

**Родительское собрание-практикум
«Гармония общения –
залог психоэмоционального здоровья
ребенка»**

Л.М. Козут

Цели родительского собрания:

1) познакомить родителей с принципами общения;

2) содействовать укреплению взаимопонимания между взрослыми и детьми посредством применения единых воспитательных средств.

Подготовительная работа.

I. Отобрать по данной теме ситуации и вопросы, которые интересуют родителей, проведя предварительно письменный опрос.

Уважаемые родители!

Опишите ваши действия в следующих ситуациях:

1. Когда вам приходится делать ребенку замечание.

2. Когда вы выражаете свой гнев.

3. Когда вы хвалите ребенка.

II. Написать плакаты, которые будут вывешиваться на доску в качестве выводов:

1. Говорить нужно о ситуации, а не о личности.

2. «Я»-сообщения не унижат ничего достоинства.

3. Хвалить следует поступки, а не характер.

4. Речь – это и есть сама цивилизация.

III. Оформить примеры позитивных и негативных родительских установок в виде карточек, которые будут розданы родителям для обсуждения, например:

Негатив	Последствия	Позитив
«Ты плохой, отдам тебя в детдом!» или «Я от тебя ухожу, мне такой ребенок не нужен!»	Чувство вины, повышенная тревожность, страхи, одиночество, низкая самооценка, «уход» в себя, замкнутость, ощущение своей ненужности – «уход» из жизни.	«Что бы ни случилось, я никогда тебя не оставлю!»
«Что ты за неряха!»	Чувство вины, невнимание к себе, своей внешности, трудности в выборе друзей.	«Как приятно на тебя смотреть, когда ты чистый и на тебе аккуратная одежда!»
«Ты просто плакса, нытик».	Сдерживание эмоций, тревожность, глубокое переживание даже незначительных проблем, повышенное эмоциональное напряжение, страхи, озлобленность, закрытость.	«Поплачь, тебе будет легче».

Оборудование: магнитофон, аудиозаписи релаксационной музыки.
Оформление доски:

<p>«Дитя, дай мне руку, чтобы я мог идти в лучах твоей веры в меня!» <i>(Х. Кан)</i> «Если мы хотим воспитать личность, то все окружение, все люди, которые направляют этот процесс, должны составлять целеустремленную воспитательную среду» <i>(Ш. Амонашвили)</i></p>	<p>Гармония общения – залог эмоционального здоровья ребенка Принципы общения: 1. ЗАМЕЧАНИЯ Говорить нужно о ситуации, а не о личности. 2. ГНЕВ «Я»-сообщения не унижат ничьего достоинства. 3. ПОХВАЛА Хвалить следует поступки, а не характер. 4. РОДИТЕЛЬСКИЕ УСТАНОВКИ Речь – это и есть сама цивилизация</p>	<p>Я – сообщения: Я чувствую ... Я переживаю ... Я расстроен ... Я очень огорчен ... Я возмущен(а) ... Мне неприятно ... Мне не нравится ... Мне больно и обидно ... Мне хотелось бы ...</p>
---	---	--

В разделах «Принципы общения» и «Я»-сообщения» плакаты вывешиваются в качестве выводов в конце разговора.

Ход собрания.

I. Вступительное слово учителя.

Сегодняшнее собрание мы проведем как практическое занятие по теме «Гармония общения – залог эмоционального здоровья ребенка». Ни для кого не секрет, что у детей в повседневном общении случаются недоразумения, ссоры, конфликты как со сверстниками, так и со взрослыми. И от того, какой будет реакция взрослого, зависит формирование характера ребенка. Он может поменяться в лучшую или худшую сторону. Поэтому воспитательные позиции школы и семьи должны совпадать. Напомню вам слова известного педагога Ш. Амонашвили: «Если мы хотим воспитать личность, то все окружение, все люди, которые направляют этот процесс, должны составлять целеустремленную воспитательную среду».

Как эффективно и человечно справляться с конфликтными ситуациями?

Давайте познакомимся с принципами общения, которые помогут вам достойно сделать замечание, преодолеть свой гнев, не унижая достоинства ни своего, ни ребенка, научат, как вовремя похвалить детей, и подскажут, как преобразовать ваши собственные негативные установки в позитивные. Приглашаю вас всех к активному сотрудничеству. Каждому из вас предстоит побывать и в роли ребенка, и в роли взрослого.

II. Как правильно делать замечания.

Учитель:

- Делая замечание, взрослые могут:
- обвинить и пристыдить ребенка;
- поучать и укорять его;
- угрожать и задабривать.

Давно известно, что эти приемы ведут к еще большему непослушанию детей, к развитию у них жестокости, обидчивости и другим негативным последствиям.

Ситуация. В выходной день вся семья собралась за обеденным столом, вы, ребенок, тянетесь за хлебом и опрокидываете на белоснежную скатерть стакан с соком. Что скажут вам

ваши родители? (Звучат варианты родительских высказываний.)

В процессе обсуждения все сходится на замечании, в котором указываются только факты и предлагается помощь в устранении оплошности. Например: «Сок пролился! Скорей возьми тряпку и вытри!»

Вывод. Говорить о ситуации, а не о личности – главный принцип общения.

Закрепление.

– В ваших анкетах среди различных ситуаций для обсуждения была указана следующая: «Ребенок постоянно приходит с улицы грязный».

Ситуация. Представьте, что ваш ребенок вернулся с прогулки грязным, в порванных штанах, но счастливый. Какова будет ваша реакция, если вы будете использовать главный принцип общения?

Звучат варианты ответов: «Я вижу, на тебе грязные брюки...», «Ты весь в грязи...», «Что будем делать с одеждой?», «Тебе помочь?».

Родители предлагают следующие ситуации и обсуждают их.

Вывод. Когда взрослые говорят о ситуации, в которую попал ребенок, а не о его личности, стараются разобраться в ней и помогают ребенку разрешить проблему – высказываются обдуманно замечания, а это всегда предполагает язык доверия.

III. Как выражать свой гнев.

– Зачастую замечания взрослых остаются без внимания, поведение детей раздражает, может быть надоедливым и наступает момент, когда у родителей «терпение лопнуло». Как вы думаете, должен ли ребенок почувствовать, что «страсти накалились добела»? (Варианты ответов родителей сводятся к краткому «Да!».) Вам незачем скрывать свою досаду, притворяться спокойными. Если нет искренности, то нет и гармоничного общения.

Ситуация. Представьте, что вы после неоднократных замечаний входите в комнату ребенка и видите, что уроки не сделаны, на столе беспорядок, на полу разбросаны игрушки... Ваша реакция?

Родители высказываются, например: «Я вижу, по всему полу валяются игрушки!», «Я удивлена!», «Я зайду через...» Прозвучало мнение, что, может быть, ребенку еще не под силу уборка. В процессе обсуждения родители приходят к выводу, что, говоря о ситуации, они высказывали свои чувства – «Я удивлена, возмущена», т.е. использовали «Я»-сообщения.

Игра «Цепочка».

Родители по очереди высказывают различные «Я»-сообщения.

Закрепление. Ситуация из анкет родителей. Представьте, что вашего ребенка не отогнать от телевизора, никакие замечания не действуют. Ваша реакция?

Высказывания родителей: «Вечер, а у тебя не сделаны уроки!», «Я очень расстроена, что ты так долго смотришь телевизор, это мешает тебе подготовиться домашнее задание. Какой выход ты предлагаешь?». Звучат мнения по поводу того, что взрослым самим нужно изменить свое отношение к просмотру телевизора.

Родители предлагают для обсуждения другие волнующие их ситуации.

Вывод. При помощи «Я»-сообщения можно выразить свои чувства, не унижая ничьего достоинства. Личный пример родителей – самая сильная установка.

IV. Похвала.

– Какое из этих утверждений истинно?

«Хвалить вредно».

«Хвалить полезно».

Звучат высказывания родителей.

Вывод: оба утверждения истинны.

– Ребенка хвалить вредно, но поступки хвалить полезно. Почему психологи советуют родителям избегать открытой похвалы? (Варианты ответов родителей.)

Оказывается, открытая похвала вызывает у детей тревогу, настороженность, делает их несамостоятельными. Чтобы ребенок оставался самим собой, ему нужно освободиться от давления похвалы, так как у него развивается зависимость от привычки, чтобы окру-

жающие постоянно одобряли его действия.

Похвала включает в себя две составные:

- 1) то, что мы говорим о ребенке;
- 2) то, что ребенок сам говорит о себе.

Оценивая ситуацию, выражая свои положительные чувства, взрослый влияет на положительную самооценку, которую ребенок дает себе сам. Если дети чувствуют, что похвала не заслужена, они будут делать так, чтобы взрослые это поняли.

Ситуация. Представьте, что в гости к вашему ребенку пришли друзья. Все тихо играют в комнате, вы заглядываете к ним и от умиления хвалите: «Какие молодцы, какие спокойные дети!». Не успеваете закрыть за собой дверь, как раздается шум, визг, беготня. Какие ошибки допустил взрослый в этой ситуации? (Варианты ответов родителей.) Какая оценка уместна в этой ситуации?

Закрепление. Ситуация из анкет родителей. Представьте, что вы пришли с работы, увидели чистую квартиру, порядок на рабочем месте. Ваша реакция?

Родители предлагают для обсуждения различные ситуации.

Вывод. Выразите свое восхищение и одобрение поступками детей, и дети поймут, что их ценят и любят.

V. Родительские установки.

Дети вырастают такими, какими их ожидают увидеть взрослые. Сказанное невзначай, не со зла любое выражение в адрес ребенка откладывается в багаж подсознания и во взрослой жизни всплывает в виде ситуации, нередко влияющей на его жизненный сценарий.

Рекомендую провести с родителями игру, в которой раскрываются эмоциональные ощущения от негативных установок, транслируемых взрослыми на детей.

На стулья в круг садятся лицом друг к другу несколько взрослых – это 1-я группа игроков. Лицом к ним, образуя внешний круг, встают остальные присутствующие на собрании взрослые – это 2-я группа игроков. Игроки 2-й группы высказывают негативные

установки игрокам 1-й группы, например: «Лентяй! Опять ничего не убрал!», «Тупица! Чего тут непонятного?» и т.п. После того как все участники 2-й группы высказали свои установки, они делают шаг в круг и повторяют эти же установки, но еще громче и быстрее. После этого учитель задает вопрос игрокам 1-й группы: «Что вы почувствовали?» Обычно следуют самые разнообразные ответы, например: «Мне хотелось втянуть голову в плечи», «Очень болел затылок», «Я не слушал», «Хотелось убежать» и т.п.

Точно такие же ощущения возникают и у детей! А ведь зачастую им приходится слышать это целый день.

На столах разложены карточки с негативными высказываниями, последствия этого высказывания и позитивные установки.

Практическая работа.

1-й этап. Найти и составить из этих высказываний правильную логическую цепочку.

2-й этап. На столах разложены карточки с негативными высказываниями. Составить и записать позитивные:

А. «Не твоего ума дело» (позитив: «А ты как думаешь?»)

Б. «Уйди с глаз моих долой» (позитив: «Иди ко мне, вместе разберемся!»)

В. «Вечно ты не вовремя» (позитив: «Сначала ты помоги мне, потом я тебе» или «Я тебе обязательно помогу, но позже»).

Вывод. Чувство вины и стыда не помогут ребенку стать здоровым и счастливым. Слово может разбудить в человеке зверя, а может и возвысить его, оно может как ранить, так и лечить. Речь – это и есть сама цивилизация.

Закончить наш практикум хочется словами Х. Кана: «Дитя, дай мне руку, чтобы я мог идти в лучах твоей веры в меня!»

Лариса Михайловна Козут – учитель средней школы № 14, г. Мончегорск Мурманской обл.