывают ситуации, когда страсти накаляются, доходит до словесных перепалок, возникает напряженность в отношениях. Родитель, желающий всегда иметь авторитет в глазах своего ребенка, должен быть готов прощать или просить прощения. Труднее всего нам даются слова – «Прости меня, пожалуйста». Тем не менее, приходится ими пользоваться, если Вы решили сделать свою родительскую власть инструментом любви, а не ненависти.

В словах вообще заключена огромная сила, а в словах прощения особенно. Помните об этом. И это поможет вам не только привить дисциплину и воспитать ответственность у Вашего ребенка.

Как стать для своего ребенка настоящим другом? – Сделать шаг навстречу!

Учебно-тематический план (категория участников -15-17 лет)

Занятие №1.

(совместно дети с родителями)

Тема: Знакомство. Повышение групповой сплоченности. Правила группы.

Инструментарий: листы (формат А 4) на каждого участника, мяч, лента.

Совместные занятия родителей с детьми дают возможность достигнуть понимания на разных уровнях взаимодействия: в игровых ситуациях, при совместном рисовании, при обсуждении упражнений.

Цель психологического тренинга – это, прежде всего, совместные переживания родителей и детей.

Задачи, которые мы перед собой ставим:

- 1.Формирование благоприятного психологического климата, доверительных отношений в семье.
- 2.Обучение навыкам конструктивного общения.
- 3.Повышение самооценки ребенка и компетентности родителя.

Правила группы.

Тренер вводит правила группы и обсуждает их с участниками тренинга.

1. Конфиденциальность (секретность) происходящего в группе.
2. Говорим только от себя и о себе («Я-высказывания»).
3. Доверительный стиль общения. Обращение по имени ко всем участникам, включая ведущего (10 мин).

1. Разминка.

Упражнение «Ласковое имя» (участники сидят в кругу).

Инструкция: Участник справа от ведущего называет свое имя и бросает кому-нибудь мяч. Тот, у кого окажется мяч, придумывает ему ласковое имя и передает мяч следующему игроку, пока все участники не побывают в роли придумывающих. Когда мяч окажется у первого участника, он говорит, какое имя ему больше всего понравилось и передает мяч следующему (10 мин).

Упражнение «Меняемся местами» (участники сидят в кругу, тренер стоит в центре круга).

Инструкция: «Сейчас у нас будет возможность продолжить знакомство. Сделаем это так: водящий в центре круга (в данный момент я) предложу

поменяться местами всем тем, кто обладает каким-то признаком (например, все, кто в брюках). Моя задача занять одно из пустующих мест. Кто остается без места становится водящим. Итак, меняются местами ... (10 мин)

Упражнение «Никто из вас не знает» (участники сидят в кругу, у тренера в руках мяч).

Инструкция: «Сейчас мы будем бросать друг другу мяч и тот, у кого окажется мяч, завершает фразу: «Никто из вас не знает, что я (или у меня). Будьте внимательны, у каждого из нас мяч может побывать несколько раз» (5мин).

2. Основная часть.

Упражнение «Неожиданные картинки» (участники сидят в кругу).

Цель: Повышение групповой сплоченности.

Каждому участнику раздается лист бумаги и фломастер.

Инструкция: 1. «Возьмите лист бумаги и подпишите свое имя с обратной стороны. Потом начните рисовать какую-нибудь картинку (участники рисуют в течение 2х минут). 2. По моей команде перестаньте рисовать и передайте начатый рисунок своему соседу слева. Возьмите тот лист, который передаст вам ваш сосед справа и продолжите рисовать начатую им картину (2минуты). 3. Снова передайте свой рисунок соседу слева, продолжайте рисовать.

В конце упражнения каждый участник получает ту картину, которую он начал рисовать.

Обсуждение упражнения.

1. Нравится ли вам ваш рисунок.
2. Понравилось ли дорисовывать чужие рисунки.
3. Какой рисунок вам нравится больше всего (30 мин).

Упражнение «Сиамские близнецы»

(участники сидят полукругом).

Цель: диагностика умения согласовывать свои действия.

Инструкция. Приглашается пара- родитель и ребенок. Они становятся рядом друг с другом, их руки переплетены за спиной, ноги вместе (можно связать ленточкой). Задача: молча, не разлепляя рук и ног, дойти до указанного места (15 мин).

3. Завершение группы.

Подведение итогов занятия. Обмен чувствами, впечатлениями от занятия.

Цель: получение от участников тренинга обратной связи (что понравилось, было открытием) (10 мин).

Занятие № 2.

(совместно дети с родителями)

Тема: Знакомство. Повышение групповой сплоченности. Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: листы бумаги (формат А 4), фломастеры, мел или 2 ленты, ластик.

1.Разминка.

Упражнение «Эхо» (участники сидят в кругу).

Инструкция: участник, справа от ведущего, называет свое имя и прохлопывает его в ладоши, а все остальные дружно, как эхо, за ним повторяют. Затем свое имя прохлопывает следующий по кругу игрок (5 мин).

Упражнение «А я еду» (участники сидят на стульях по кругу, один стул должен быть свободным).

Инструкция: начинает игру ведущий, рядом с которым пустой стул. Он пересаживается со своего места на пустой стул со словами: «А я еду»! Игрок, рядом с которым оказался пустой стул, пересаживается на него и говорит: «А я рядом». Следующий участник, рядом с которым оказался пустой стул, пересаживается на него и говорит: «А я зайцем». Следующий игрок, пересаживаясь на пустой стул отвечает:»А я еду с ...» При этом называется имя любого участника. Тот, кого назвали, пересаживается на пустой стул. Игрок, рядом с которым оказался пустой стул вновь начинает игру. Игра продолжается до тех пор, пока участники не захотят ее закончить (5 мин).

1.Основная часть.

Упражнение «Слепой» (пары – родитель и ребенок сидят рядом за столами).

Цель: обучение навыкам сотрудничества, взаимопонимания.

Инструкция: мама и ребенок сидят рядом за столом. Перед ними лежит лист бумаги. Одному из партнеров завязывают глаза, и только ему разрешается рисовать. Другой партнер с открытыми глазами будет управлять движениями руки «слепого» игрока. Затем происходит обмен ролями (20 мин)

Обсуждение упражнения.

1. Что было труднее: рисовать с закрытыми глазами или руководить рисующим? Почему?
2. Что больше понравилось: рисовать или руководить? (10 мин).

Упражнение «Мостик» (участники сидят полукругом).

Цель: достижение взаимопонимания, согласованности в действиях.

Инструкция: на полу параллельно друг другу рисуются две линии (или выкладываются с помощью лент). Расстояние между линиями приблизительно 25-30 см. Это мост. Приглашается пара – родитель и ребенок. Задача: без слов, используя только мимику и жесты, разойтись на мостике (10 мин)

Упражнение «Найди предмет».

Цель: развитие саморегуляции поведения.

Инструкция: водящий прячет в кабинете предмет (например, ластик), который игрокам необходимо найти. Можно повсюду ходить и заглядывать во все углы. Тот, кто найдет ластик, должен сохранить свою находку в тайне, не выдавая себя ни смехом, ни намеками. Он просто должен сесть на свое место и молча наблюдать, как остальные продолжают поиск. В роли водящего обычно хотят побывать все дети. (20 мин).

3. Завершение группы.

Участникам группы дается задание в течение 1 минуты подумать и сказать: «Если бы у моей мамы (у моего ребенка) была волшебная палочка, то она (он) бы загадал (а).

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10 мин).

Занятие № 3

(совместно дети с родителями)

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: листы (формат А 4), фломастеры, листочки бумаги с написанными на них названиями животных на каждого участника (названия животных парные – корова- корова, петух-петух и т.д.), кукла.

1. Разминка.

Упражнение «3 качества» (участники сидят в кругу).

Инструкция: необходимо назвав свое имя, придумать одно или несколько присущих вам качеств начинающихся с той же буквы, что и ваше имя (5 мин)

Упражнение «Путаница» (участники стоят в кругу).

Инструкция: все стоят в кругу и держатся за руки. Выбирается водящий, который выходит за дверь. Игроки запутываются не разжимая рук, можно переступать через сцепленные руки. Задача водящего - распутать клубок. Затем водящим становится кто-то другой (15 мин).

Упражнение «Найди себе пару» (Участники стоят полукругом).

Ведущий раздает заранее приготовленные листочки с написанными на них названиями животных каждому участнику. Поскольку все названия парные, каждый сможет найти себе пару после команды тренера.

Инструкция: «Закройте глаза. По моей команде каждый из вас начинает кричать на языке своего животного. Ваша задача, не открывая глаз, по голосу найти свою пару(10мин).

2. Основная часть.

Упражнение «Двое с одним фломастером» (пары – родитель и ребенок сидят за столами рядом друг с другом).

Цель: обучение навыкам сотрудничества.

Инструкция: «Сейчас вы – одна команда, которая должна нарисовать картину. И рисовать вы должны одним и тем же фломастером. При этом строго-настрого запрещается говорить друг с другом. Оба человека в паре должны постоянно держать фломастер в руке, не выпуская его ни на мгновение. Если захочется, вы можете время от времени поглядывать на

партнера, чтобы увидеть, как он себя при этом чувствует и понять, что он хочет нарисовать. Рисуем в течение 5ти минут.

После завершения показать свои работы остальным участникам группы.

Обсуждение упражнения.

1. Сложно ли вам было рисовать молча?
2. Пришли ли вы со своим партнером к единому мнению?
3. Трудно ли было от того, что изображение постоянно менялось?(10 мин).

Упражнение «Что говорит тебе кукла?»

Цель: выявить актуальные проблемы участников группы.

Инструкция: тренер берет в руки куклу и обращаясь к участникам говорит: «К нам пришла очень мудрая дама. (Обращаясь к соседу слева). Возьми ее так, чтобы она смотрела на тебя. Что она говорит тебе?» Участник, к которому обратился тренер должен ответить на вопрос прямой речью. Например, «Миша води себя прилично» или «Ты слишком доверчива, Таня».

Обсуждение упражнения. Заданная тренером установка на мудрость и проницательность «дамы» способствует тому, что каждый участник игры вкладывает в уста «дамы» фразу, связанную обычно с актуальной для него проблемой (15 мин).

Упражнение «Тюремщик и заключенные».

Цель: сплочение членов семьи и участников группы, повышение эмоционального фона.

Инструкция: родители и дети образуют два круга: внешний и внутренний. Те, кто находится во внутреннем круге – сидят на стульях, – они – заключенные. За их спинами стоят тюремщики. Напротив одного тюремщика - пустой стул. Его задача – без слов, незаметно переманить к себе заключенного от другого тюремщика. Тюремщик должен успеть поймать заключенного. Игру продолжает следующий участник, оставшийся без пары. Затем участники меняются местами. (15 мин).

Упражнение «Доверие» (участники сидят в кругу).

Цель: развитие чувства доверия, эмпатии.

Инструкция: выходит пара – родитель, ребенок. Ребенок становится спиной к родителю, отойдя на некоторое расстояние. Родитель вытягивает вперед руки. Задача ребенка – не сгибая ног в коленях, упасть на руки родителю (5 мин).

3.Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10)

Занятие № 4

(совместно дети с родителями)

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: мяч, повязки на глаза.

1.Разминка.

Упражнение « Танец лавота» (участники стоят по кругу).

Инструкция: все ходят по кругу и повторяют вместе с ведущим: «Весело танцуем «тра-та-та», танец наш веселый, танец лавота». Далее ведущий спрашивает: «За руки держались?» Все вместе –«нет». Берутся за руки и повторяют слова песни. Ведущий спрашивает: «За руки держались? Все вместе отвечают – «Да». Затем ведущий последовательно перечисляет (за плечи, за талию, за уши) (5 мин).

Упражнение «Запомни движение» (участники стоят по кругу).

Инструкция: каждый из участников придумывает какое-нибудь движение и, по-очереди, демонстрирует его всем. При этом будьте внимательны и постарайтесь запомнить движения всех игроков. Теперь тот, кто начинает игру, выполняет сначала свое движение, а затем движение того из нас, кому он захочет передать ход. Вам надо быть очень внимательным, чтобы не пропустить тот момент, когда будет выполнено ваше собственное движение и право хода должно перейти к вам. Тот, кому передают ход, должен будет сделать свое движение и передать ход дальше (10 мин)

Упражнение «Комплименты» (участники сидят в кругу).

Инструкция: «Сейчас мы будем говорить друг другу комплименты. Нужно бросить мяч любому из участников и сказать ему что-то приятное. А тот отвечает: « да, конечно, но кроме того я еще и... (5 мин)

1.Основная часть.

Упражнение «Слепой и поводырь».

Цель: достижение взаимопонимания на разных уровнях взаимодействия.

Инструкция: участнику, играющему роль «слепого», завязывают глаза. «Поводырь» водит его по комнате, знакомит с окружающим миром, предметами. Становится его глазами. Водить «слепого» следует аккуратно, бережно, чтобы он не наткнулся на предметы, на другую пару. Затем пары меняются местами. (10 мин)

Обсуждение упражнения.

Пояснительная речь тренера. Данное упражнение охватывает основные формы контакта: зрительный, тактильный, слуховой. Это дает возможность достигнуть понимания на разных уровнях взаимодействия, общаться ребенку с родителями на одном языке, понимать мысли, чувства и действия партнера. Это гармонизирует отношения в семье, повышает самооценку ребенка.

Обмен чувствами, впечатлениями:

1. Каково вам было находиться в роли «слепого»?
2. Комфортно ли вам было с вашим «поводырем»?
3. Что вы чувствовали, когда были «поводырем»? (10мин)

Упражнение «Мне нравится» (родитель и ребенок сидят на стульях напротив друг друга).

Цель: установление позитивного диалога между ребенком и родителем.

Инструкция: родитель и ребенок разговаривают друг с другом, постоянно проговаривая начало предложенной фразы: «Мне нравится, что ты и добавляю к ней содержание. Тем самым возникает позитивный диалог. Родитель дает ребенку, а ребенок родителю «обратную связь» (10 мин)

Обмен чувствами.

Упражнение «Тень» (участники разбиваются на пары родитель-ребенок).

Цель: развитие наблюдательности, памяти, внутренней свободы и раскованности, умения подстраиваться под другого.

Инструкция: один (родитель) - путник, другой (ребенок) – его тень. Путник идет через поле, а за ним, через 2-3 шага сзади, его тень. «Тень старается, точь в точь, скопировать движения путника. Через некоторое время участники меняются ролями (10 мин)

Обмен чувствами, впечатлениями.

Завершение группы.

Упражнение «Поход».

Цель: сплочение участников группы, повышение эмоционального фона.

Инструкция: давайте представим, что мы решили все вместе отправиться в поход. Вот здесь лежит рюкзак, который нам нужно собрать для похода. Каждый, по-очереди, положит в него что-то нужное. Сделать это надо без слов, только с помощью жестов. Все мы должны внимательно следить за тем, что кладет в рюкзак каждый из нас, и не повторяться. После того, как каждый из участников положил что-то в рюкзак, тренер обращается к группе с вопросом: «Что положил в наш рюкзак ...», называя имя того или иного члена группы. Все остальные угадывают (10мин).

Обратная связь от участников тренинга (10мин).

Занятие №5

(совместно дети с родителями)

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: спички - 2 коробка, шарф.

1.Разминка.

Упражнение «Что можно сделать с предметом» (участники сидят в кругу).

Цель: развитие творческого мышления.

Инструкция: каждый, по-очереди, должен сказать как можно использовать этот предмет (шарф). Начинает игру тренер, продолжает – участник справа от него и далее по кругу. Тот участник, который не сможет придумать как использовать данный предмет – выбывает из игры. Побеждает участник, придумавший больше всего способов. (10 мин)

Упражнение « Передай другому» (участники становятся в шеренгу друг за другом).

Цель: развитие навыков невербального общения и создание благоприятного психологического климата.

Инструкция: тренер показывает последнему участнику в шеренге с помощью жестов какое-нибудь действие (например, мытье полов, написание

письма и т.д.). Участник, которому показали жестами действие, передает его следующему игроку и т.д. В заключении упражнения, первый участник в шеренге показывает жестами действие, которое до него «дошло». Тренер, в свою очередь, показывает исходный вариант. В данной игре каждый может побыть на месте ведущего, загадывающего действия, а участники в шеренге каждый раз стараются поменяться местами (15 мин)

2. Основная часть.

Упражнение «Слепое слушание» (родитель и ребенок сидят за столом напротив друг друга, между ними ставится перегородка).

Цель: обучение навыкам сотрудничества, взаимопонимания.

Инструкция: каждому из участников в паре раздается по 7 спичек. Родитель строит за перегородкой из своих спичек какую-либо фигуру, а затем словами пытается объяснить ребенку, как ему построить точно такую же фигуру. Ни родитель, ни ребенок не должны видеть действия друг друга. По окончании работы перегородка убирается и сравниваются фигуры. Затем родитель и ребенок меняются ролями. Если паре очень легко дается выполнение этого задания, то количество спичек можно увеличивать. (15 мин)

Занятие №6

(совместно дети с родителями)

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: листы бумаги с написанными на них словами, булавка, маленькая игрушка, лист полуватмана, фломастеры.

1. Разминка.

Упражнение «Охота на тигра» (участники стоят в кругу).

Инструкция: участники встают в круг, выбирается водящий – охотник, который отходит в сторону, поворачивается к остальным спиной и считает до 10. В это время участники по кругу передают друг другу в руки маленькую игрушку (тигра). По окончании счета, тот, у кого находится тигр, вытягивают руки вперед, закрывая игрушку ладонями. Остальные делают тоже самое. Задача охотника – найти тигра с 3х попыток. После этого охотник выбирает нового водящего (10 мин).

Упражнение» Скажи мне мой секрет».

Цель: развитие навыков невербального общения и создание благоприятного психологического климата.

Инструкция: каждый из вас сейчас будет владеть секретом, о котором будут знать все, кроме вас самих. Это будет какое-нибудь слово, которое прикрепляется вам на спину. Ваша задача – отгадать это слово с помощью группы. Группа должна молча показывать это слово только с помощью жестов. Важно показать хорошо, чтобы человек мог догадаться. Слова крепятся, по-очереди, каждому (10 мин).

Примеры слов: ученик, брезгливость, зарядка, письмо, болезнь, медведь.

2.Основная часть.

Упражнение «Совместное творчество»

Инструкция: Родитель и ребенок превращаются в строителей. Психолог заранее изготавливает из бумаги кирпичи (вырезать прямоугольники). Родителю и ребенку необходимо построить дом из кирпичей. При этом на каждом кирпиче необходимо написать либо нарисовать то, что необходимо для крепкого надежного дома. При этом под домом подразумевается семья. Например, послушание, помощь, любовь, забота, внимание и т. д. Кирпичи приклеиваются на ватман. (20 мин)

Упражнение «Каракули»

Цель: сплочение членов семьи и участников группы.

Инструкция: на стол кладется полуватман, участники располагаются вокруг стола. Каждый берет себе один фломастер(цвета не должны повторяться). Далее участники быстро рисуют на листе каракули – беспорядочные, непрерывные линии. Затем каждый, по-очереди, пытается, исходя из собственных представлений, дорисовать созданные каракули. Путешествие рисунка из рук в руки продолжается до тех пор, пока каждый не решит, что ему больше нечего к нему дорисовывать.

Обсуждение упражнения.

1. Что участники группы видят на рисунке?
2. Можно ли увидеть какие-либо сюжеты или образы, отражающие настроение участников или взаимоотношения в семье (10мин).

Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10 мин)

Занятие №7

(совместно родители с детьми)

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: покрывало, диск с релаксирующей музыкой, магнитофон.

1.Разминка.

Упражнение «Я и мама (папа)»

Инструкция: Родитель и ребенок садятся спиной друг к другу. Вам нужно ответить на вопросы.

Вопросы к маме: какого цвета глаза у вашего ребенка, во что он одет, как прошел сегодня день и т. д.?

Вопросы к ребенку: какого цвета глаза у мамы, какого они цвета, когда мама сердится (радуется), во что одета сегодня мама, какие украшения на ней сегодня и т. д.? (10 мин)

3.Основная часть.

Упражнение «Скульптура».

Цель: исследование межличностных отношений в семье.

Инструкция: сейчас каждому из вас нужно будет подумать и слепить скульптуру своей семьи. Кто-то один из вас сейчас будет скульптором, остальные участники - глина. Скульптор выбирает себе того, кто будет папой, мамой или мужем, женой и кого-то на свою роль. Когда скульптура будет готова, скульптор встает на свое место, заменяя участника его изображающего.

Обсуждение упражнения.

1. Какое впечатление от упражнения?
2. Что было неожиданным?
3. Что-то хотелось бы сейчас изменить в своей скульптуре?(30 мин)

Упражнение « Покрывало»

Цель: развитие доверия.

Инструкция: все участники становятся вокруг покрывала и берутся за него. Один участник садиться или ложиться на покрывало, остальные приподнимают его и бережно покачивают и опускают. Упражнение выполняется под релаксирующую музыку (10 мин)

3.Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10 мин)

Занятие №8

Тема: Сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий:

1.Разминка.

Упражнение «Согласованные действия»

Дети и родителям предлагается показать парные действия:

- пилка дров;
- гребля в лодке;
- перемотка ниток;
- перетягивание каната;
- передача хрустального стакана;
- парный танец.(10мин)

1.Основная часть

Упражнение 3. «Неформальное общение». Группа делится на «родителей» и «детей». «Дети» выходят за дверь, каждый придумывает проблему, с которой он хотел бы обратиться к «родителю». «Родители» же получают инструкцию не реагировать на просьбы ребенка под предлогом занятости, усталости и т.п. В течение нескольких минут идет ролевое проигрывание ситуаций. Затем участники меняются ролями. Однако новые «родители» получают противоположную инструкцию: отреагировать на слова ребенка максимальным вниманием, отзывчивостью, предложить свою помощь и поддержку.

Упражнение «Семейные заповеди» (родители и дети сидят в кругу, объединившись в пары).

Цель: исследование семейных традиций, ценностей.

Инструкция: родитель вместе с ребенком составляют список семейных заповедей (обычаев, правил, запретов, привычек, установок, взглядов, которых придерживаются все члены семьи).

Затем происходит взаимообмен написанным в кругу(20 мин).

Обсуждение упражнения.

Какие заповеди Вас удовлетворяют, а какие нет?(10 мин)

Завершение группы.

Подведение итогов. Обмен чувствами, впечатлениями от занятия(10 мин)

Занятие № 7

(совместно дети с родителями)

Тема: сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: клей, ножницы, листы бумаги А4, иллюстрированные журналы.

Разминка.

Упражнение «Угадай» (участники сидят в кругу).

Инструкция: «Нам предстоит совместно решить 1 задачу: как можно быстрее всем одновременно, не договариваясь и не произнося ни слова, выбросить одинаковое количество пальцев на обеих руках. Ведущий считает- один, два, три – на счет три, все одновременно выбрасывают пальцы . Если задача не решена, мы делаем очередную попытку (5 мин)

Упражнение «Верблюды» (участники строятся в шеренгу)

Инструкция: тренер просит положить руки на плечи впереди стоящего. История: вы верблюды, идете по пустыне, по горячему песку, под палящим, изнуряющим солнцем и несете в мешках песок, эти мешки давят вам на плечи, и по команде начать надавливать на плечи соседа сильнее и сильнее. Все терпят.

Обсуждение упражнения.

Почему все терпели? (10 мин)

1.Основная часть.

Упражнение «Коллаж семьи».

Цель: Сплочение членов семьи.

Инструкция: родитель и ребенок совместно выполняют коллаж своей семьи, используя вырезки из журналов (30мин)

Обсуждение упражнения.

каждая семья представляет свой коллаж. Остальные члены группы могут задавать уточняющие вопросы (10 мин)

Упражнение «Репортер».

Цель: «Исследование межличностных отношений в семье».

Инструкция: Тренер просит одного ребенка выйти в центр круга. Тренер и ребенок садятся напротив друг друга. Ребенку говорится следующее: «Представь себе, что сейчас по телевизору выступает твоя мама и ей репортер задает вопросы о ее ребенке, то есть о тебе. Но сейчас ты будешь выступать в роли своей мамы и попробуешь ответить на мои вопросы о тебе, так, как бы отвечала твоя мама. Для ввода в роль ребенку задаются вопросы об имени (он должен представиться именем мамы), о профессии, возрасте. Затем репортер спрашивает ребенка непосредственно о нем самом. Примерный перечень вопросов: «Скажите у Вас есть ребенок, как зовут, сколько ему лет?», «Расскажите, какой у Вас ребенок?», «Чем Вы любите заниматься вместе?», «Представьте, что Вас сейчас смотрит ребенок, что бы Вы ему сказали?». В роли опрашиваемого должен побывать каждый ребенок. Затем в центр круга вызывается родитель и он отвечает на вопросы о маме из роли ребенка. Перечень вопросов примерно такой же (20 мин)

Обсуждение упражнения (10 мин).

Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10 мин)

Занятие № 8

(совместно дети с родителями)

Тема: сотрудничество родителя и ребенка.

Инструментарий: листы бумаги (формата А4), простые карандаши на каждого участника.

1.Разминка

Упражнение «Зеркало».

Инструкция: участники становятся в два круга- внешний и внутренний. Один круг- «зеркало», второй – человек, стоящий перед ним. Человек показывает разные движения, зеркало должно как можно точнее повторить их. По сигналу ведущего 1 круг делает шаг в сторону. Образуется новая пара, которая продолжает выполнять задание и так продолжается до тех пор, пока участники не вернуться к первоначальной позиции. Затем игроки меняются

ролями: те, кто был «зеркалом», становится человеком, а человек – «зеркалом» (10 мин)

Упражнение «Построение».

Инструкция: ведущий задает какой-либо признак для построения, участники должны за определенный промежуток времени выполнить его (например за 1 мин). Тренер проверяет правильность построения.

- построение в шеренгу по росту;
- по цвету глаз (в начале- темноглазые, в конце- светлоглазые);
- по размеру обуви (5 мин)

Упражнение «Домик».

Инструкция: участникам дается задание нарисовать свою семью в виде домика и подписать, какая часть дома символизирует какого члена семьи. Например, крыша- папа, фундамент- мама , окошко- ребенок и т.д.

Обсуждение упражнения.

1.Почему тот или иной член семьи выбран этой частью дома.

Тренер расшифровывает обозначения частей домика: фундамент-это основание дома, тот член семьи, на ком все держится и на кого все давят. Крыша- тот член семьи, который отвечает за безопасность. Стены- несущая конструкция дома, без этого члена семьи все рухнет. Окна- это тот член семьи, ради которого все делается(чаще всего окна- это дети), труба- тот член семьи, который отвечает за эмоциональные отношения в семье. Двери- контакты.(15 мин).

2.Основная часть

Упражнение «Кинематограф»

Цель: сплочение членов семьи и участников группы.

Инструкция: ведущий говорит о том, что каждая семейная пара (родитель и ребенок) сейчас являются режиссерами, которые будут снимать фильм о семье. Необходимо придумать название, жанр и главного героя фильма. После того, как каждая семья представит свои идеи, участников просят объединиться с теми, чьи идеи им покажутся созвучными или интересными. Мини-группы должны придумать и инсценировать свой фильм о семье (30 мин)

Обсуждение упражнения (10 мин)

Упражнение «Альпинист»

Цель: сплочение участников группы, развитие эмпатии, поддержки.

Инструкция: все участники плотно становятся в одну линию, изображая скалу с впадинами и выступами. Один из участников должен пройти вдоль по тропинке, идущей вдоль скалы, тесно прижимаясь к ней. Пройдя, участник становится в конце линии, присоединяясь к остальным. Если участник слишком отошел от скалы и «сорвался» в пропасть, необходимо повторить упражнение (10 мин)

Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10 мин).

Занятие № 9 (для родителей)

Тема: «Я- Тема высказывания». «Временной язык»

Цель занятия:

1. Понять психологическое различие между «Я-высказыванием» и «Ты-высказыванием».
2. Освоить навык «Я-высказывания».
3. Познакомить родителей с понятиями «временной язык» и «постоянный язык».

1.Разминка

Упражнение «Поругай ребенка».

Инструкция: один родитель изображает ребенка, другой родитель его ругает из разных положений.

1. Ребенок сидит, родитель стоит.
2. Родитель сидит, ребенок стоит.
3. Родитель и ребенок стоят друг к другу спиной.

Затем пары меняются ролями (10 мин).

Обмен чувствами (5 мин).

2. Основная часть.

1.Информация для родителей. «Ты – сообщения» часто нарушают процесс общения, так как вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают

впечатление, что прав всегда родитель. Примеры «Ты-сообщений»: «Ты всегда оставляешь грязь после себя». «Прекрати это делать». «Тебе сто раз нужно повторять одно и тоже и т.д. «Я – сообщения» являются более эффективным способом в плане влияния на ребенка с целью изменения его поведения, которое родитель не приемлет. Для примера возьмем схему сообщения для родителя, который устал и не желает играть со своим сыном.

«Ты – сообщение».

Родитель устал – « Ты меня утомил» - Реакция ребенка « Я – плохой».

« Я сообщение».

Родитель устал – «Я очень устал» - Реакция ребенка – Папа устал.

Знакомство родителей с моделью «Я- сообщений».

«Я – сообщение включает в себя 3 основных компонента:

1. Описание ситуации (когда, если), вызвавшей напряжение.
2. Точное называние своего чувства в этой ситуации (Я чувствую).
3. Предпочитаемый вами исход (Мне хотелось бы).

Пример: « Когда я вижу грязь на полу, мне становится очень обидно и я бы очень хотела, чтобы ты снимал ботинки в коридоре»

Практическая часть.

Упражнение № 1 (все сидят в кругу). Родителям раздаются схемы «Я-сообщений» (см. Приложение № 2).

Инструкция: один из родителей описывает какой-то факт поведения ребенка, который для него неприемлем, остальные формулируют «Я-сообщения» и затем предъявляют в кругу (15 мин).

Упражнение №2.

Инструкция: родители делятся на пары, один из родителей –ребенок, второй – его мама. Тренер проговаривает подготовленное заранее «Ты-сообщение» родителю –«ребенку» а задача второго участника в паре переформулировать его в «Я- сообщение». Затем участники меняются ролями.

Примеры «Ты-сообщений».

«С тобой бесполезно что-то обсуждать, никогда ничего не слушаешь».

«Уроки ты сделать не можешь, комнату убрать свою не можешь. Ты сам вообще что-то можешь.»

«Сколько раз тебе говорить, чтобы ты мыл руки после улицы» (15 мин)

Обсуждение упражнения.

1. Какие чувства Вы испытывали в роли ребенка, когда Вам предъявлялось «Ты-сообщение». Что хотелось сделать или ответить?
2. Трудно ли было формулировать «Я-сообщения», если да, то в чем состояла эта трудность? (10 мин)

2.Информация для родителей. «Временной» или «постоянный» язык.

Примеры фраз на постоянном языке: «Ты всегда играешь, а не занимаешься». «Все время опаздываешь». «Вечно ты бросаешь вещи где попало».

Примеры фраз на временном языке: «Сегодня твои вещи лежат не на месте». «Ты играешь уже 1,5 часа, а занимался только 10 минут», «Ты опоздал сегодня на 15 минут» (5 мин).

Упражнение № 1 (все сидят в кругу).

Инструкция: каждый из родителей, по-очереди, придумывает или вспоминает фразу на постоянном языке, которую он наиболее часто произносит в отношении своего ребенка или членов семьи, а остальные участники переформулируют ее на временной язык (10 мин)

Завершение группы. Подведение итогов. Обмен чувствами (10 мин)

Домашнее задание. Записать несколько примеров, когда удалось использовать в общении с ребенком «Я-высказывание».

Занятие №10 (для родителей)

Тема : «Активное слушание».

Цель: знакомство с приемами активного слушания, развитие навыков активного слушания.

Инструментарий: мяч.

Разогрев.

Психогимнастическое упражнение.

Инструкция: участники бросают друг другу мяч со словами: «Мне кажется, в детстве ты была...» В ответ каждый может согласиться или нет, сказав «Да», «нет», или «Я такого не помню» (5 мин).

Обсуждение домашнего задания в форме обмена содержанием записей из дневников (удалось или не удалось использовать в общении с ребенком «Я-высказывания», какие были трудности») (15 мин).

2. Основная часть.

Упражнение «Выслушай другого» (родители делятся на пары и садятся напротив друг друга).

Инструкция: сначала один выражает свое мнение по поводу заданной темы, а второй внимательно слушает, стараясь запомнить сообщаемую информацию. Затем пересказать как можно ближе к тексту. Ключевые слова: «как я понимаю», «другими словами, ты считаешь», «если я тебя правильно поняла». Через 3 минуты ведущий останавливает беседу. «Сейчас у говорящего будет одна минута, в течение которой надо будет сказать «слушающему», что в его поведении помогало, а что затрудняло рассказ. Затем пары меняются местами.

Пример темы для обсуждения: «Трудности и проблемы в воспитании ребенка» (20 мин).

Обсуждение упражнения.

Получилось ли «хорошо» слышать другого (10 мин)

Информационная часть

Информирование родителей включает рассказ о том, какое может быть слушание – пассивное (безмолвное) и активное (рефлексивное). Активное слушание создает отношения теплоты, родители могут «влезть в шкуру ребенка», у детей появляется желание прислушаться к мнению родителей. Приемы активного слушания: пересказ – изложение своими словами того, что сказал собеседник; уточнение – направлено на выяснение, конкретизацию чего-то («Ты сказал, что это происходит давно, а как давно это происходит»); Отражение чувств – проговаривание чувств, которые испытывает другой человек (« Мне кажется ты обижен»); проговаривание подтекста – проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие мыслей собеседника (например, у фразы « Мама, а ты не заметила какую уборку я сегодня сделал» , подтекст может быть таким:

«Ты бы меня похвалила»); резюмирование используется в продолжительных беседах («Итак, мы договорились с тобой»).

Правила хорошего слушания:

1. Слушай внимательно, обращай внимания не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, жесты, поза).
2. Проверь, правильно ли ты понял слова собеседника, используя приемы активного слушания.
3. Не давай советов.
4. Не давай оценок (15 мин).

Упражнение : «Слушать чувства»

Инструкция: ведущий зачитывает какое-то сообщение от имени ребенка, а задача родителя сформулировать в утвердительной форме те чувства, которые они слышали в этом сообщении.

Примеры сообщений.

1. «Я больше никогда не буду играть с Олей, она плохая.
2. «У меня завтра контрольная.»
3. «Все дети пошли к морю. Мне не с кем играть».
4. «Математика очень трудная. Я слишком глупый, чтобы в ней разобраться.»

Далее родители, по-очереди, называют сообщение, а остальные формулируют чувства (15 мин).

Завершение группы.

Обмен чувствами, впечатлениями (10 мин)

Занятие №11 (для родителей)

Тема: «Поощрения и наказания».

Цель: Знакомство с принципами использования поощрений и наказаний.

Инструментарий: нет

1.Разминка.

Упражнение «Ассоциация»

Инструкция: тренер смотрит на соседа справа и говорит, с каким месяцем он у него ассоциируется, и далее все продолжают по кругу. Затем все рассаживаются по порядку месяцев в году и вновь, глядя на соседа справа, (но это уже другой человек) объясняют, почему у этого человека именно такой месяц (5мин)

1.Основная часть.

Упражнение.

Инструкция: необходимо вспомнить какое-нибудь наказание из своего детства, которое запомнилось на всю жизнь, оставило след. Поделиться своими переживаниям в кругу (15 мин)

Обсуждение с родителями следующих вопросов:

1. Какие методы поощрения и наказания используются в семье?
2. Нужны ли физические наказания? (40 мин)

Родители заполняют анкету «Методы воздействия на ребенка»
(приложение № 4) (10 мин)

Знакомство родителей с каталогом негативных эффектов типичных родительских реакций (по Т. Гордону) (10 мин)

3.Заключительная часть.

Подведение итогов. Тренер пишет на доске основные принципы использования поощрений и наказаний (10 мин).

Прощание.

Занятие № 12

Тема: Завершение группы. Подведение итогов.

1.Разминка.

Любимые игры.

Инструкция: тренер спрашивает детей о том, в какие игры они хотели бы поиграть со своими родителями. Это могут быть игры, в которые играли на занятиях, так и новые придуманные детьми. Группа играет в предложенные игры (30мин)

1.Основная часть.

Упражнение «Если бы » (все участники сидят в кругу).

Инструкция: тренер обращается сначала ко всем взрослым и просит их немного пофантазировать: что было бы, если бы они на миг стали детьми – дочками и сыновьями, а их дети, которые присутствуют на занятии, стали бы их родителями. Затем тренер передает мяч по кругу и просит взрослых по очереди сказать буквально по одному предложению, чтобы они хотели сделать в этой ситуации или иметь и т.д. Если сидящий рядом ребенок хочет спросить маму о чем – либо, он может это сделать. Мама отвечает одним предложением.

Затем тренер просит детей ответить на вопрос, что было бы, если бы они стали мамами и папами (10 мин)

1.Диагностическая часть.

Родители заполняют анкету участника тренинга и оценивают по 5-ти бальной шкале свои взаимоотношения с детьми. Дети и родители выполняют семейную социограмму. Родители совместно с детьми рисуют молча на одном листе (30мин)

Завершение группы. Подведение итогов (10 мин)

Заключительное слово ведущего.

Сегодня мы с вами завершаем наши занятия. Вместе мы прошли какой-то отрезок пути, успели привыкнуть друг к другу, подружиться. Каждая семья уникальна по-своему и мне хотелось бы как-то по-особенному отметить вклад каждой диады в наш групповой процесс.

Награждение участников грамотами и фотографиями.

Обмен чувствами, впечатлениями от данного цикла занятий (10 мин)

Прощание.

Приложение № 1

Анкета участников тренинга

1. Какая тема (занятие, или просто информация) показалась вам наиболее интересной?
2. Какое открытие для себя вы сделали в ходе занятий в группе.
3. Какие изменения, которые произошли в семье, вы отметили бы?
4. Что бы вы хотели добавить в программу, какую тему углубить?

Приложение № 2

Схема «Я-сообщения»

1. Описание ситуации, вызвавшей напряжение («Когда я...»).
2. Точное называние своего чувства в этой ситуации («Я чувствую...»).
3. Предпочитаемый Вами исход («Мне хотелось бы»).

Если ребенок игнорирует ваше «Я-сообщение», то «Я-сообщение» дается по следующей схеме: «Я-сообщение» – Усиленное «Я-сообщение» : конкретное пожелание («Я хочу...») – Предупреждение о возможных санкциях («Я собираюсь сделать») – Реализация санкций.

Приложение № 3

Анкета «Оценка своих взаимоотношений с ребенком»

Родители оценивают свои взаимоотношения с ребенком по 5-ти бальной шкале по следующим критериям:

1. Учеба, выполнение домашних обязанностей (уборка игрушек, вынос мусора и т.д.)
2. Просмотр телевизора, игра на компьютере.
3. Развлечения и досуг (куда пойти в выходной день, как отметить день рождения и т.д.)
4. Покупка игрушек, игр.
5. Покупка или выбор одежды.

6. Соблюдение ребенком правил личной гигиены (чистка зубов, причесывание, опрятность в одежде и т.д.)

5б – Нам легко удастся договориться.

4б- Нам почти всегда удастся договориться.

3б- Каждый раз бывает по- разному.

2б- Очень часто конфликтуем по этому вопросу.

1б- Ситуация вышла из-под контроля.

Сфера деятельности	5б	4б	3б	2б	1б
Учеба, домашние обязанности					
Просмотр телевизора, игра на компьютере					
Развлечения и досуг					
Покупка игрушек, игр					
Покупка или выбор одежды					
Соблюдение правил личной гигиены					

Приложение № 4

Анкета «Методы воздействия на ребенка»

Оцените в баллах степень использования следующих методов воздействия на ребенка:

Всегда – 1 б;

Часто – 2 б;

Редко – 3 б;

В исключительных случаях – 4 б;

Никогда – 5б

1. Приказ, команда.

2. Предупреждение. Угроза.
3. Увещевание, пристыжение.
4. Советы, готовые решения.
5. Нотации, поучения.
6. Критика, несогласие.
7. Похвала, согласие.
8. Насмешка, обзывание.
9. Анализ поведения, интерпретация.
10. Утешение. Поддержка.
11. Допытывание, вопросы.
12. Обращение в шутку.

Приложение №5

Бланк регистрации результатов КРС (кинетический рисунок семьи).

Ф.И.О. _____

Дата эксперимента _____

Симптомо комплекс	Благоприятн ая семейная ситуация	Тревожнос ть в семье	Конфликтн ость в семье	Чувство неполноценн ости в семейной ситуации	Враждебность в семейной ситуации
балл					

Благоприятная семейная ситуация

1. Общая деятельность-0,2
 2. Изображение всех членов -0,2
 3. Отсутствие изолированных-0,2
 4. Отсутствие показателей враждебности-0,2
- Макс бал-0,8

Тревожность в семье

1. Штриховка-0,2
 2. Стирание-0,2
 3. Преобладание вещей-0,2
 4. Линия с сильным нажимом-0,2
- Макс бал-0,8

Конфликтность в семье

1. Барьеры между фиг-0,2
2. Изоляция отд. фигур-0,2
3. Отсутствие некоторых членов семьи-0,2
4. Член семьи изображен спиной-0,2

Чувство неполноценности в семейной ситуации

1. Расположение фигур в нижней части листа-0,2
2. Маленькие фигуры-0,2
3. Отсутствие автора-0,2
4. Изоляция автора-0,2

Враждебность в семейной ситуации

1. Агрессивная позиция фигуры-0,2
2. Зачеркнутая фигура -0,2
3. Одна фигура на др. стороне листа-0,2
4. Обратный профиль-0,2

Приложение № 6

Испытуемым дают бланк с нарисованным кругом диаметром 110 мм.

Инструкция:»Перед Вами на листе бумаги изображен круг. Нарисуйте в нем самого себя и членов семьи в форме кружков и подпишите их имена».

Критерии по которым производится оценка результатов (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.)

- 1) Число членов семьи, попавших в площадь круга;
- 2) Величина кружков;
- 3) Расположение кружков относительно друг друга;
- 4) Дистанция между ними

Бланк стандартизированного наблюдения

Уровень коммуникативных навыков

навыки	1б-низкий уровень	2б-средний уровень	3б-высокий уровень
Включенность в игровую деятельность			
Умение принимать правила			
Умение вербально выражать свои мысли			
Итого:	Сумма 3-4 б	Сумма 5-6 б	Сумма 7-9 б

Литература:

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: АСТ: Астель; Владимир: ВКТ, 2012
2. Енин А. В. Психология личности и коллектива. Игровые тесты и тренинги. – Воронеж: ВОИПКипРО, ВИИС, 2009
3. Енин А. В. Внеурочная деятельность. ФГОС: «Химия» теории и практики воспитания. Научно-практическое пособие. – Воронеж: ВПРО, 2015
4. Иневаткина С.Е., Ботова Э.К. Детско-родительские отношения – основной фактор развития ребенка //Гуманитарные науки и образование.-2013.-№1.
5. Корчак Я. Как любить ребенка. – М.: АСТ, 2014
6. Сорокоумова Е.А., Маргун И.П. Позитивные детско-родительские отношения: сущность и специфика//Социально-гуманитарные знания.- 2014.

7. Татаринова Л.В. Тренинг-программа Формулы детско-родительского общения//Работник социальной службы.-2012.-№5.
8. Социальная сеть работников образования nsportal.ru Занятие для родителей и детей «Конфликты в семье» (для родителей и учащихся 7-9 классов)
9. <http://www.pedagoginfo.ru/>
10. http://www.obsheniye.ru/consult_psy/index.html
- 11.Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. Изд. «Речь» Санкт-Петербург 2000г.
- 12.Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком как?
- 13.Фопель К. Как научить детей сотрудничать?
- 14.Лютова Е.К., Моница Г.Б. Тренинг эффективного взаимодействия с детьми.
- 15.Эйдемиллер Э.Г. Юстицкий В. Психология и психотерапия семьи.