

Методические материалы
по организации профилактики суицидального поведения среди подростков в
образовательной организации

*(сборник подготовлен специалистами кафедры теории и методики воспитания и
центра практической психологии ГБОУ ДПО ПОИПКРО)*

Введение

Данный сборник адресован классным руководителям, социальным педагогам, педагогам-психологам. В нем представлены материалы, которые могут быть полезны при осмыслении проблемы суицидального риска среди подростков и для организации своевременной профилактики по данной проблеме.

Современная ситуация развития общества предъявляет личности сложнейшие требования и способствует увеличению психологических нагрузок. Возникающие жизненные ситуации могут вызывать ситуации стресса, фрустрации, являться психологической травмой. Семье и отдельной личности в период жизненных кризисов свойственно искажение субъективного образа мира, т.е. представлений и отношения к себе и к миру в целом. Суицидальные мысли и фантазии в этот момент очень распространены. Состояние длительной дезадаптации, в зависимости от силы воздействующего фактора и индивидуальных особенностей субъекта, при недостаточном развитии механизмов психологической устойчивости личности может привести к нарушению психологического здоровья, дезорганизации поведения.

Среди разных возрастных групп подростки оказываются наиболее чувствительными к негативным стрессовым воздействиям. Чтобы преодолеть возникающие эмоциональные нарушения, им требуется помощь со стороны.

Современные подростки испытывают высокую тревожность в отношении будущего, остро переживают неудачи в обучении, неразделенную любовь, нарушение межличностных отношений со сверстниками, конфликты с родителями, что порождает у них чувство одиночества и незащищенности. Подростковый возраст недаром считается одним из кризисных периодов жизни. Каждый человек проходит рубеж, отделяющий детство от взрослости, и в это время переживает отчетливое

чувство потери, от которого пытается защититься различными способами. Успешное преодоление данного этапа ведет к взрослению, принятию всей сложности жизни, возможности быть счастливым, стремлению к созиданию и построению приносящих радость отношений. Напротив, неспособность установить четкое и надежное ощущение собственного «Я» ведет к появлению депрессивных и тревожных состояний, усилению мыслей о смерти и суицидальному поведению, поэтому с особой остротой встает вопрос организации психологической помощи и поддержки подросткам, испытывающим психосоциальные трудности. Своевременная психологическая помощь, педагогическая поддержка, простое человеческое участие, оказанное подросткам в трудной жизненной ситуации, помогли бы избежать трагедий.

На сегодняшний день основной задачей педагога, классного руководителя школы становится задача формирования подростка как субъекта поведения, способного самостоятельно выбирать оптимальные формы поведения, противостоять отрицательному влиянию извне, переживаниям социального стресса.

Проведение психологических, воспитательных занятий с подростками в неформальной обстановке, в необычной форме позволит им свободно и безопасно отреагировать свои чувства и переживания. На занятиях они должны иметь возможность высказывать свое мнение, обсуждать волнующие их темы. Создается ситуация общения, позволяющая подростку понять особенности своей личности, сформировать навыки активной жизненной позиции, в том числе потребность самостоятельно принимать решение в жизненной ситуации и готовности нести личную ответственность.

С целью подготовки подростков к активной полноценной жизни в обществе, оказания помощи в осознании своей жизни как главной ценности, а также профилактики суицидального поведения в каждой школе должны быть разработаны практические занятия в различных формах, обращенные ко всем субъектам образовательного процесса: учащимся, педагогам и родителям.

Данный сборник имеет два тематических раздела. В первом – информационном – представлены материалы о проявлениях суицидального риска, причинах

подросткового суицида, которые должны быть известны каждому школьному работнику и родителям учеников.

Второй - методический - включает в себя разработки педагогических советов, родительских собраний, воспитательных занятий с детьми, направленных на развитие субъектности всех участников учебно-воспитательного процесса.

I. Информационные материалы

Педагогу, классному руководителю, родителям об особенностях подросткового суицида

Психологический смысл подросткового суицида (точнее говоря, суицидального поведения, так как попытки гораздо чаще оказываются неудачными) - это крик о помощи, стремление привлечь внимание к своему страданию. Настоящего желания умереть, как правило, в этом возрасте нет; представление о смерти крайне неотчетливо, инфантильно. Е.М. Вроно пишет: «Желание устраниваться лишь на время, «умереть не до конца» - типичное подростковое решение трудной ситуации» (Вроно Е.М.,1994).

Смерть представляется подросткам желаемым длительным сном, отдыхом от невзгод, способом попасть в другой мир. Часто смерть видится средством наказания обидчиков, важнейшее представление - представление о ценности собственной жизни еще не сформировано.

Что должно насторожить?

Педагога должны насторожить следующие поступки, жалобы, проявления:

- необычно пренебрежительное отношение к своему внешнему виду;
- усиление жалоб на физическое недомогание;
- склонность к быстрой перемене настроения;
- жалобы на недостаток сна или повышенная сонливость;
- ухудшение или улучшение аппетита;
- признаки беспокойства;
- признаки вечной усталости;
- уход от контактов, изоляция от друзей и семьи;
- отказ от общественной работы, от совместных дел;
- излишний риск в поступках;
- нарушение внимания со снижением качества выполняемой работы;
- поглощенность мыслями о смерти или загробной жизни;
- необычные вспышки раздражительности;
- усиленное чувство тревоги;
- выражение безнадежности;

- приобщение к алкоголю или наркотикам либо их усиленное потребление;
- раздача в дар ценного имущества;
- приведение всех дел в порядок;
- разговоры о собственных похоронах;
- отсутствие планов на будущее;
- составление записки об уходе из жизни.

Словесные заявления типа: «ненавижу жизнь»; «они пожалеют о том, что они мне сделали»; «не могу этого вынести»; «я покончу с собой»; «никому я не нужен»; «это выше моих сил».

Какие особенности поведения могут проявиться?

Выделяются специфические особенности поведения подростков, указывающие на готовность к суициду:

1. Тревожно-ажитированное поведение, внешне даже похожее на подъем, однако с проявлениями суеты, спешки.
2. Затяжные нарушения сна: подростка преследуют страшные сны с картинками катаклизмов, катастроф, аварий, зловещих животных и т.д.
3. Напряжение аффекта, периодически разряжаемого внешне немотивированной агрессией.
4. Признаки депрессии, апатия, неразговорчивость; подросток «тяжел на подъем», уходит от обязанностей, бессмысленно проводит время; сонливость, пониженное настроение.
5. Выраженное чувство несостоятельности, вины, стыда за себя; сильная неуверенность в себе. Этот синдром может маскироваться нарочитой бравадой, вызывающим поведением, дерзостью.
6. Тяжело протекающий пубертат с выраженными эндокринными и нервно-психическими нарушениями.
7. Употребление алкоголя, токсикомания и наркомания. Многие из них сталкивались со смертью в близком окружении (Волкова А.Н., 1998).

Каковы внешние обстоятельства жизни подростка,

оказавшегося в зоне суицидального риска?

1. Для внешних обстоятельств жизни суицидального подростка характерны следующие особенности:
Неблагополучная семья: тяжелый психологический климат, конфликты с родителями и между родителями, алкоголизм в семье, утрата родителей.
2. Беспризорность подростка, отсутствие опоры на значимого, уважаемого взрослого, который занимался бы подростком.
3. Неблагоприятное положение подростка в семье: отвержение, назойливая опека, жестокость, требовательность без ласки, критичность к любым проявлениям ребенка.
4. Отсутствие друзей, отвержение в учебной группе.
5. Серия неудач в учебе, общении, межличностных отношениях с ровесниками и взрослыми.

Что характерно для суицида подростков?

Самоубийства подростков имеют обыкновенно следующие характерные черты:

1. Суициду предшествуют кратковременные, объективно нетяжелые конфликты в сферах близких отношений (семья, школа, другие референтные группы).
2. Конфликты воспринимаются как крайне значимые и травматичные, вызывая внутренний кризис и драматизацию событий.
3. Суицидальный поступок воспринимается в романтически-героическом ореоле: как смелый вызов, мужественное решение и т.д.
4. Суицидальное поведение демонстративно.
5. Суицидальное решение появляется в порыве, состоянии аффекта; в нем нет продуманности, взвешенности, точного просчета.
6. Средства самоубийства выбраны неумело.

Для подростков с высоким уровнем суицидального риска характерно отягощенное социальное окружение: неблагополучная семья, одиночество и заброшенность, отсутствие опоры на взрослого. (Волкова А.Н., 1998).

Почему?

Анализ причин подросткового суицида позволил сгруппировать их вокруг трех основных факторов:

1. Взаимоотношения с родителями.
2. Проблемы в школе. Они связаны с личностью учителя, социометрическим статусом подростка в классе и личностным отношением к успеваемости, жизненным перспективам.
3. Взаимоотношения со сверстниками - общение с друзьями (ссоры, конфликты со сверстниками, отсутствие близких друзей), межполовое общение (несчастливая любовь, конфликты с противоположным полом).

В качестве **суицидальных мотивов** следует выделять задетое самолюбие, ревность (к младшему брату или сестре), смерть близких или кумиров («эффект подражания», на который указывал еще Э. Дюркгейм), страх наказания (особенно телесного). (В.К. Хорошко). Также для подростков одной из причин психологических страданий и зачастую даже самоубийств являются **проблемы с внешностью**, порой не существующие объективно, а надуманные подростком. Очень многие подростки считают себя неполноценными, даже «уродами» из-за особенностей внешности, часто возрастных: угри, непропорционально вытянувшиеся конечности, появление вторичных половых признаков.

Защитные (антисуицидальные) факторы личности

Педагогу важно знать о наличии защитных (антисуицидальных) факторов. Это такие установки и переживания личности, которые препятствуют реализации суицидальных намерений. Они, как изоляционный материал, предохраняют от самоубийства.

Среди них следует отметить следующие:

1. Поддержка семьи, друзей, других важных в жизни человека людей.
2. Религиозные, культурные и этнические ценности.
3. Приносящая удовлетворение жизнь в обществе, школьном коллективе.
4. Социальная интеграция, например, через учебную деятельность, конструктивное использование досуга.
5. Интенсивная эмоциональная привязанность к значимым близким.
6. Выраженное чувство долга, обязательность.

7. Концентрация внимания на состоянии собственного здоровья, боязнь причинения себе физического страдания или ущерба.
8. Зависимость от общественного мнения и избежание осуждения со стороны окружающих; представления о позорности, греховности суицида.
9. Представление о неиспользованных жизненных возможностях.
10. Наличие творческих планов, тенденций, замыслов.
11. Наличие эстетических критериев в мышлении (нежелание выглядеть некрасивым даже после смерти).

О чем говорить с родителями?

Необходимо напомнить родителям, что детские переживания и конфликты протекают несколько иначе, чем у взрослых. Порой родители воспринимают проблему своего ребенка как пустяковую, не понимая, что в данный момент подростку кажется очень важной и он, в силу отсутствия опыта, не может ее самостоятельно решить. Отсутствие поддержки и понимания со стороны родителей оставляет подростка наедине с его проблемой и порождает чувство отчаяния, способного спровоцировать суицидальное поведение.

Очень точно о подростковом суициде пишет детский психиатр Е.М. Вроно: «Особенности характера, психологического строя, свойственные периоду отрочества, по одному только факту своего существования предрасполагают к самоубийству... Таков подросток с его безудержностью, неустойчивостью, жадой впечатлений, тягой к самостоятельности, эгоцентризмом и максимализмом, крайней ранимостью и изменчивостью настроения, скрытностью, сменяемой навязчивой откровенностью. Беззаботный, радостный ребенок неожиданно превращается в непредсказуемое существо, настоятельно требующее своего места в семейной иерархии и вступающее в отчаянную борьбу за свои права по любому поводу. Он зачастую совершенно невыносим, в сущности же беззащитен и болезненно уязвим» (Вроно Е.М., 1994).

Учитывая, что развитие суицидальных тенденций часто связано с депрессией, **необходимо обращать внимание на ее типичные симптомы**, о которых в том числе могут сообщить родители:

1. Часто грустное настроение, периодический плач.

2. Безднадежность и беспомощность.
3. Снижение интересов к деятельности или снижение удовольствия от деятельности, которая раньше ребенку нравилась.
4. Поглощенность темой смерти.
5. Постоянная скука.
6. Социальная изоляция и сложности во взаимоотношениях.
7. Пропуск школы или плохая успеваемость.
8. Деструктивное поведение.
9. Низкая самооценка и чувство вины.
- 10.Повышенная чувствительность к отвержению и неудачам.
- 11.Повышенная раздражительность, гневливость или враждебность.
- 12.Жалобы на физическую боль, например, боль в желудке или головную боль.
- 13.Сложности концентрации внимания.
- 14.Значительные изменения сна и аппетита.

Не все из перечисленных симптомов могут присутствовать одновременно. Однако наличие двух или трех поведенческих признаков указывает, что у ребенка может быть депрессия и ему нужна помощь специалиста.

Советы родителям

1. Самое важное – чтобы у вашего ребенка были доверенные лица, люди, с которыми он может говорить откровенно, рассчитывает на их поддержку и понимание. Это преподаватели в студии, учителя, тренеры, друзья семьи, крестные родители. Пускай ребенок знает, что ему всегда есть к кому обратиться со своими проблемами.
2. Освойте и используйте психологические приемы «активного слушания». То есть учитеcь выслушивать и не перебивать ребенка, даже если он в десятый раз говорит, как вам кажется, одну и ту же ерунду. Чаще беседуйте с ним в сложные периоды жизни.
3. Поговорите с сыном или дочерью о проблеме самоубийств, поясните, что все подростки время от времени мечтают, а то и пробуют лишить себя жизни. Упомяните о несчастных людях, которые после самоубийств выживают, но

становятся инвалидами. Если у вас есть личный опыт, поделитесь им с ребенком.

4. Не держите в открытом доступе лекарства, особенно сильнодействующие и огнестрельное оружие.
5. Если состояние тинэйджера внушает опасение – не оставляйте его одного, попробуйте переменить обстановку, снять с него нагрузку, подарить новые впечатления, подыскать интересное хобби.
6. Если признаки подготовки к суициду очевидны, вы нашли предсмертную записку и т.д. – обязательно обратитесь к психологам. Если попытка самоубийства налицо, то ребенка лучше госпитализировать, чтобы сохранить ему жизнь и предотвратить новые приступы суицидальных настроений.
7. Предотвратить подростковый суицид проще, чем помочь подростку-самоубийце. Тем более что дети, единожды пробовавшие покончить с собой, с высокой вероятностью повторят попытку.

Как и о чем говорить с учащимися?

Педагог является связующим звеном между ребенком, его родителями и психологом. Педагоги в силу своей профессиональной деятельности больше всего контактируют с детьми и их родителями, поэтому они (наряду с родителями) могут обратить внимание на изменения в поведении ребенка, заметить признаки психологического и психического неблагополучия. В случае сомнений и подозрений на наличие той или иной формы кризисной ситуации детей, педагог обращается к психологу образовательного учреждения за профессиональной помощью.

Именно педагоги создают и поддерживают в учреждении образования атмосферу принятия, понимания, уважения ребенка, а также осуществлять педагогическую поддержку в кризисных ситуациях.

Потребность безопасности и защиты является одной из базисных, доминирующих (А. Маслоу). К потребностям безопасности и защиты относятся потребности в организации, стабильности, законе и порядке, в предсказуемости событий и в свободе от таких угрожающих факторов, как болезнь, страх, хаос.

Отсутствие чувства безопасности делает человека тревожным и недоверчивым. Особенно важны безопасные и стабильные условия для ребенка, который во многом

зависит от взрослого, как в своих действиях, так и возможностях справиться с той или иной ситуацией. Безопасная школа должна обеспечить решение не только образовательных задач, но и удовлетворение этой базисной потребности, являющейся основополагающей для функционирования, как отдельного ребенка, так и всего школьного сообщества. Эффективное поведение в ситуации кризиса уменьшает его негативное влияние на обучение и психическое здоровье, а также помогает как можно быстрее вернуться к нормальному существованию и предотвратить появление психосоциальных проблем.

Профилактика суицидального поведения должна рассматриваться как комплексная система, состоящая из множества компонентов, рассчитанная на длительное применение. В решение этих задач включаются все специалисты службы сопровождения, важную роль играет грамотная воспитательная деятельность классного руководителя.

Очевидно, что профилактическая работа должна включать в себя такие составляющие:

- **поддержание психологической комфортности и безопасности в образовательной среде.**

Отношение к образовательной среде (позитивное, нейтральное, негативное), по мнению отдельных ученых (И.А. Баева, Н.Г. Крупнов, И.Г. Столяр и др.) является значимым интегративным критерием ее психологической безопасности. Психологическая безопасность обучающей и воспитывающей среды способствует удовлетворению основных потребностей взаимодействия педагога и ученика, а именно: личностно-доверительное общение, создающее референтную значимость среды и обеспечивающее психическое здоровье включенных в нее участников и продуктивное развитие их личности, что соответственно снижает суицидальный риск образовательной среды как провоцирующего фактора.

Чрезвычайно важный фактор – поддержание позитивного настроения в образовательном пространстве школы, класса. Анализ суждений людей с низким уровнем оптимизма, проведенный исследователями, показал, что они не верили в свою способность изменить ситуацию, ощущали невозможность добиться поставленных целей, тогда как люди, придерживавшиеся позитивных взглядов на

жизнь, считали себя удачливыми, способными найти решение в критических обстоятельствах и добиться желаемого.

- воспитательное взаимодействие классного руководителя с воспитанниками, строящееся на основе педагогики поддержки, сотрудничества.

Педагоги могут планировать проведение профилактических мероприятий: тематические семинары, классные часы, воспитательные дела, направленные на формирование активной жизненной позиции, умения взаимодействовать с другими людьми, отношения к жизни как самой большой ценности. Индивидуальная и групповая работа с учащимися включает: планирование и проведение внеклассных мероприятий в группе, индивидуальные беседы с детьми с целью нормализации их психического и психофизиологического состояния, проработки позитивного будущего, формирование позитивного мышления, оптимизации взаимоотношений с родителями и сверстниками. Этому способствует организация *группового обсуждения* тем «Мои жизненные ценности», «Позитивное мышление», обучение саморегуляции.

- продуманная деятельность педагога-психолога, включающая в себя: диагностику, консультирование, индивидуальные, групповые развивающие и коррекционно-развивающие занятия с использованием разнообразных психологических упражнений, этюдов, элементов психогимнастики. В настоящее время имеются инновационные практики деятельности педагога-психолога, связанные с овладением навыками мотивационного консультирования, использования арт-терапевтических средств индивидуальной работы, элементов нарративной психологии, совладающего поведения, а также мультимедийные технологии.

II. Методические материалы

Для проведения педагогических советов, родительских собраний, воспитательных занятий с учащимися

Педагогические советы

«Не такой как все»

(составлен Т.П. Ивановой, Г.И. Бакусовой)

Цель: поиск форм и способов взаимодействия педагогов и родителей для обеспечения комфортного положения в школьном и классном сообществе ребенка, имеющего проблемы.

Задачи:

- 1) выявить причины, вызывающие конфликтные ситуации в классном коллективе;
- 2) содействовать развитию у педагогов и родителей умения эффективно взаимодействовать в проблемных ситуациях, нарушающих благоприятный психологический климат класса.

Участники: администрация, педагоги, родители-члены совета школы № 2 п. Дедовичи.

Подготовительная работа

1. Создание инициативной группы для разработки сценарного плана, проекта решения, осуществления подготовки к педагогическому совету.
2. Изучение научно-методической литературы по обсуждаемой проблеме.
3. Анкетирование учащихся и родителей с целью определения степени комфортности пребывания ребенка в школе и классе.
4. Оформление раздаточных материалов для работы групп и проведения рефлексии.

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) в зале установлены мультимедийный проектор и экран;
- 2) подобрано музыкальное сопровождение;
- 3) оформлена презентация, сопровождающая ход педагогического совета;
- 4) для работы групп подготовлены кабинеты на втором этаже.

Ход педсовета

Каждый этап педагогического совета сопровождается соответствующими слайдами презентации.

I. Вступительное слово заместителя директора школы по воспитательной работе, знакомящей участников педагогического совета с целью, задачами и особенностями организации работы.

II. Выступление школьного психолога, в котором рассматриваются основные проблемы взаимоотношений подростков и представляются результаты анкетирования, проведенного с целью определения степени комфортности пребывания учащихся в классном коллективе.

Любой коллектив представляет собой сложный организм, живущий по своим правилам, развивающийся по определенным законам.

От того, насколько комфортно чувствует себя каждый член коллектива зависит его эмоциональное и даже физическое состояние.

Одним из сложнейших периодов становления человека является подростковый возраст. Именно общение со сверстниками становится важнейшим фактором развития подростка. Известно, что влияние на него товарищей, одноклассников, как положительное, так и отрицательное, может быть очень велико. Однако психологические механизмы такого влияния часто бывают непонятны и учителям, и родителям. Они определяются своеобразием происходящих в этом возрасте процессов развития, связанных с переходом от детства к взрослости.

Подростковый возраст характеризуется появлением нового уровня самосознания, условно названного психологами чувством взрослости. Выражается оно в стремлении быть и считаться взрослым. По сравнению с младшим школьным возрастом это совершенно новая позиция по отношению к себе и окружающему миру.

Подросток не мыслит себя вне коллектива, и все события коллективной жизни вызывают у него активное эмоциональное отношение. Он испытывает подъем от переживания общности со своей группой, когда действует вместе со всеми и вместе со всеми выражает свое положительное или отрицательное отношение к событиям школьной жизни, за пределами школы и т.д. Отрыв от коллектива, изолированность, отсутствие друга или разрушение дружбы воспринимается подростком как личная драма.

Но почему некоторых детей не принимает коллектив? Казалось бы, такой общительный дома — и вдруг такой одинокий в школе. Но тот ребенок, которого вы каждое утро кормите завтраком, а вечером целуете перед сном, может восприниматься одноклассниками совсем не так, как вы себе это представляете... «Белой вороной» в классе становится тот, кто не соответствует заданным лидером стандартам. По логике взрослых лишним должен стать тот, кто обладает какими-то отрицательными качествами - трусостью, подлостью. Однако вспомните замечательный фильм Ролана Быкова «Чучело». Там изгоем стала добрая, милая, ранимая Лена Бессольцева. Просто потому, что была другой, не такой, как все.

В заключение выступления психолог приводит результаты тестирования учащихся с целью определения степени комфортности их пребывания в классном коллективе (см. приложения).

III. Практикум «Портрет».

И педагоги, и родители должны уметь помочь ребенку, ощущающему себя не таким, как все. Поэтому сегодня в рамках педагогического совета проводится практикум, в ходе которого каждый из нас сможет приобрести опыт для работы с родителями и детьми, имеющих проблемы в отношениях с одноклассниками.

1. Перед работой группы знакомятся с инструкцией по организации работы «портрет» (краткое описание ребенка, имеющего проблемы в общении с учениками класса) и памяткой, содержащей шуточный наказ участникам педсовета.

Инструкция

- 1) *рассмотрите внимательно «портрет» ребенка, который в каждом классе может оказаться «белой вороной»;*
- 2) *придумайте ситуацию, в которой ярко проявляется проблема взаимоотношений данного ученика с одноклассниками;*
- 3) *разработайте программу действий по оказанию помощи и поддержки ребенку в данной ситуации;*
- 4) *особое внимание обратите на организацию взаимодействия педагога и родителей в решении проблемы;*

5) из подручных средств (цветная бумага, старые журналы) создайте портрет-коллаж предложенного вам ребенка.

Шуточный наказ

Будь активным, но при этом умей слушать других, не перебивая их.

Предлагая идеи, говори кратко, но емко и обязательно по теме.

Ни в коем случае не засыпай – вдруг проспишь что-то важное.

2. Работа в подгруппах.

3. Представление группами материалов своей деятельности.

IV. Рефлексия.

Рефлексия осуществляется с помощью разноцветных карточек. Каждый участник карточкой соответствующего цвета выражает свое мнение по поводу состоявшегося разговора:

- зеленый цвет «Я уже об этом знал(а), но было интересно»;
- синий цвет «Я узнал(а) много нового и интересного»;
- красный цвет «Обязательно буду применять в своей дальнейшей работе».

V. Принимается **решение** педагогического совета:

1. Вести систематическую работу по изучению психологического климата в классных коллективах.
2. На школьном сайте создать страничку для родителей с целью обеспечения их информацией о жизни школы и привлечения к совместной деятельности.
3. Школьному психологу провести цикл бесед для учащихся, посвященных индивидуальности человека, толерантности как важнейшей составляющей общественной жизни человека.
4. Создать копилку приемов и форм работы классного руководителя, способствующих формированию благоприятного психологического климата в классном коллективе.

Литература

1. Аникеева Н. П. Учителю о психологическом климате в коллективе. М., 1983.

2. Белозерова Л. И. Психологическая изоляция подростков в коллективе класса: причины, пути коррекции и предупреждения. Автореф. дис. канд. пед. наук. Л., 1983.
3. Бодманова М. Э., Захарова А. В. Подросток и его друзья. М., 1976.
4. Обсуждаем проблемы воспитания: Методические разработки педагогических советов / Под ред. Е.Н. Степанова, М.А. Александровой. М., 2004.

Приложение 1

«Проблемные» дети

Дети с необычной внешностью. Хромота, заметные шрамы, косоглазие, толщина. Если у вашего ребенка есть заметный физический недостаток, то нужно быть готовым к тому, что он станет предметом насмешек.

Тихие и слабые. Они не могут дать отпор, не умеют или стесняются ругаться, обзывать, поэтому становятся легкой мишенью лидера, а вслед за ним - всего класса. За счет тихих и слабых происходит самоутверждение других детей.

Неопрятные. Сопля зеленая, Грязнуля, Нечисть — это стандартные прозвища неопрятных детей. Почему-то считается, что неопрятность - это признак заразного заболевания. Такой ребенок — это та самая «паршивая овца» детского коллектива.

Зубрилы и подлизы. Это не просто те, кто хорошо учится и искренне любят учителя. Это те, кто ради оценки в дневнике дни и ночи напролет просиживают над ненавистным учебником, первые тянут руку, готовы ответить на любой вопрос. Это те, кто донесет учителю сумку до подъезда, сунет шоколадку, заглянет в глаза. Их не просто не любят. Их ненавидят.

Маменькины сынки. Если ребенка каждый день приходит встречать мама, бабуля караулит на перемене, чтобы вручить горячий пирожок, мобильник разрывается от звонков типа «не простудись», «надень шапку», «не промочи ноги», «ты где, я беспокоюсь», можно гарантировать, что он будет изгоем. Маменькины сынки всегда не в почете у «уже взрослых» одноклассников.

«Психованные». Это дети, которые неадекватно реагируют на шутки и обзывательства, начинают кидаться на одноклассников, швыряются учебниками. Конфликтовать с ними — одно удовольствие.

Шуты и кривляки. Это дети, которые хотят заслужить любовь коллектива, но не знают, как это сделать. Они сделали вывод, что смех—это и есть признание. Теперь от них ждут глупых шуток, дурацких действий. При случае припишут и то, чего они не совершали. Тогда учитель уж точно накажет шута, а он этому рад - ведь на него обратили внимание.

Приложение 2

Анкета для выявления самочувствия ученика в коллективе

(составлена В.Т. Кабушем)

1. *К кому ты чаще всего обращаешься за разъяснением твоих прав и обязанностей:*
 - 1) *родителям;*
 - 2) *учителям;*
 - 3) *друзьям;*
 - 4) *руководителю организации, клуба, кружка;*
 - 5) к _____ кому _____ еще
(напиши) _____,
 - 6) *не знаю.*
2. *К кому ты чаще всего обращаешься за советом при выборе решения, как поступить в сложных жизненных ситуациях:*
 - 1) *родителям;*
 - 2) *учителям;*
 - 3) *руководителю организации, клуба, кружка;*
 - 4) *друзьям;*
 - 5) _____ к _____ кому _____ еще
(напиши) _____,
 - 6) *не знаю.*
3. *Если тебе будет трудно в жизни, к кому ты обратишься за помощью:*
 - 1) *родителям;*
 - 2) *учителям;*
 - 3) *друзьям;*
 - 4) *руководителю клуба, организации, кружка;*

5) _____ к _____ кому _____ еще
(напиши) _____,

6) не знаю.

4. Кому в первую ты рассказываешь о своих удачах и огорчениях в жизни:

1) родителям;

2) учителям;

3) знакомым, сверстникам;

4) руководителю организации, клуба, кружка;

5) кому _____ еще
(напиши) _____,

6) не знаю.

5. С кем ты хочешь проводить свое свободное время:

1) наедине с собой;

2) с родителями;

3) с друзьями по классу;

4) с друзьями по организации, клубу, кружку;

5) _____ с _____ кем _____ еще
(напиши) _____,

6) не знаю.

6. Кто чаще всего обижает тебя или неправильно оценивает твоё поведение:

1) родители;

2) учителя;

3) сверстники;

4) руководитель кружка, клуба, объединения;

5) кто _____ еще
(напиши) _____,

6) не знаю.

7. Кто лучше всего к тебе относится и понимает тебя:

1) дедушка, бабушка;

2) папа, мама;

3) учителя;

4) друзья по классу;

5) друзья по дому, улице;

6) кто еще

(напиши) _____,

7) не знаю.

8. Кто чаще всего благодарит тебя за успехи в учебе, хорошие дела и поступки в жизни:

1) родители;

2) учителя;

3) друзья по классу;

4) друзья по организации, клубу, кружку;

5) руководитель организации, клуба, кружка;

6) кто еще

(напиши) _____,

7) не знаю.

Приложение 2

Анкета

для родителей

(составлена В.А. Андреевой)

Уважаемые родители! Внимательно прочитайте перечисленные ниже утверждения и оцените степень согласия с каждым из них по следующей шкале:

4 - совершенно согласен;

3 - согласен;

2 - трудно сказать;

1 - не согласен;

0 - совершенно не согласен.

1. Педагоги школы стараются помочь нашему ребенку овладеть умениями и навыками самопознания, самоанализа, самооценки.

2. В школе созданы условия для самореализации и самоутверждения личности нашего ребенка.

3. Педагоги доброжелательно относятся к нашему ребенку.

4. *В школе нет ни психологического, ни морального насилия над детьми.*
5. *Нашего ребенка в школе никто не унижает.*
6. *Педагоги искренно переживают невзгоды и радости нашего ребенка.*
7. *Педагоги в общении с нашим ребенком учитывают его эмоциональное состояние.*
8. *У нас и нашего ребенка складываются неконфликтные отношения с учителями.*
9. *В классе, где учится наш ребенок, сформирована благоприятная атмосфера.*

«Воспитание = семья + школа»

(составлен Л.А. Петровой)

Цель: разработать стратегию совершенствования взаимодействия семьи и школы в деятельности по развитию личности ребенка.

Задачи:

- 1) определить основные проблемы во взаимодействии семьи и школы;
- 2) познакомить педагогов и родителей с классификацией типов семей;
- 3) разработать проект программы улучшения взаимодействия школы и семьи в воспитании детей.

Участники: администрация, социальный педагог и учителя гимназии г. Дно, представители родительской общественности.

Подготовительная работа

- I. Изучение научно-методической литературы по проблеме, рассматриваемой на педагогическом совете.
- II. Проведение социальным педагогом анкетирования родителей.

Анкета для родителей

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в обсуждении проблем воспитания, обучения и развития Вашего ребенка. Нас очень интересует Ваше мнение, поэтому просим ответить на предлагаемые вопросы. Анкета анонимная, а значит, фамилию на бланке можно не указывать.

1. *Нравится ли Вам школа, в которой учится Ваш ребенок? Подчеркните один из предлагаемых ответов:*
 - да;
 - не совсем;

– нет.

2. *Справедливо ли относятся учителя к Вашему ребенку? Подчеркните один из предлагаемых ответов:*

– да;

– не совсем;

– нет.

3. *Какие качества личности, на Ваш взгляд, должна воспитывать у детей школа?*

4. *Где прежде всего должен проходить процесс воспитания детей? Нужно подчеркнуть или дописать:*

– дома;

– в школе;

– в учреждениях культуры, спорта, здравоохранения;

– на улице;

– где еще (укажите)

5. *Какие обязанности родителей по отношению к ребенку Вы считаете главными?*

6. *Чем и как Вы можете реально помочь школе в воспитании своего ребенка и других учеников?*

III. Организация анкетного опроса учителей.

Анкета для педагогов

Уважаемые коллеги!

Приглашаем Вас принять участие в обсуждении проблем воспитания, обучения и развития детей в нашей школе. Анкета анонимная, поэтому фамилию на бланке можно не указывать.

1. Нравится ли Вам образовательное учреждение, в котором Вы работаете?

Подчеркните один из предложенных ответов:

- да;*
- не совсем;*
- нет.*

2. Какими качествами должен обладать выпускник нашей гимназии?

Продолжите пожалуйста, следующую фразу: выпускник нашей гимназии – это _____ человек, _____ обладающий

3. Оцените, пожалуйста, ваши отношения с родителями учащихся по пятибалльной системе (подчеркните нужную оценку): 5, 4, 3, 2, 1.

4. Какие направления в работе школы с родителями учащихся должны стать приоритетными?

5. Назовите, пожалуйста, наиболее эффективные формы и способы работы с родителями

IV. Педагог на основе информации классных руководителей составляет следующую таблицу

Класс	Кол-во учеников	Кол-во родителей, регулярно посещающих родительские собрания	Кол-во родителей, активно участвующих в жизнедеятельности и класса	Кол-во родителей, постоянно интересующихся результатами обучения, воспитания и жизнью своего ребенка в школе
1	27	27	10	27
2	22	20	3	7
3	17	11	10	5
4	16	7	2	4
5	25	22	4	9
6	23	13	6	3
7	26	18	4	20
8	26	16	8	6
9	27	18	7	22
10	26	19	5	15
11	15	10	0	8
Итого:	251 (100 %)	181 (72,1 %)	59 (23, 5 %)	116

V. Подготовка заместителем директора гимназии по воспитательной работе и социальным педагогом своих сообщений на заседании педагогического совета.

VI. Определение примерного перечня проблем взаимодействия школы и родителей для обсуждения участниками педсовета.

VII. Составление плана проведения заседания педагогического совета и проекта его решения.

VIII. Подготовка компьютерной презентации.

Оформление, оборудование и инвентарь:

- 1) оформленная выставка литературы по обсуждаемой проблеме;
- 2) подготовленные рабочие места для четырех творческих групп (необходимое количество столов и стульев, бумага для записей, ручки, карандаши);
- 3) на доске записи темы педсовета и эпиграфа: «Самое сложное в работе с детьми – это работа с их родителями. Т.Н. Джунгарова».

Ход педсовета

- I. Участники педсовета при помощи жетонов разного цвета делятся на четыре группы и занимают свои рабочие места. В каждой группе примерно равное количество представителей родительской общественности.
- II. Директор гимназии представляет участников заседания педагогического совета, называет цели и задачи его проведения.
- III. Заместитель директора гимназии по воспитательной работе делает сообщение на тему: «Воспитание = семья + школа», которое сопровождается компьютерной презентацией.

Сегодняшняя совместная работа педагогов и родителей учащихся посвящена проблеме воспитания детей усилиями семьи и школы. Это взаимодействие должно способствовать формированию у гимназистов желаемых качеств. Проведенное несколько дней назад анкетирование учителей показало, что педагоги хотят, чтобы выпускник гимназии был умным, здоровым, высоконравственным, достойным гражданином-патриотом, социально-адаптированным человеком. (Проецируются слайды компьютерной презентации о представлениях педагогов и родителей образа выпускника гимназии). На экране можно заметить немало совпадений во мнениях учителей и родителей о том, какими личностными качествами должны обладать дети при завершении обучения в гимназии. Разумеется, существует и несовпадение точек зрения, которое не следует рассматривать как непреодолимое препятствие в построении отношений согласия и сотрудничества.

Гораздо большую озабоченность вызывают мнения родителей о главных своих обязанностях по отношению к ребенку. К сожалению, многие из них ограничивают свое влияние на детей лишь заботой об удовлетворении потребностей ребенка физиологического характера. Гораздо меньше их волнуют проблемы интеллектуального и духовно-нравственного развития сыновей и дочерей. Это одна из причин низкой активности большинства родителей в жизнедеятельности школы и классов. (На экране появляется таблица о посещении родителями учащихся родительских собраний, об участии пап и мам в делах класса и школы). Полученная информация также свидетельствует о недостатках работы классных руководителей с родителями. Пока не найдены эффективные пути и способы взаимодействия семьи и

школы в воспитании детей. Не случайно интерес родителей к школе заметно снижается со взрослением ребенка.

Формируя систему взаимодействия образовательного учреждения и родителей учащихся, надо учитывать особенности современной семьи, такие как малочисленность детей, построение отношений на основе гражданского брака (их количество стремительно растет), равноправие мужчин и женщин в финансово-материальном обеспечении и других сферах жизнедеятельности семьи.

В последние годы все чаще и чаще употребляется термин «кризис семьи». Исследователи называют следующие причины кризисного состояния (проецируется слайд презентации):

- недостаток или избыток финансово-материальных средств в семье;
- бездуховность родителей;
- безнаказанность и всепрощение детей и их поступков;
- наличие аморального стиля в семейных отношениях;
- отсутствие благоприятного эмоционально-психологического климата;
- противоправное поведение взрослых.

Обращая внимание на негативные тенденции развития семейных отношений и практики воспитания детей в семье, следует заметить, что существует и положительный опыт воспитательного влияния родителей на развитие интеллектуального, духовно-нравственного, эстетического, коммуникативного и физического потенциала своих детей. (Участникам педсовета представляется с помощью компьютерной презентации положительный опыт семейного воспитания гимназистов.)

IV. Социальный педагог информирует о существующей в науке типологии семей и о сложившейся социально-педагогической ситуации развития гимназистов.

По количеству детей семьи подразделяют на многодетные (3 ребенка и более), малодетные (2 ребенка) и бездетные. По своему составу семьи могут классифицироваться так:

- однопоколенная (только супруги);
- двухпоколенная (супруги и дети);
- межпоколенная (супруги, дети, родители супругов);

- неполная (только один родитель);
- внебрачная (отсутствие государственной регистрации отношений супругов-родителей).

Успешное становление личности ребенка происходит в тех случаях, если родители строят воспитательные отношения с детьми и уклад семейной жизни с помощью действий следующего характера:

- 1) последовательно удовлетворяют базовые потребности ребенка;
- 2) помогают ему сохранять душевное равновесие в различных жизненных ситуациях, в том числе и трудных;
- 3) внимательно и заинтересованно относятся к тому, чем ребенок желает с ними поделиться;
- 4) проявляют чувства уважения и доверия к ребенку, его мыслям, устремлениям и действиям;
- 5) признают право ребенка на осуществление самостоятельного выбора.

Исследователь И.Ю. Шилов предлагает родителям для повышения эффективности воспитательного влияния на детей применять 4 группы методов: информационно-символические, разъяснительно-распорядительские, стимулирующе-побудительные и действенно-практические.

Результативность воспитательной деятельности возрастает при интеграции усилий основных субъектов воспитания детей – семьи и школы. В нашем учебном заведении существует острая потребность в разработке программы совместной деятельности педагогического коллектива и родителей по воспитанию детей.

V. Творческим группам педагогов и родителей предлагается в течение 30 минут подготовить проекты четырех разделов целевой программы «Воспитание = семья + школа».

1. «Школа психолого-педагогических знаний» (1-я группа).
2. «Учимся вместе» (2-я группа).
3. «Содружество» (3-я группа).
4. «Семья и общество» (4-я группа).

Каждый раздел должен содержать информацию о целях совместной деятельности, основных мероприятиях, сроках их проведения, ответственных за их организацию.

VI. Руководители творческих групп представляют разработанные проекты и отвечают на вопросы педагогов и родителей.

VII. Принимается **решение** педагогического совета:

1. Создать группу из представителей администрации и педагогов гимназии, родителей учащихся и социальных партнеров для доработки целевой программы «Воспитание = семья + школа».
2. Представить данную программу для утверждения на общешкольной конференции.
3. Классным руководителям разнообразить формы организации совместных воспитательных дел детей и взрослых с участием родителей.

Литература

1. Акутина С.П. Теоретические основы взаимодействия семьи и школы // Классный руководитель. 2006. № 7.
2. Джунгарова Т.Н. Самое сложное в работе с детьми – это работа с их родителями. Лекция для начинающих классных руководителей // Классный руководитель. 2006. № 7.
3. Степанов Е.Н. Анкетный опросник школьников, родителей, педагогов // Классный руководитель. 2005. № 5.
4. Каверина Л.Б. Методические рекомендации классному руководителю по работе с родителями // Классный руководитель. 2005. № 3.
5. Карпова Г.А. Педагогическое изучение семьи // Классный руководитель. 2005. № 5.
6. Обсуждаем проблемы воспитания / Под ред. Е.Н. Степанова, М.А. Александровой. М., 2003.

Родительские собрания

ВОСПИТАНИЕ? НАЧНИ С СЕБЯ!

(составлено и проведено П.Е. Богдановым)

Форма собрания: дистанционное классное родительское собрание на базе динамического Web-сайта 11-б класса.

Цели собрания:

- 1) активизировать с помощью информационно-коммуникационных технологий участие одиннадцатиклассников и их родителей в обсуждении и решении проблем жизнедеятельности классного коллектива;
- 2) содействовать повышению ответственности взрослых и детей за выполнение ими важнейших социальных ролей родителей и учащихся.

Участники: учащиеся 11-го класса и их родители, классный руководитель, психолог, учителя-предметники.

Подготовительная работа

- I. На предшествующем собрании классный руководитель информирует родителей о теме, целях, сроках проведения дистанционного собрания, об их роли в его подготовке и проведении.
- II. На этом же собрании школьный психолог предлагает родителям ответить на вопросы опросника «Родительское отношение к детям».

Опросник

Ответьте, пожалуйста, с помощью утверждений «да» или «нет» на следующие вопросы:

1. *Я всегда сочувствую своему ребенку.*
2. *Я считаю своим долгом знать все, что думает мой ребенок.*
3. *Я уважаю своего ребенка.*
4. *Мне кажется, что поведение моего ребенка значительно отклоняется от нормы.*
5. *Нужно подольше держать ребенка в стороне от реальных жизненных проблем, если они его травмируют.*
6. *Я испытываю к своему ребенку чувство расположения.*
7. *Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.*
8. *Мой ребенок часто неприятен мне.*
9. *Я всегда стараюсь помочь своему ребенку.*

10. *Бывают случаи, когда издевательское отношение к ребенку приносит ему большую пользу.*
11. *Я испытываю досаду по отношению к своему ребенку.*
12. *Мой ребенок ничего не добьется в жизни.*
13. *Мне кажется, что дети потешаются над моим ребенком.*
14. *Мой ребенок часто совершает такие поступки, которые кроме презрения, ничего не стоят.*
15. *Для своего возраста ребенок немножко незрелый.*
16. *Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.*
17. *Мой ребенок впитывает все дурное, как губка.*
18. *Моего ребенка трудно научить хорошим манерам.*
19. *Ребенка следует держать в жестких рамках, тогда из него вырастет порядочный человек.*
20. *Я люблю, когда друзья моего ребенка приходят к нам в дом.*
21. *Я принимаю участие в жизни ребенка.*
22. *К моему ребенку липнет все дурное.*
23. *Мой ребенок не добьется успеха в жизни.*
24. *Когда в компании знакомых говорят о детях, мне немного стыдно, что мой ребенок не такой умный и способный, как мне бы хотелось.*
25. *Я жалею своего ребенка.*
26. *Когда я сравниваю своего ребенка со сверстниками, они кажутся мне взрослее и по поведению и по суждениям.*
27. *Я с удовольствием провожу с ребенком все свободное время.*
28. *Я часто жалею о том, что мой ребенок слишком быстро растет и взрослеет.*
29. *Я часто ловлю себя на враждебном отношении к ребенку.*
30. *Я мечтаю о том, чтобы мой ребенок достиг всего того, что мне нравится и кажется необходимым.*
31. *Родители должны приспосабливаться к ребенку, а не только требовать этого от него.*
32. *Я стараюсь выполнять все просьбы моего ребенка.*

33. *При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.*
34. *Я очень интересуюсь жизнью своего ребенка.*
35. *В конфликте с ребенком я часто могу признать, что он по-своему прав.*
36. *Дети рано узнают, что родители могут ошибаться.*
37. *Я всегда считаюсь с ребенком.*
38. *Я испытываю к ребенку дружеские чувства.*
39. *Основные причины капризов моего ребенка – эгоизм, упрямство, лень.*
40. *Невозможно нормально отдохнуть, если проводить отпуск с ребенком.*
41. *Самое главное – чтобы у ребенка было спокойное и беззаботное детство, все остальное приложится.*
42. *Иногда мне кажется, что мой ребенок неспособен ни на что хорошее.*
43. *Я разделяю увлечения моего ребенка.*
44. *Мой ребенок может вывести из себя кого угодно.*
45. *Я понимаю огорчения своего ребенка.*
46. *Мой ребенок часто раздражает меня.*
47. *Воспитание ребенка – сплошная нервозность.*
48. *Строгая дисциплина в детстве развивает сильный характер.*
49. *Я не доверяю своему ребенку.*
50. *За строгое воспитание дети потом благодарят.*
51. *Иногда мне кажется, что ненавижу своего ребенка.*
52. *В моем ребенке больше недостатков, чем достоинств.*
53. *Я разделяю интересы своего ребенка.*
54. *Мой ребенок не в состоянии что-либо сделать самостоятельно, а если и сделает, то обязательно не так.*
55. *Мой ребенок вырастет неспособным к жизни.*
56. *Мой ребенок нравится мне таким, какой он есть.*
57. *Я тщательно слежу за состоянием здоровья ребенка.*
58. *Нередко я восхищаюсь своим ребенком.*
59. *Ребенок не должен иметь секретов от родителей.*
60. *Я невысокого мнения о способностях ребенка и не скрываю этого от него.*

61. *Очень желательно, чтобы ребенок дружил с теми детьми, которые нравятся его родителям.*

Ответы на перечисленные вопросы позволяют выявить такие аспекты родительского отношения к детям, как:

- принятие-отвержение (вопросы 3, 4, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18, 20, 23, 24, 26, 29, 37, 38, 39, 40, 42, 43, 44, 45, 46, 47, 49, 51, 52, 53, 55, 56, 60);*
- образ социальной желательности поведения родителя (вопросы 6, 9, 21, 25, 31, 33, 34, 35, 36);*
- «симбиоз» (вопросы 1, 5, 7, 28, 32, 41, 58);*
- «авторитарная гиперсоциализация» (вопросы 2, 19, 30, 48, 50, 57, 59);*
- «маленький неудачник» (вопросы 11, 13, 17, 22, 28, 54, 61).*

III. Ответы родителей на опросник анализируются психологом.

IV. На одном из классных часов классный руководитель проводит тестирование учащихся

Тест «Какой я?»

Выберите, пожалуйста, один из обозначенных буквами ответ на каждый вопрос теста.

1. *Я бы вполне мог жить один, вдали от людей:*

- 1) *да;*
- 2) *иногда;*
- 3) *нет.*

22. *Иногда у меня бывают непродолжительные приступы тошноты и головокружения без определенной причины:*

- 1) *да;*
- 2) *не знаю;*
- 3) *нет.*

23. *Читая о каком-либо происшествии, я интересуюсь всеми подробностями:*

- 1) *всегда;*
- 2) *иногда;*

3) редко.

24. Когда друзья подшучивают надо мной, я обычно смеюсь вместе с ними и нисколько не обижаюсь:

1) да;

2) не знаю;

3) нет.

25. То, что в некоторой степени отвлекает мое внимание:

1) раздражает меня;

2) нечто среднее;

3) не беспокоит меня совершенно.

26. Мне нравится друг:

1) интересы которого имеют деловой и практический характер;

2) затрудняюсь ответить;

3) который отличается глубоко продуманными взглядами на жизнь.

27. На предприятии мне было бы интереснее:

1) работать с машинами и механизмами и участвовать в основном производстве;

2) трудно сказать;

3) беседовать с людьми, занимаясь общественной работой.

28. У меня всегда хватает энергии, когда это необходимо:

1) да;

2) трудно сказать;

3) нет.

29. Я скорее раскрыл бы свои сокровенные мысли:

1) моим хорошим друзьям;

2) никому;

3) в своем дневнике.

30. Я не могу равнодушно слушать, как другие люди высказывают идеи, противоположные тем, в которые я твердо верю:

1) да;

2) затрудняюсь ответить;

3) нет.

31. *Я настолько осторожен и практичен, что со мной случается меньше неожиданностей, чем с другими людьми:*

1) да;

2) трудно сказать;

3) нет.

32. *Я думаю, что я менее чувствительный и легко возбуждаемый, чем большинство людей:*

1) верно;

2) затрудняюсь ответить;

3) неверно.

33. *Я предпочел бы работать:*

1) в учреждении, где мне пришлось бы руководить людьми и быть среди них;

2) затрудняюсь ответить;

3) архитектором, который в тихой комнате разрабатывает свой проект.

34. *То, что я делаю, у меня не получается:*

1) редко;

2) иногда;

3) часто.

35. *Иногда я не решаюсь проводить в жизнь свои идеи, потому что они кажутся мне неосуществимыми:*

1) верно;

2) затрудняюсь ответить;

3) неверно.

36. *Я стараюсь смеяться над шутками не так громко, как это делает большинство людей:*

1) да;

2) не знаю;

3) нет.

17. *Усилия, затраченные на составление планов:*

1) никогда не лишние;

2) трудно сказать, нужны они или нет;

3) не стоят этого.

18. Мне больше нравится работать с людьми изысканными, утонченными, чем откровенными и прямолинейными:

1) да;

2) не знаю;

3) нет.

19. Мне приятно сделать человеку одолжение, согласившись назначить встречу с ним на время, удобное для него, даже если это немного не удобно для меня:

1) да;

2) иногда;

3) нет.

20. Когда я ложусь спать, я засыпаю:

1) быстро;

2) по-разному;

3) с трудом.

21. Работая в магазине, я хотел бы:

1) оформлять витрины;

2) не знаю;

3) быть кассиром.

22. Я предпочитаю:

1) решать вопросы, касающиеся лично меня, сам;

2) затрудняюсь ответить;

3) советоваться с моими друзьями.

23. Аккуратные, требовательные люди не уживаются со мной:

1) верно;

2) иногда;

3) неверно.

24. Если люди обо мне плохо думают, то я не стараюсь их переубедить, а продолжаю поступать по-своему:

- 1) да;
- 2) трудно сказать;
- 3) нет.

25. Бывает, что все утро я не хочу ни с кем разговаривать:

- 1) часто;
- 2) иногда;
- 3) редко.

26. Мне бывает скучно.

- 1) часто;
- 2) иногда;
- 3) редко.

27. Я думаю, что даже самые драматические события через год уже не оставят в моей душе никаких следов:

- 1) да;
- 2) трудно сказать;
- 3) вряд ли.

28. Я думаю, что было бы интереснее быть:

- 1) ботаником и работать с растениями;
- 2) не знаю;
- 3) страховым агентом.

29. Когда вопрос, который надо решить, очень труден и требует от меня много усилий, я стараюсь:

- 1) заняться другим вопросом;
- 2) затрудняюсь ответить;
- 3) еще раз попытаться решить этот вопрос.

30. Ночью мне снятся фантастические или нелепые сны:

- 1) да;
- 2) иногда;
- 3) нет.

Обработка и анализ результатов. Подсчитывается количество баллов следующим образом:

- ответ «б» всегда оценивается в 1 балл;
- ответ «а» на вопросы с 1 по 7 и с 23 по 30 оценивается в ноль баллов, а на вопросы с 8 по 22 – в два балла;
- ответ «в» на вопросы с 1 по 7 и с 23 по 30 оценивается в два балла, а на вопросы с 8 по 22 – в ноль баллов.

В соответствии с данной шкалой оценки ответов выявляются исследуемые характеристики личности:

1. **Замкнутость – общительность.** Если сумма баллов при ответе на 1, 7, 9, 13, 19, 25 вопросы не превысила 8 баллов, то вы, скорее всего, не очень нуждаетесь в обществе других людей и по натуре неконтактны. Вполне возможно, что вы скептически относитесь к знакомым и довольно строго судите других. А это, известно, ограничивает круг близких людей, с которыми легко быть откровенным. Если же сумма баллов выше 8, то вы общительны и добродушны, открыты и сердечны. Вам свойственны естественность, непринужденность в поведении, внимательность и мягкосердечие по отношению к людям. На это следует обратить внимание, выбирая специальность. Вам можно рекомендовать профессии типа человек — человек, требующие постоянного общения с людьми, коллективных действий.
2. **Эмоциональная устойчивость - неустойчивость.** Об этом свидетельствует сумма баллов, полученная при ответах на вопросы 2, 5, 8, 14, 20, 26. Если она меньше 7, вы, скорее всего, подвержены влиянию чувств и склонны к быстрой смене настроения. Высокие оценки свойственны людям выдержанным, спокойным, чей взгляд на вещи более реалистичен.
3. **Практичность – непрактичность.** Если сумма баллов на вопросы 3,6,15,18,21, 27 меньше 7 баллов, вы человек практичный и добросовестный, легко следуете общепринятым нормам, правилам поведения. Хотя, быть может, вам свойственна некоторая ограниченность, заземленность, излишняя внимательность к мелочам. При высоких оценках — у вас богатое воображение и, как следствие, высокий творческий потенциал. Старайтесь все же не витать в облаках. Это часто приводит к житейским неудачам.
4. **Расчетливость – бесхитростность.** Подсчитайте сумму ответов на вопросы

4, 10, 16, 22 и 28, 24. Если она превышает 5 баллов, вам свойственна расчетливость и вы достаточно проницательны, умеете разумно и без сантиментов оценивать события и окружающих людей. При низких оценках — вполне возможно, вам свойственны прямолинейность, естественность, непосредственность в поведении.

5. **Самоконтроль – конфликтность.** При сумме ответов меньше 7 на вопросы 11, 12, 17, 23, 29, 30 у вас не всегда хорошо обстоят дела с дисциплиной. Обычно таким людям, как вы, присуща внутренняя конфликтность. При суммах свыше 6 баллов вы, наверное, целеустремленный человек, хорошо контролируете свои эмоции и поведение, для вас не представляет особого труда придерживаться общепринятых правил.

V. Проводится инструктаж с родителями по вопросу регистрации на Web-сайте класса, каждый из них получает Ник для участия в Web-форуме и чат-общении.

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) Web-сайт класса;
- 2) домашний компьютер для каждого или группы участников дистанционного родительского собрания с возможностью выхода в Интернет;
- 3) Интернет-ресурсы.

Ход собрания

Дистанционное родительское собрание не должно ограничиваться рамками одного дня, а может проходить в течение двух-трех недель. За 15-20 дней до предполагаемой даты его окончания на Web-сайте класса публикуются:

- информация о теме, целях, сроках проведения и участниках собрания (главная страничка сайта);
- афоризмы о воспитании (ссылка «Для родителей»);
- подборка статей по обсуждаемым проблемам (ссылка «Для родителей»);
- опросник «Родительское отношение к детям» и тест «Какой я?» (ссылка для родителей);
- перечень рекомендуемой для изучения литературы (ссылка «Для родителей»);
- правила участия в Web-форумах (<http://eidos.ru/about/forum/index.htm>).;

Классный руководитель организует Web-форум для родителей по теме: «Мой ребенок видит мой образ жизни и на его основе формирует свой». Форум включает несколько разделов, имеющих название и «сопровождающихся» мнением классного руководителя.

Первый раздел

Название. *Каким вы хотите видеть своего ребенка?*

Мнение классного руководителя. *Уверенным, самостоятельным, творческим, физически и духовно развитым человеком ...(предлагаю дополнить). С кого же ему брать пример?*

Второй раздел

Название. *Задумывались ли вы о том, достойны ли вы своего ребенка?*

Мнение классного руководителя. *Ребенок «впитывает» образ жизни родителей, а папы и мамы очень часто решают лишь проблемы: как одеть, обуть, накормить, а потом отдохнуть от всего этого. Чего же мы тогда хотим от подрастающего поколения?*

Третий раздел

Название. *Почему мы должны задумываться о воспитании самих себя?*

Мнение классного руководителя. *Только при появлении своих детей, когда мы сталкиваемся с проблемами их воспитания и взросления, вновь становятся актуальными вопросы собственного интеллектуального, нравственного и физического развития. Наверное, наши дети – важнейший стимул для продолжения работы над самими собой, над собственным воспитанием. Но правильно ли это?*

Четвертый раздел

Название. *Как должны соотноситься свобода и ответственность?*

Мнение классного руководителя. *Конфликтов в общении становится меньше тогда, когда каждая сторона понимает, что ответственна в первую очередь перед собой и не предъявляет претензий к другой. Если в общение вступают два человека, готовые нести ответственность и не перекладывающие ответственность за себя на другого, то вероятность конфликта сводится к нулю. А если я общаюсь с*

человеком, который ответственность за себя нести не хочет, то в данном случае конфликт неизбежен?

Классный руководитель организует Web-форум и для детей по теме: «Мое отношение к прогулам». Форум включает 3 раздела, имеющие название и «сопровождающиеся» мнением классного наставника.

Первый раздел

Название. Как относитесь к прогулам?

Мнение классного руководителя. По-разному. Многие ребята желают чему-то научиться и понимают, что на занятиях они могут получить знания, стать умнее, взрослее. Но есть и те, кто не стремится получать знания. По отношению к прогулам также по-разному реагируют одноклассники – от восхищения «смелостью» до полного неприятия таких поступков.

Второй раздел

Название. Что именно беспокоит?

Мнение классного руководителя. Одних учеников беспокоит угроза наказания, других – осознание себя неспособными, а третьих – возникновение у родителей, учителей и одноклассников чувства неприятия и непонимания их поведения и отношения к учебе.

Третий раздел

Название. Что делать?

Мнение классного руководителя. Извечный вопрос ...

Классный наставник руководит обсуждением вопросов форумов, может вмешиваться в ход обсуждения, имеет право делать замечания участникам форума в случае нарушения сетевого этикета, вносить коррективы, если диалог выходит за рамки выбранного раздела. Совместно со школьным психологом классный руководитель анализирует мнения участников форумов.

Учащиеся и их родители имеют право пригласить для участия в форуме любого члена школьного коллектива. Участники могут предлагать темы для обсуждения.

В назначенный день на сайте в разделе «Для родителей» выставляются результаты тестирования, проведенные школьным психологом и классным руководителем. Затем школьный психолог и классный руководитель подводят итоги

проведенных форумов и публикуют их результаты. Подведение итогов дистанционного родительского собрания организуется в режиме on-line как чат-общение. Принимается ***решение собрания:***

1. Провести классное собрание «Ваши впечатления, ваши предложения» с приглашением родителей, школьного психолога для обсуждения хода и результатов дистанционного родительского собрания.
2. Продолжить общение и обсуждение актуальных вопросов в режиме Web-форума.
3. Внести коррективы в план воспитательной работы класса путем разработки и реализации идей, высказанных в процессе дистанционного общения.

Литература и Интернет-ресурсы

1. Будилов В.А. Основы программирования для Интернет / СПб., 2003.
2. Елисеев О.П. Конструктивная типология и психодиагностика личности. Псков, 1994.
3. Зимняя И.А. Педагогическая психология. М., 2001.
4. Леонтьев Б.В. Web-дизайн: Тонкости, хитрости, секреты. М., 2001.
5. Сгибнева Е.П. Классные часы в средней школе. М., 2007.
6. <http://www.lanserv1.kemsu.ru/obuch3.html>
7. <http://www.eidos.ru/courses>
8. Подборка статей, полученных по рассылке: rassylka@mail.ru

МОЙ РЕБЁНОК - ПОДРОСТОК (составлено и проведено Е. А. Ашастиной)

Цели собрания:

- 1) содействовать выявлению и разрешению проблем, связанных с воспитанием подростков в семье;
- 2) способствовать предупреждению конфликтных ситуаций между родителями и их детьми– подростками;
- 3) познакомить родителей с особенностями воспитания детей подросткового возраста.

Участники: родители учащихся 7-го класса, классный руководитель, заместитель директора по воспитательной работе, психолог.

Подготовительная работа

- I. Классный руководитель совместно с членами родительского комитета определяют повестку и ход проведения собрания.
- II. Классный руководитель совместно с психологом готовит вопросы анкеты «Какой он сейчас мой ребенок-подросток?»:
1. Этого сейчас ему больше всего хочется.
 2. Это он (она) любит больше всего на свете.
 3. Это он (она) больше всего боится.
 4. Это он (она) не любит больше всего.
 5. Это его (ее) раздражает.
 6. Это его (ее) обижает.
 7. Это его (ее) любимая музыка.
 8. Это его (ее) любимое занятие.
 9. Это его (ее) друзья.
 10. Это его (ее) проблемы.
- III. Классный руководитель совместно с членами родительского комитета разрабатывает ход деловой игры, готовит решение родительского собрания в форме советов для родителей.
- IV. Психолог школы проводит анкетирование учащихся и анализирует его результаты.
- V. Члены родительского комитета организуют видеосъемку высказываний семиклассников на тему «За что меня можно похвалить?»
- VI. Учащиеся по просьбе классного руководителя пишут письма родителям «Я хочу извиниться за...».

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) рабочие места для четырех микрогрупп родителей (столы с табличками «эксперты», «учителя», «родители», «подростки»; стулья, чистые листы бумаги, ручки);
- 2) телевизор и DVD-проигрыватель.

Ход собрания

- I. Вступительное слово классного руководителя.

Почему сейчас мне так нелегко?

Почему до взрослости так далеко?
Почему все мальчишки ершистые очень?
А ты сам не знаешь, чего же ты хочешь?
Почему у меня постоянный стресс?
Почему моя мама давит как пресс?
Скажите, ну разве не видит она,
Каким несчастным бываю я?
Мама, я вырос уже из пелёнок.
Я вовсе уже не пушистый котёнок.
А ты то ругаешь, то гладишь меня.
А я не ребёнок, подростком стал я!

(Стихотворение подростка из г. Скарборг, перевод Е. А. Ашатиной)

Уважаемые родители! Вот и наступил тот момент, которого мы так ждали: кто-то с нетерпением (ведь так хочется, чтобы наши дети скорее подрастали), кто-то с волнением (взросление ребенка для нас, родителей, действительно волнительно), а кто-то со страхом (ведь столько разных страшных историй рассказывают о проблемах подросткового возраста). Итак, мой ребенок подросток!

Мальчики стали ершистыми, девочкам тоже слова не скажи – обижаются или того хуже: отвечают нам такими словами, которые порой очень обидно слышать. Я знаю, что, скорее всего, вы уже прочитали достаточное количество литературы по психологии подростка и знаете, что в этом возрасте происходят важные биологические перемены, которые влияют на поведение наших взрослеющих детей. Но все же, когда хочется отругать чадо за его какой-то нелицеприятный поступок, не забывайте о том, что нашим детям сейчас непросто. Они очень быстро растут, становятся угловатыми, у них формируются важные органы и системы, а тело не всегда слушается (у многих появляются проблемы с преодолением физических нагрузок, а у некоторых возникают проблемы со здоровьем). А еще на лице, которое, по их мнению, должно быть безупречным, чтобы нравиться лицам противоположного пола, появились эти прыщи! Катастрофа! Мы с вами мудрее. Мы знаем, что все это быстро пройдет и очень скоро из «гадких утят» вырастут прекрасные лебеди. Но ребята-то живут сегодняшним днем. Им нужно все и сейчас.

Они не могут ждать, когда подростковый период закончится. А значит, им нужна помощь, наша помощь, родители!

Другая сторона проблемы – это так называемая переоценка ценностей. Считается, что в подростковом возрасте важнее всего мнение сверстников, а не взрослых. Как оценивают окружающие, как смотрят, что говорят, как ведут себя по отношению к ним. Вот что ребятам важнее всего. Однако мнение подростков о том, как нужно себя вести, как реагировать на замечание взрослых, что надевать, порой бывает слишком далеко от нашего, взрослого, а зачастую и прямо противоположно. Для подростка главное – не показать сверстникам, во что бы то ни стало, что он старательный, воспитанный, «зубрилка» или «ботаник», как сейчас они любят говорить. Мы же хотим другого, чтобы наши дети хорошо учились, были послушными, вот и возникает конфликт. Подростки сознательно идут на конфликт, лишь бы показать сверстникам, что не позволят оскорблять себя. Жаловаться родителям или завучу на учителя – это значит еще больше упасть в глазах своих товарищей. Значит нужно показать, что ты бунтарь, герой, ты никого и ничего не боишься.

Еще одна особенность подросткового возраста – это обостренное чувство справедливости. Любое его нарушение ведет опять же к конфликтной ситуации.

Для подростков также характерно желание самоутвердиться, обратить на себя внимание. В ход идут экстравагантные одежды, прически, принадлежность к той или иной группировке, а порой и применение грубой физической силы.

Все эти вещи я напоминаю вас и без того опытным и мудрым родителям, чтобы вы помнили об этом, воспитывая своих детей. Давайте простим их.

Классный руководитель раздает родителям письма их детей «Я хочу извиниться за...»

Классный руководитель. Итак, перечисленные проблемы есть сейчас, вероятно, в каждой семье. И все потому, что наши дети изменились. А вы заметили эти изменения? Давайте себя сейчас все вместе проверим. Я буду работать вместе с вами, ведь мой ребенок учится в этом классе. А значит, сейчас я – не учитель, а такая же мама, как и вы все.

Родители отвечают на вопросы анкеты «Какой он сейчас, мой ребенок-подросток?».

Классный руководитель. Уважаемые родители, эту анкету заполняли и ваши дети. Сравните, пожалуйста, свои и их ответы. Многие ли пункты у вас с ребенком совпали?

Я искренне надеюсь, что эта анкета помогла вам лучше узнать своего ребенка. Итак, мы знаем, какие у нас проблемы, мы знаем, что волнует сейчас наших детей. И это уже огромный плюс в решении проблем, т.к. решать их необходимо прежде всего в семье.

Выступление психолога школы с итогами проведенного анкетирования подростков.

На вопросы:

- К кому ты обратишься в трудной ситуации за помощью?
 - Кто может дать тебе мудрый совет?
 - Кто может ответить на любые твои вопросы?
 - Кто твой идеал?
- большинство ответили: моя мама, мой отец, мои родители. А это значит, что родители нужны семиклассникам сейчас как никто другой. Ни друзья, ни сверстники или одноклассники, мнением которых они дорожат, не заняли лидирующих позиций. Им нужна помощь взрослых, их конкретный совет.

На основании анализа анкет, в ходе наблюдений и жизненных ситуаций можно выделить три основных проблемы, которые приводят взрослых к конфликту с подростками: учеба, поведение, внешний вид.

Родителям просматривают видеозапись, на которой семиклассники отвечают на вопрос «За что меня можно похвалить?»

Классный руководитель предлагает родителям принять участие в ролевой игре «Родительское собрание». Все родители делятся на четыре группы по 3-5 человек:

- 1) группа экспертов - родители, которые могут поделиться советами, как воспитывать детей;
- 2) группа учителей;
- 3) группа родителей, пришедших на собрание;
- 4) группа подростков, ожидающих родителей с собрания и оправдывающихся за свою учебу, поведение и внешний вид.

Группы рассаживаются за столы с карточками: «эксперты», «учителя», «родители», «подростки». Участникам игры раздается реквизит и бейджи, на которых они пишут свои имена.

Группы получают следующие задания:

1. *Группа учителей:* вы ведете родительское собрание, на котором обсуждаются следующие вопросы:

- 1) ваши ученики стали хуже учиться, нахватили двоек по географии, алгебре, физике;
- 2) первый ученик нагрубил учительнице, обвинил ее в несправедливом отношении к себе, придирках, употребил не совсем корректную лексику; второй ученик подрался с третьим на перемене; третий ученик пропустил урок физики без уважительной причины;
- 3) первый ученик одевается во все черное, носит распущенные волосы; второй учащийся неряшлив, не носит сменную обувь, у него тетради и учебники без обложки; третий ученик носит спортивную одежду.

Памятка для учителей. Помните, что вы должны вести себя с родителями корректно, не унижая детей и родителей в присутствии других родителей. Помните, что фразы лучше строить следующим образом: ваш ... хорош в том-то и том-то, но ...

2. *Группа родителей:* вы услышите от учителей нелестные отзывы о ваших детях, отреагируйте на эти отзывы, сделайте выводы, пообещайте разобраться в ситуации.

Предлагаемые ситуации:

- 4) ваш ребенок стал хуже учиться, получил «двойки» по алгебре, физике, географии (на выбор «учителей»);
- 5) ребенок первого родителя нагрубил учителю, говорил, что тот придирается, применял некорректную лексику; ребенок второго родителя ударил ученика; ребенок третьего родителя пропустил урок физики без уважительной причины;
- 6) ребенок первого родителя одевается во все черное, носит черные распущенные волосы, не реагирует на замечания учителей; ребенок второго родителя

неряшлив, не носит сменную обувь, у него тетради и учебники без обложки; ребенок третьего родителя носит спортивную одежду.

3. Группа подростков исполняет следующие роли:

Подросток 1. На тебя пожаловались на собрании, что ты стал хуже учиться, получил двойки по физике. Носишь черную одежду, распущенные длинные волосы, не реагируешь на замечания учителей, пропустил урок физики без уважительной причины.

Подросток 2. Получил двойки по географии. Неряшливый внешний вид, не носишь сменной обуви, учебники и тетради без обложки.

Подросток 3. Стал хуже учиться, получил несколько двоек по алгебре. Нагрубил учителю, используя плохие слова, сказал, что к тебе придираются, носишь в школе спортивный костюм.

Группе экспертов следует дать оценку происходившему на «родительском собрании» и поделиться тем, что удастся в воспитании своего ребенка лучше всего.

После вступительного слова классного руководителя участники игры проигрывают «родительское собрание» с учетом своих ролей.

Результаты ролевой игры обсуждаются с позиции, что получилось, какие проблемы были озвучены участниками игры. Наиболее интересные идеи записываются.

Родители-эксперты дают свою оценку и рекомендации. Они рассказывают о том, как им удавалось решить ту или иную проблему.

Классный руководитель. Как же нам вести себя по отношению к подростку? Я хочу вернуться к началу нашего собрания. Помните, в стихотворении говорилось:

«Мама, я вырос уже из пеленок,

Я вовсе уже не послушный котенок».

Предлагаю в качестве **решения педагогического собрания** советы для родителей, которые возможно, помогут лучше справиться с трудностями подросткового возраста ваших детей:

1. *В общении с подростком нужно уходить от тех принципов, которые мы использовали в начальных классах. Нельзя требовать безоговорочного подчинения*

- (если, конечно, это не касается здоровья ребенка). Подросток хочет, чтобы к нему относились как к взрослому, а значит, его нужно убеждать, а не ругать.*
- 2. Убеждать можно только личным примером. Нельзя убедить фразой вроде «Делай, как я говорю, а не как я делаю». Значит нужно быть для подростка примером во всем. Помните, он хочет вами гордиться.*
 - 3. «Даже доброе дело для подчиненных не следует делать силой» - (золотое правило менеджмента). Возьмите и вы его на вооружение.*
 - 4. Не винить только подростка за плохие оценки (кто виноват, что вы узнали об этом только на собрании?).*
 - 5. Не кричать на подростка (иначе он запомнит, как громко вы кричали, а не что именно вы сказали).*
 - 6. Не применять физическую силу по отношению к подростку. Это унижительно в любом возрасте, а подростку с обостренным чувством собственного достоинства это нанесет непоправимый вред.*
 - 7. Объясняйте чаще, для чего нужно хорошо учиться, чего достигли вы, хорошо учась в школе и в институте.*
 - 8. Помните, чтобы воспитать человек, нужно обладать безграничным терпением.*
 - 9. Старайтесь, воспитывая, проявлять мудрость, ведь мудрость основана на доброте.*
 - 10. Любите своего ребенка таким, какой он есть. Помните, что подростковый возраст – явление временное. Мы переживем его как стихийное бедствие. Не забывайте слова Стендаля: «Опереться можно только на то, что сопротивляется».*

Литература

1. Алешина Е.И. Индивидуальное и семейное конструирование. М., 2000.
2. Бодина Е. Педагогические ситуации // Воспитание школьников. 1999. № 2; 1998. № 4.
3. Емова Н.Н. Рабочая книга практического психолога. Ростов н/Д, 2005.
4. Мецковский М.С. Социология семьи. Проблемы, теория, методологии и методы. М., 1989.
5. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. М., 1989.

6. Рудакова И.А., Жильцова С.В., Филиппенко Е.А. Конфликтология для педагогов. Ростов н/Д, 2005.



Подготовительная работа

- I. Изучение классным руководителем психолого-педагогической литературы по теме собрания.
- II. Подготовка приглашений на родительское собрание с включением в него вопросов анкеты:

Уважаемые родители!

Приглашаем вас принять участие в подготовке и проведении родительского собрания «Конфликтные ситуации в семье и пути их разрешения», которое состоится 28 января 2008 года в 18 часов. Просим ответить на следующие вопросы:

1. *Считаете ли вы правильным внесение вопроса о конфликтах в семье в повестку родительского собрания?*
 2. *Бывают ли в вашей семье конфликтные ситуации?*
 3. *Как вы их разрешаете?*
 4. *Можно ли вообще обойтись в жизни без конфликтов?*
 5. *Можете ли вы поделиться опытом разрешения конфликтных ситуаций, возникавших в ваших отношениях с дочерью или сыном?*
- III. Обработка результатов анкетирования родителей.

IV. Проведение классного часа «Конфликтный ли ты человек?», в ходе которого учащиеся называют основные причины конфликтов с родителями:

- непонимание друг друга из-за разных взглядов на жизнь;
- проблемы с учебой;
- мой плохой характер;
- позднее возвращение домой;
- мои вредные привычки;
- мало помогаю родителям по дому;
- мой внешний вид, прическа;
- из-за моей компании;
- несправедливость требований родителей.

V. Составление классным руководителем текста лекции для родителей и компьютерной презентации.

VI. Подбор социальным педагогом примеров конфликтных ситуаций в семье для их обсуждения на родительском собрании.

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) мультимедийный проектор с экраном;
- 2) столы и стулья, расставленные в классном кабинете так, чтобы для пяти микрогрупп родителей были созданы рабочие места для групповой работы;
- 3) 5 карточек с примерами конфликтных ситуаций.

Ход собрания

На экране мультимедийного проектора появляется первый слайд с темой родительского собрания и эпиграфом: «Воспитание детей – это легкое дело, когда оно делается без трепки нервов, в порядке здоровой, спокойной, нормальной, разумной и веселой жизни. А.С. Макаренко».

Выступление классного руководителя. Уважаемые родители! Сегодняшнюю встречу мне хотелось бы начать с разговора о самом сложном периоде в жизни наших детей – подростковом возрасте. Наверное, вы, как и я, заметили, насколько изменились наши дети. Для нас с вами наступило сложное время. Нередко можно слышать, что дома с детьми трудно справиться, что замечания ребенок воспринимает порой агрессивно, с ним невозможно договориться и т.д. Часто дети вступают в конфликт,

поэтому цель нашего сегодняшнего собрания обсудить наиболее частые причины конфликтных ситуаций и пути позитивного решения их.

Подростковый возраст – сложный и во многом противоречивый период жизни ребенка. Резкие изменения, происходящие в физическом и психологическом облике, особенно бросаются в глаза родителям и педагогам.

Подростковый возраст – период «тяжелого кризиса» в развитии личности ребенка. Этот период характеризуется началом перестройки организма, ускоренным физическим развитием и половым созреванием. Нарушение прежней слаженности в деятельности организма и еще не отрегулированная новая система его функционирования являются основой общей неуравновешенности подростка, его раздражительности, резких колебаний настроения – от бурной агрессивности к вялости и апатии.

Особенность подросткового возраста состоит в том, что подросток внешне и по своим притязаниям – это взрослый, а по внутренним особенностям и возможностям – это во многом еще ребенок. Отсюда сохраняющаяся у него потребность в родительской ласке, внимании, защищенности, нерастраченный интерес к играм, забавам, возне друг с другом. Порицать это не стоит.

Подросткам свойственна повышенная критичность. Если ранее он на многие события и явления в семье не обращал внимания или был снисходителен в своих оценках, то став подростком, начинает переоценивать давно знакомое и привычное – взаимоотношения родителей, особенности их личностей и поведения, происходящие в мире события. Оценивает все заново и выносит свои собственные суждения, нередко очень прямолинейные, категоричные и бескомпромиссные.

Подростки, особенно мальчики, начинают стесняться проявления своих чувств к родителям. Нередко они прикрывают их демонстративной грубостью, независимостью, снисходительностью или пренебрежением.

На этом этапе развития у ребенка возникают различные отклонения в поведении, которые могут переходить в конфликтные отношения с окружающими людьми, в том числе и с родными. Что же такое конфликт?

Конфликты в семье – это разногласия между членами семьи, в основе которых лежит несовместимость взглядов, интересов или потребностей. Конфликт может

обладать как созидательной, так и разрушительной силой. Но, к сожалению, часто конфликты разрешаются неверно, а это разрушает основы семейных взаимоотношений: возникает неприязнь друг к другу, травмируется психика, возникает чувство ненависти, нарастают стрессовые состояния. В таких ситуациях больше всего страдают дети. Как правильно вести себя в подобных ситуациях, как выяснить их причину, как выйти их конфликтного состояния – в этих вопросах и попробуем сегодня разобраться.

Специалисты считают, что далеко не все дети чувствуют себя комфортно в собственной семье. Многих детей беспокоят конфликты с родителями, например, 12 % учеников класса отметили, что регулярно конфликтуют с родителями, у 59 % учащихся конфликты возникают иногда. Анкетирование, проведенное в классе, позволило выявить наиболее распространенные причины конфликтов в семье. Они указаны в таблице, которая изображена на слайде. Давайте более детально обсудим эти причины.

Непонимание друг друга из-за разных взглядов на жизнь. Эту причину конфликтов с родителями подростки поставили на первое место. Она намного опередила все остальные. И это не случайно. Можно привести пример жизненного наблюдения Марка Твена: «Когда мне было 14 лет, мой отец был так глуп, что я еле его переносил. Но когда мне исполнился 21 год, я был изумлен, насколько старый человек поумнел». В подростковом возрасте происходит открытие своего внутреннего «Я». Открывая его, подросток часто неадекватно относится к несовпадению своих взглядов и ценностей с мнением и ценностными ориентациями родителей, что и становится причиной возникновения конфликтной ситуации в семье.

Проблемы с учебой. Эта причина заняла второе место. Частота конфликтов школьников с родителями по поводу успеваемости значительно выше, чем с учителями. И это естественно, так как для вас, уважаемые родители, успехи детей очень значимы. Но часто родители хотят компенсировать в своих детях то, что не реализовали сами. «Вот мне не удалось получить высшее образование, так пусть моя дочь его получит...» Отсюда и придирчивое отношение к учебе ребенка.

Мой плохой характер. Родителям трудно со своими чадами: подростки то требуют отношения к себе, как к взрослой личности, имеющей право выбирать друзей и время возвращения домой, то «впадают в детство», не желая брать на себя никакой ответственности, например, за ведение домашнего хозяйства или заботу о младших братьях и сестрах. Часто необоснованная раздражительность, вспыльчивость обуславливает конфликт.

Позднее возвращение домой как причина конфликтов с родителями занимает третью позицию. Мне кажется, что ее можно назвать вечной. Однако следует отметить, что очень часто родители чрезмерно строго контролируют времяпровождение ребенка.

Мои вредные привычки. Рассматривая эту причину, нужно отметить, что появление вредных привычек связано не только с желанием подростка казаться взрослым, но и с его стремлением найти компенсацию своим неудачам и неудачам.

Мало помогаю родителям по дому. По данным опроса ребята называют эту причину довольно часто. К сожалению, в этом не всегда виноваты сами дети. Порой и родители желание воспитать своих дочерей и сыновей трудолюбивыми реализуют сугубо авторитарными методами и приемами, дающими в итоге отрицательный результат.

Мой внешний вид и прическа. На удивление, частота конфликтов по этой причине невелика. Однако вовсе сбрасывать со счетов «гардеробные» разногласия родителей и подростков не стоит. Переживания по таким «гардеробным» причинам бывают очень тяжелыми, а семейные ссоры приводят к невыносимым отношениям, к отчуждению любящих людей, неуважению друг к другу.

Из-за моей компании. Причина указания этой причины естественна. Родители опасаются отрицательного влияния «улицы». Но дело в том, что в кругу сверстников подростки удовлетворяют потребность в свободном общении. Об этом необходимо помнить перед тем, как укорить своего ребенка за «плохую» компанию.

Несправедливость требований родителей. Сегодня подростков по поводу «различия взглядов на жизнь» с родителями являются традиционными, но чаще всего эти разногласия касаются вкуса привычек, увлечений. Базовые жизненные

ценности детей нередко совпадают с родительскими. Важно, чтобы требования родителей были связаны с наиболее значимыми сторонами жизни детей.

Итак, мы с вами рассмотрели причины конфликтных ситуаций, которые наши дети указали в своих анкетах.

Как вести себя в конфликтной ситуации? Как найти правильный выход из семейного конфликта? Психологи выделяют несколько вариантов решения конфликтных ситуаций:

1. *Принуждение* – это волевое навязывание такого решения, которое устраивает лишь инициатора конфликта. Такой вариант решения конфликта имеет самые неблагоприятные последствия: при нем ущемляются права членов семьи, унижается достоинство, достигается внешнее благополучие, но на самом деле в любой момент может наступить кризис.
2. *Конфронтация* – никто из участников конфликта не принимает во внимание позицию другого. В результате накапливается негативизм отношений, и дело может дойти до личных оскорблений.
3. *Уход от разрешения конфликта*. В целом такой прием нельзя признать правильным, ведь конфликт все-таки остается. Однако, положительно то, что появляется время для обдумывания и принятия решения.
4. *Сглаживание конфликта*. Это позволяет снять напряженность, добиться нормальных отношений. Но так происходит не всегда.
5. *Компромисс* – это открытый поиск наиболее удобного и справедливого для обеих сторон решения. Здесь обязательны равенство прав и обязанностей, открытость требований, взаимные уступки. Снять напряженность и найти оптимальное решение помогает соблюдение следующих условий разрешения конфликта: «сужение» площади спора до минимума; управление отрицательными эмоциями; стремление и умение понять позицию друг друга; осознание того, что в споре почти всегда нет правых; недопустимость «приклеивания» ярлыков друг другу.

После лекции социальный педагог дает каждой микрогруппе родителей одну из пяти карточек с вариантом конфликтной ситуации и предлагает выполнить следующее задание: в течение 10 минут ознакомиться с описанием конфликта и продемонстрировать короткие сценки о том, как нельзя и как следует поступать в

описанной конфликтной ситуации. Родителям рекомендуется поделиться собственным опытом, если подобная ситуация возникала в их семейной жизни. Микрогруппам родителей предлагаются для совместной работы такие конфликтные ситуации:

Ситуация 1. Вам позвонили близкие друзья, которые хотят заглянуть к вам на часок. Вы лихорадочно начинаете убирать в квартире, что-то готовить, но явно не успеваете. Обращаетесь к своему взрослому сыну или дочери за помощью. В ответ слышите: «Это ваши друзья, вот сами и разбирайтесь». Как вы поступите в такой ситуации?

Ситуация 2. Вы возвращаетесь с работы домой и уже на лестнице слышите громкую музыку, веселье в вашем доме. Входите в квартиру и видите веселящихся друзей вашего ребенка и его самого. В доме полный беспорядок. Ваш ребенок смотрит на вас и говорит: «Привет! Мы немного повеселимся! Не возражаешь?». Ваше решение в подобной ситуации?

Ситуация 3. Ребенку необходимо подготовиться к трем урокам и написать сочинение, но родители неумолимы: «Собирайся на дачу, там будешь готовиться к урокам и немного поможешь родителям». Никакие доводы не помогают. Главный довод родителей: «Мы не оставим тебя одного. Мало ли что может произойти?!». Как решить подобную ситуацию?

Ситуация 4. После собрания родители приходят домой и в ярости требуют объяснений от ребенка. Они говорят о том, что с такими результатами никуда не возьмут учиться после школы. Ученик спокойно отвечает: «Значит, пойду работать». Как поступить в такой ситуации?

Ситуация 5. Родители подарили деньги своему ребенку с определенной целью. Он их потратил не по назначению: купил то, что ему давно хотелось. Родители были возмущены, в свой адрес ребенок услышал много гневных слов. Как поступить в подобном конфликте?

После коллективного обсуждения микрогруппы представляют результаты выполнения заданий. Социальный педагог подводит итоги групповой работы родителей и вручает им памятки «Правила общения с ребенком в конфликтной ситуации».

<i>Позиция слушающего</i>	<i>Позиция говорящего</i>
1. Проявляйте терпимость: не прерывайте ребенка, подумайте, прежде чем что-то скажете. Помните, ваша задача – помочь ребенку рассказать о своих проблемах 2. Не давайте оценок ребенку: если вы будете оценивать его чувства, то он станет защищаться или противоречить вам 3. Не давайте советов: помните, что лучшие решения в конфликте – это те, к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал 4. Преодолевайте соблазн выдачи «бесплатных советов» прежде, чем ребенок не совершит достаточную душевную работу по самостоятельному поиску выхода из трудной ситуации	1. Не обвиняйте! Не говорите, что все произошло из-за недостатков ребенка и не обвиняйте кого-то еще в том, что случилось 2. Не придумывайте! Не говорите ребенку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше чем он сам о них что-то скажет 3. Не защищайтесь! Сначала расскажите о своих мыслях и чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно. И только после этого можете ждать, что то же самое сделает ребенок 4. Не характеризуйте! Не описывайте личность ребенка, тем более говоря: «Ты эгоистичен, неопытен, молод...». Старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу 5. Не обобщайте! Избегайте использования слов «всегда», «никогда» в описании поведения ребенка

Классный руководитель благодарит за активную и творческую работу родителей и предлагает каждому участнику собрания закончить вслух одно из незавершенных на слайде предложений:

Я решил(а) для себя, что я ...

Для меня главное при решении конфликта – это ...

Теперь, при решении конфликтной ситуации, я постараюсь ...

Литература

1. Байярд Р. и Д. Ваш беспокойный подросток. М., 1991.
2. Волкова Е. Трудные дети или трудные родители? М., 1992
3. Курносова Л.А. Нетрадиционные формы работы с родителями // Классный руководитель. 1999. № 3.
4. Кушнер Ю. Уметь чувствовать подростка // Воспитание школьников. 1990. № 6.
5. Прихожан А. Что характерно для современного подростка // Воспитание школьников. 1991. № 6.

6. Слуцкий В.И. Элементарная педагогика, или Как управлять поведением человека. М., 1992.
7. Фридман Л.М., Кулагина И.Ю. Психологический справочник учителя. М., 1991.
8. Хасанов А.Е. Тесты для родителей. Мн., 1999.

КОНФЛИКТЫ ДЕТЕЙ И РОДИТЕЛЕЙ: КТО ВИНОВАТ И ЧТО ДЕЛАТЬ?

(составлено и проведено Н.С. Смирновой)

Цели собрания:

- 1) проанализировать типичные причины возникновения конфликтов между детьми и родителями;
- 2) оказать помощь родителям в определении адекватного стиля поведения в конфликтных ситуациях.

Участники: классный руководитель, родители учащихся 10-го класса, психолог.

Подготовительная работа

- I. Анкетирование учащихся 10-го класса.

Анкета «Как вы понимаете термин «конфликт»

1. Используя шкалу оценки: 0 – никогда, 1 – редко, 2 – часто, 3 – всегда, оцените степень частоты происходящих у вас конфликтов с нижеперечисленными категориями людей:
 - друзьями;
 - одноклассниками;
 - родителями;
 - учителями;
 - братом, сестрой;
 - бабушкой, дедушкой;
 - посторонними людьми.
2. Выберите из названных ниже три наиболее распространенные, по вашему мнению, причины конфликтов детей и родителей. Нужно подчеркнуть:
 - 1) желание быть независимым в своем мнении;
 - 2) родителям не нравятся ваши друзья;
 - 3) ваше нежелание обсуждать свои проблемы с родителями;
 - 4) ограничение вашей свободы и мнений действиями родителями;

- 5) наличие противоположных интересов;
- 6) денежные вопросы;
- 7) невозможность проявлять собственную самостоятельность;
- 8) наличие у вас вредных привычек;
- 9) повышенные требования к вам;
- 10) проблемы в школе;
- 11) личностные качества;
- 12) невыполнение домашних обязанностей;
- 13) другие причины (перечислите).

3. Оцените ваше самочувствие во время конфликта с родителями:

1.	Удовлетворение	3210123	Неудовлетворение
2.	Отсутствие страха	3210123	Наличие страха
3.	Уверенность	3210123	Неуверенность
4.	Спокойствие	3210123	Беспокойство
5.	Комфорт	3210123	Дискомфорт
6.	Возбуждение	3210123	Подавленность
7.	Расслабление	3210123	Напряжение
8.	Самостоятельность	3210123	Беспомощность
9.	Успокоение	3210123	Тревожность
10.	Беззаботность	3210123	Озабоченность
11.	Бодрость	3210123	Усталость
12.	Веселье	3210123	Тоска

II. Обработка, анализ и оформление результатов анкетирования в виде диаграмм.

III. Составление памятки родителям «Как себя вести в конфликтной ситуации».

IV. Оформление газеты «Открытое письмо родителям».

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) в классе подготовлены парты к работе в группах;
- 2) цветные листочки, используемые для создания групп родителей и детей;
- 3) конверты, в которые вложены карточки с описанием конфликтных ситуаций;
- 4) интерактивная доска;
- 5) стенная газета «Открытое письмо родителям». (Учащиеся класса за несколько дней до собрания на листах пишут откровенные письма своим родителям. В них они рассказывают о тех чувствах, эмоциях, которые, возможно, испытывали во

время последнего конфликта, как это отразилось на их поведении и учебе, кого они винят в происшедшем. Письма наклеиваются на заготовку стенной газеты).

Ход собрания

Вступительное слово классного руководителя. Как часто мы раздражаемся, сердимся, при малейшем поводе «срываем свое настроение на детях». Как часто никто не хочет узнать об их заботах и проблемах, которые нам представляются незначительными. Как часто мы прибегаем к громким фразам там, где тихое слово принесло бы больше пользы. Не должны ли мы научиться одно и то же требование произносить в десяти, двадцати различных вариантах: от тихой просьбы до энергичного приказа? Конфликты в семье неизбежны даже при самых хороших отношениях, и дело вовсе не в том, чтобы научиться их избегать, а в том, чтобы научиться их разрешать. Конфликтные ситуации подстерегают нас чуть ли не на каждом шагу. В одном случае дело заканчивается спором, в другом – невысказанной и затаенной обидой, а бывает и настоящим «сражением». Давайте подумаем, как и почему возникают конфликты?

Выступает школьный психолог и сообщает результаты анкетирования учащихся. Во время его выступления на интерактивной доске показываются диаграммы, отображающие мнения десятиклассников.

С помощью цветных жетонов формируются 4 группы родителей. Каждая группа получает конверты с описанием одной конфликтной ситуации. В течение 5 минут микрогруппы должны найти правильные решения описанных ниже конфликтов и обосновать их.

Ситуации для группового обсуждения

1. *Ваш ребенок, придя из школы и не приступая к выполнению домашнего задания, сразу же сел играть в компьютерные игры. Узнав, что не сделано домашнее задание, Вы поступите следующим образом:*
 - 1) *выключите компьютер и заставьте ребенка делать домашнее задание;*
 - 2) *будете его ругать и он поймет свою ошибку;*
 - 3) *договоритесь с ребенком: сначала он сделает домашнее задание, потом Вы разрешите включить компьютер;*

- 4) спрячете компьютерные игры или поставите код на компьютер и будете включать его, когда посчитаете нужным.
2. Вы включили телевизор, чтобы посмотреть свою любимую передачу. Тут в комнату входит Ваш ребенок и говорит о том, что он хочет посмотреть футбол, трансляция которого идет в это же время по другому каналу, и ее повторять не будут. При этом часом раньше он, чтобы сделать Вам приятно, смотрел с Вами передачу, которую мог бы и не смотреть. Вы начинаете злиться. Но эту ситуацию можно разрешить другим образом. Как Вы поступите? Выберите один из предложенных вариантов:
- 1) запишете на видеомэгнитофон свою передачу и пойдете заниматься своими делами, уступив телевизор ребенку;
 - 2) будете смотреть свою передачу, но пообещаете ребенку купить еще один телевизор;
 - 3) скажете ребенку, чтобы он не мешал и занимался своими делами;
 - 4) посмотрите с ним сначала футбол, а затем по видеомэгнитофону Вашу любимую передачу;
 - 5) не будете смотреть ни ту, ни другую передачу.
3. Придя из школы, ребенок сообщает Вам, что его класс едет отдохнуть за город. Условие классного руководителя таково: должен сопровождать кто-нибудь из родителей. А у Вас на этот день был запланирован поход по магазинам. Ваш муж в это время уехал в командировку. Но ребенок очень хочет поехать на загородную прогулку. В данной ситуации Вы поступите:
- 1) отругаете ребенка за его эгоизм;
 - 2) пообещаете ему, что съездите за город в другой раз всей семьей;
 - 3) поедете с ним, а в следующий раз вместе посетите магазины;
 - 4) Вы объясните ребенку, что не намерены постоянно выполнять его капризы;
 - 5) принесете ему свои извинения за то, что не сможете в этот раз помочь.
4. Наступили каникулы. Друзья Вашего ребенка разъехались, и ему не с кем сходить в кинотеатр. Он очень расстроен, а у Вас много дел по дому. Ваши действия будут следующими (выберите один из предложенных вариантов):
- 1) согласитесь пойти с ним в кино;

- 2) *укажете ему, что Вы будете продолжать работу по дому;*
- 3) *на повышенных тонах скажете: «Ты уже большой и можешь сам туда пойти»;*
- 4) *объясните, что ничего страшного, если он туда не пойдет, ведь этот фильм потом покажут по телевизору;*
- 5) *пойдете в кинотеатр вместе, но на следующий день;*
- 6) *скажете, что купите ему видеокассету с этим фильмом.*

Во время выступлений родителей психолог комментирует принятые решения и подводит итоги.

Комментарий психолога. Что общего во всех этих ситуациях? Очевидно, что дело в столкновении интересов родителей и ребенка. Удовлетворение желания одной стороны ущемляет интересы другой стороны и вызывает сильное отрицательное переживание: раздражение, обиду, гнев. Рассмотрим три способа разрешения конфликта.

Первый способ: выигрывает только родитель. В этом случае ребенок оказывается побежденным. Он обижается, а порой и озлобляется.

Второй способ: выигрывает только ребенок. Это происходит тогда, когда родители либо боятся конфликтов, либо готовы постоянно жертвовать собой. У ребёнка формируется эгоистическая направленность, а у родителей накапливается недовольство собственным ребёнком и своей судьбой.

Конструктивный способ разрешения конфликтов: выигрывают обе стороны: и родитель и ребёнок.

Каждая группа получает карточки со следующим содержанием:

1. Конкуренция (чтобы я победил, ты должен проиграть).
2. Приспособление (чтобы ты выиграл, ты должен проиграть).
3. Компромисс (чтобы каждый из нас выиграл, каждый из нас должен что-то проиграть).

В течение 5-7 минут микрогруппы родителей готовят сценки, отображающие в соответствии с полученными карточками одну из стратегий поведения в конфликтной ситуации. После их демонстрации психолог делает комментарий,

акцентируя внимание родителей на то, что происходит с интересами конфликтующих сторон. На интерактивной доске составляется следующая схема:

Конкуренция

Сотрудничество

Выступление классного руководителя. Какие слова чаще всего слышат дети дома и в школе? Они слышат при **Компромисс** же: «Ты должен...», «Ты обязан...». И почти нет обращений: «Ты можешь...», «Ты имеешь право...», «Тебе интересно ...». Я хочу вам прочитать рассказ У. Ливингстона Ларнед «Раскаяние отца»:

Послушай, сын. Я произношу эти слова в то время, когда ты спишь; твоя маленькая рука Избегание от щечку, а Приспособление ые волосы слиплись на влажном лбу. Я один прокрался в твою комнату. Несколько минут назад, когда я сидел в библиотеке и читал газету, на меня нахлынула тяжелая волна раскаяния. Я пришел к твоей кровати с сознанием своей вины.

Вот о чем я думал, сын: я сорвал на тебе свое плохое настроение. Я выбрал тебя, когда ты одевался, чтобы идти в школу, так как ты только прикоснулся к своему лицу мокрым полотенцем. Я отчитал тебя за то, что ты не почистил ботинки. Я сердито закричал на тебя, когда ты бросил что-то из своей одежды на пол.

За завтраком я тоже к тебе придирался. Ты пролил чай. Ты жадно глотал пищу. Ты положил локти на стол. Ты слишком густо намазал хлеб маслом. А затем, когда ты отправился поиграть, а я торопился на поезд, ты обернулся, помахал мне рукой и крикнул: «До свидания, папа!» - я же нахмурил брови и отвечал: «Распрями плечи!».

Затем, в конце дня, все началось снова. Идя по дороге домой, я заметил тебя, когда ты на коленях играл в шарики. На твоих чулках были дыры. Я унизил тебя перед твоими товарищами, заставив идти домой впереди меня. Чулки дорого стоят – и если бы ты должен был покупать их на собственные деньги, то был бы более аккуратным! Вообрази только, сын, что это говорил твой отец!

Помнишь, как ты вошел затем в библиотеку, где я читал, - робко, с болью во взгляде? Когда я мельком взглянул на тебя поверх газеты, раздраженный тем, что

мне помешали, ты в нерешительности остановился у двери. «Что тебе нужно?» - резко спросил я.

Ты ничего не ответил, но порывисто бросился ко мне, обнял за шею и поцеловал. Твои ручки сжали меня с любовью, которую бог вложил в твое сердце, и которую даже мое пренебрежительное отношение не смогло иссушить. А затем ты ушел, семена ножками, вверх по лестнице.

Так вот, сын, вскоре после этого газета выскользнула из моих рук, и мною овладел ужасный, тошнотворный страх. Что со мной сделала привычка? Привычка придирааться, распекать – такова была моя награда тебе за то, что ты маленький мальчик. Нельзя ведь сказать, что я не любил тебя, все дело в том, что я ожидал слишком многого от юности и мерил тебя меркой своих собственных лет.

А в твоём характере так много здорового, прекрасного и искреннего. Твое маленькое сердце столь же велико, как рассвет над далекими холмами. Это проявилось в твоём стихийном порыве, когда ты бросился ко мне, чтобы поцеловать меня перед отходом ко сну. Ничто другое не имеет сегодня значения, сын. Я пришел к твоей кроватке в темноте и, пристыженный, преклонил перед тобой колени!

Это слабое искупление. Я знаю, ты не понял бы этих вещей, если бы я тебе сказал все это, когда ты проснешься. Но завтра я буду настоящим отцом! Я буду дружить с тобой, страдать, когда ты страдаешь, и смеяться, когда ты смеешься. Я прикушу свой язык, когда с него будет готово сорваться раздраженное слово. Я постоянно буду повторять как заклинание: «Он ведь только мальчик, маленький мальчик!».

Боюсь, что я мысленно видел в тебе взрослого мужчину. Однако сейчас, когда я вижу тебя, сын, устало съежившегося в своей кроватке, я понимаю, что ты еще ребенок. Еще вчера ты был на руках у матери, и головка твоя лежала на ее плече. Я требовал слишком многого, слишком многого.

Итак, чаще всего мы детей критикуем, и они понимают, что ничего не могут, что достойны лишь запретов и упреков, а взрослые - могут все, ведь у них полная свобода. Эта несправедливость обостряет взаимоотношения со взрослыми и служит причиной конфликтов.

На интерактивной доске появляется следующая таблица, содержание которой становится предметом коллективного обсуждения.

Типичная фраза	Как необходимо говорить
Ты должен хорошо учиться!	Я уверен, что ты можешь хорошо учиться!
Ты должен думать о будущем!	Интересно, каким человеком ты хочешь стать? Какую профессию тебе хочется избрать?
Ты должен уважать старших!	Ты знаешь: уважение к старшим – это элемент общей культуры человека
Ты должен слушаться учителей и родителей!	Конечно, ты можешь иметь свое мнение, но к мнению старших полезно прислушиваться

Затем микрогруппам родителей предлагается самостоятельно внести нужные коррективы в записанные на интерактивной доске фразы:

1. *Мы в твои годы жили гораздо хуже. Ты должен ценить заботу старших!*
2. *Сколько можно бездельничать! Ты должен, наконец, заняться учебой!*

Заключительное слово классного руководителя. Уважаемые родители, сегодня мы попытались разобраться, как и почему возникают конфликты между родителями и детьми. Взрослые могут и должны находить адекватные пути и способы решения сложных семейных ситуаций, помочь своим детям обрести опыт неконфликтного поведения. Давайте задумаемся над аксиомами воспитания, которые вы можете прочитать на доске:

- ребенка постоянно критикуют – он учится ненавидеть;
- ребенок растет в упреках – он учится жить с чувством вины;
- ребенка высмеивают – он становится замкнутым;
- ребенок живет во вражде – он учится быть агрессивным.

Каждому родителю вручается памятка.

Памятка «Как вести себя в конфликтной ситуации»

1. *Терпеливо проясняйте суть и причину конфликтной ситуации.*
2. *Слушайте ребенка! Когда он убедится, что вы его слышите, то с большей готовностью услышит и поймет вас.*
3. *Дайте ребенку возможность первому предложить решение проблемы и только затем высказывайте свои предложения.*

4. *Оцените все предложения и выберите наиболее приемлемое.*
5. *Помните: выиграть должны обе стороны – и родитель, и ребенок.*

Решение родительского собрания:

1. Подготовить и провести родительское собрание на тему: «Поощрение и наказание в семейном воспитании».
2. Следовать рекомендациям, изложенным в памятке для родителей.
3. Родителям обратить внимание на сложившийся стиль общения с детьми.
4. Рекомендовать родителям обсуждать конфликтные ситуации с детьми и вместе искать оптимальные варианты их разрешения.

Собрание завершается появлением на интерактивной доске изречения Д. Карнеги: «Если мы хотим обрести счастье и покой, давайте прекратим думать о благодарности или неблагодарности, а будем совершать благодеяние ради внутренней радости, которую при этом испытываем».

Литература

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? М., 2003.
2. Григорьева Т.Г., Линская Л.В., Усольцева Т.Т. Основы конструктивного общения. М., 1997.
3. Карнеги Д. Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей. Л., 1992.
4. Микляева А. Я – подросток. Встречи с самим собой. СПб., 2003.
5. Монахова А.Ю. Психолог и семья: активные методы взаимодействия. Ярославль, 2002.

ВЗАИМОПОНИМАНИЕ В СЕМЬЕ КАК ВАЖНЕЙШЕЕ УСЛОВИЕ УСПЕХА В ВОСПИТАНИИ РЕБЕНКА

(составлено и проведено Н.М. Киргизовой)

Цели собрания:

- 1) выявить значимые для родителей учащихся данного класса проблемы в общении и взаимопонимании взрослых и детей;
- 2) способствовать обогащению коммуникативной культуры родителей.

Участники: родители учащихся 7-го класса, классный руководитель, психолог.

Подготовительная работа.

- I. Подготовка приглашений на родительское собрание со следующим текстом:

Уважаемые родители!

Приглашаем Вас принять участие в собрании на тему «Взаимопонимание в семье как условие успеха воспитания». Заранее благодарим Вас за внимание к проблеме взаимопонимания в семье и откровенность. Просим Вас закончить каждое из приведённых ниже предложений:

Человек счастлив, если...

В хорошей семье всегда...

Нельзя прожить без...

Самое главное в жизни...

С уважением классный руководитель и члены родительского комитета.

II. Составление каждым учеником «Послания моей семье».

III. Изучение мнения учащихся по обсуждаемой на собрании проблеме с помощью метода незаконченного предложения. Им предлагается завершить такие предложения:

Семья – это ...

Мои родители – это ...

Вдали от родного дома я буду вспоминать ...

Мне не хочется, чтобы в моей будущей семье ...

IV. Приглашение на родительское собрание школьного психолога, определение его роли и функций при подготовке и проведении собрания.

V. Подготовка для родителей рекомендаций с практическими советами.

VI. Составление компьютерной презентации.

Оформление, оборудование, инвентарь:

- 1) мультимедийный проектор, с помощью которого сопровождаются практически все выступления классного руководителя и психолога;
- 2) листы с рекомендациями для родителей «Оцените свое умение слушать».

Ход собрания

Вступительное слово классного руководителя. Тема сегодняшнего родительского собрания подсказана жизнью. Наши дети взрослеют, утверждают себя, а принятая в семье практика общения, зачастую, догматична и основана на постоянных запретах, подавлении личности ребёнка, неуважении к нему. Мы, взрослые, обременены

своими проблемами и, увы, порой не находим времени поговорить с сыном или дочерью, вникнуть в то, что важно для них. А потом они уже и сами не подходят к нам; так утрачивается что-то очень ценное в отношениях родителей и детей, теряется доверие и взаимопонимание. В отрочестве общение подростков с родителями и другими взрослыми складывается под влиянием возникающего чувства взрослости. Подростки начинают оказывать сопротивление по отношению к ранее выполняемым требованиям со стороны взрослых, активнее отстаивать свои права на самостоятельность. Они болезненно реагируют на кажущиеся ущемления их прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе. Несмотря на внешние противодействия, проявляемые по отношению к взрослым, подросток испытывает потребность в поддержке. Особо благоприятной является ситуация, когда взрослый выступает в роли друга. В этом случае взрослый может значительно облегчить подростку поиск его места в системе новых складывающихся взаимодействий, помочь оценить свои способности и возможности, лучше познать себя. В связи с лёгкой ранимостью подростка взрослому очень важно найти наиболее адекватные формы налаживания и поддержания этих контактов. Подросток испытывает потребность поделиться своими переживаниями, рассказать о событиях своей жизни, но самому ему трудно начать столь близкое общение. Для освоения новой системы отношений важна аргументация требований, исходящих от взрослых. Простое навязывание требования обычно отвергается. Таким образом, выявление проблем общения, развитие коммуникативных навыков очень значимо для родителей. У каждого из вас на столах лежат листочки (поскольку видов работы будет несколько, можно использовать листочки разного цвета). Я прошу вас ответить, не указывая фамилии, на один вопрос: «Что для вас является проблемой в общении с ребёнком?».

По окончании раздумья (5–7 минут) листочки собираются в коробку, из которой классный руководитель их попеременно достаёт и озвучивает.

Комментарий классного руководителя. Наиболее типичными являются ответы: «Мы часто не понимаем друг друга», «Я раздражаюсь, нервничаю, начинаю кричать», «Наши разговоры всегда заканчиваются на повышенных тонах», «Меня раздражает то, что моя дочь общается с подругой, а когда я пытаюсь общаться с ней,

замыкается», «У нас всё хорошо, но мне не нравится сленг, которым мой сын засоряет речь; я его постоянно поправляю, а он обижается». Очевидно, что существует много проблем в общении с детьми. Однако временные рамки собрания не позволяют рассмотреть все аспекты заявленной проблемы. Поэтому мы конкретизируем цель и начнём с обращения к вопросу: «Как понять своего ребёнка?».

Психолог. Понять собеседника помогают, прежде всего, употребляемые им слова. Важно для понимания и выражение лица, интонация, поза, жесты. И, наконец, следует попытаться понять, почему ребёнок обратился именно к вам. Потребности каждого человека выражаются в его чувствах, мыслях, желаниях. Они первоначально возникают у нас как «я – мысли»: я хочу слушать музыку, я люблю это делать, я чувствую голод и т.д. Это реальные обращения к себе. Однако по различным причинам «я–высказывание» в разговоре превращается в «ты–высказывание», и это становится одним из барьеров общения, потому что «ты–высказывание» уже не является ни простым, ни ясным. Например, взрослый, говоря ребёнку: «Оденься потеплее, сегодня холодно» (ты – высказывание), может иметь в виду: «Я люблю тебя и не хочу, что ты заболел» (я – высказывание). А ребёнок может услышать: «Вечно ты не можешь о себе позаботиться!». Таким образом, сама многозначность «ты-высказывания» даёт простор различным толкованиям собеседника. Реакция ребёнка, объяснившего наши намерения не так, как мы ожидали, кажется не адекватной. За ней, с нашей точки зрения, стоит упрямство ребёнка, его «вредность», невоспитанность. Как видите, овладение умением делать «я–высказывание» достаточно важно для родителей, ведь оно позволяет избежать непонимания, последствия которого могут быть самыми серьёзными.

Потренируемся в умении оформлять свои мысли и чувства в форме «я–высказывания». Для этого у каждого из вас на столах небольшие таблицы. В них – две графы: «ты–высказывание» и «я–высказывание». Ваша задача состоит в том, чтобы преобразовать первое во второе. Например, при получении нежелательной для ребёнка и вас оценки распространёнными являются следующие «ты–высказывания»: «Ты совсем перестал заниматься», «Ты не думаешь, о том, как я

буду краснеть за тебя в школе». Для того, чтобы получить «я–высказывание», вам необходимо дать точное определение своего чувства в этой ситуации и указать причину, которая его вызвала: «Последнее время меня беспокоят твои неудачи по химии, я недавно смотрела дневник», «Вчера я была в школе и беседовала с учителям химии. Мне было стыдно».

Родители выполняют задание, используя следующий образец:

«Ты – высказывание»	« Я - высказывание»
Почему я должна краснеть за тебя в школе?	Я очень расстроилась сегодня, посмотрев журнал в школе
Почему ты играешь на компьютере? Ты уже выучил уроки?	Когда я вижу, что ты вместо выполнения домашних заданий играешь на компьютере, я не знаю, как на это реагировать
Когда ты перестанешь отвлекаться на уроках?	Я сегодня весь день расстраивалась по поводу записи в твоём дневнике о нарушении дисциплины
Тебе всё равно что я переживаю из-за твоей учёбы!	Я очень переживаю за каждый твой промах в учёбе
Когда ты, наконец, поймёшь, что учишься, прежде всего, для себя?	Я беспокоюсь о твоём будущем, для которого очень важно быть образованным человеком
Когда ты перестанешь поздно приходить домой?	Я всегда волнуюсь, когда ты задерживаешься

Психолог. Таким образом, «я–высказывания» - условие однозначности и ясности в диалоге. Это ключ к улучшению взаимоотношений с детьми.

Классный руководитель. Большую часть времени, свободного от сна, занимают у человека установление и поддержание коммуникаций с другими людьми. В процессе общения он тратит около 10 % времени на письмо, 15 % - на чтение, 30 % - на высказывания, 45 % - на слушание.

Таким образом, умение слушать, а главное – слышать собеседника – одно из основ успеха общения. Исследования показывают, что умением выслушать собеседника спокойно и целенаправленно, вникнуть в суть того, что он говорит, обладает не более 10% людей. Дети, особенно подростки, очень болезненно реагируют на неумение (или нежелание) родителей выслушать их и понять. Возникает психологический барьер, который побуждает детей искать это понимание вне семьи. Среди людей, способных дать его ребёнку, нередко встречаются манипуляторы, мошенники и даже преступники. Часто такими «понимающими» оказываются неблагополучные сверстники, контакты с которыми начинаются с того, что они со вниманием отнесутся к тому, что значимо для ребёнка или, по крайней мере, выслушают то, что наболело.

В процессе подготовки к собранию мы задали ребятам нашего класса вопросы:

1. Делишься ли ты своими проблемами с родителями?
2. Умеют ли твоя мама (папа) терпеливо и не перебивая выслушать тебя и попытаться понять?
3. От кого ты обычно получаешь совет в трудной или непонятной для тебя ситуации?
4. Назови человека (взрослого, сверстника, педагога), с которым тебе нравится общаться больше всего?

Вот некоторые типичные ответы: «Разговаривать с мамой – значит, всё время слушать её, но я ведь тоже хочу высказаться», «Мой разговор с папой – это ответы на его вопросы», «Меня все ругают, поэтому я больше люблю поговорить с друзьями», «Я очень люблю общаться с бабушкой. С ней спокойно и просто», «У нас с родителями разговоры только по учёбе «не выучил», «плохо вёл», «Мой отец всё время унижает – «тупой», «балбес», и чуть что – сразу за ремень».

Родители высказывают свою точку зрения, называя такие причины: накопленное на работе нервное напряжение, желание навязать ребёнку свою позицию, убежденность в своей правоте и т.п.

Психолог. Считаю необходимым обратить ваше внимание на следующие причины неумения слушать слышать ребёнка:

1. Собственные предубеждения: вы уверены, всё, что будет сказано ребёнком, неправильно либо неинтересно, и слушаете лишь формально.
2. Сосредоточенность на отдельном, единичном. Когда вы не согласны с чем-то конкретным, то сосредоточиваете все свои чувства и внимание только на этом.
3. Настрой, готовность. Следует убедить себя в том, что как бы вам ни было некогда, ваша беседа очень поможет ребёнку. Отвлекитесь от своих проблем, не жалеете времени, не оставляйте ребёнка одного!
4. Элемент эгоизма. Вы думаете, что вы единственный, кто всё знает, и ваше мнение более важно, чем мнение другого человека.
5. Неспособность поставить себя на место другого человека.

Предлагаю вам оценить своё умение слушать (каждому участнику собрания выдается бланк тестового задания, время его заполнения – 7 минут). Оценивать себя вы будете сами, результат осмыслите с учетом полученной информации.

Задание для родителей

«Оцените своё умение слушать»

Инструкция: на 10 вопросов следует дать ответы, которые оцениваются:

- почти всегда - 2 балла;
- в большинстве случаев - 4 балла;
- иногда - 6 баллов;
- редко - 8 баллов;
- почти никогда – 10 баллов.

Вопросы:

1. *Стараетесь ли вы «свернуть» беседу в тех случаях, когда тема или собеседник неинтересны вам?*
2. *Раздражает ли вас манеры вашего собеседника?*
3. *Может ли неудачное выражение другого человека спровоцировать вас на резкость или грубость?*
4. *Избегаете ли вы вступать в разговор с неизвестным или мало знакомым человеком?*
5. *Имеете ли вы привычку перебивать говорящего?*
6. *Делаете ли вы вид, что внимательно слушаете, а сами думаете совсем о другом?*

7. *Меняете ли тон, голос, выражение лица в зависимости от того, кто ваш собеседник?*
8. *Меняете ли вы тему разговора, если он коснулся неприятного для вас?*
9. *Поправляете ли вы человека, если в его речи встречаются неправильно произнесённые слова?*
10. *Бывает ли у вас снисходительный тон с оттенком пренебрежения и иронии по отношению к тому, с кем вы говорите?*

Обработка. Чем больше баллов, тем в большей степени развито умение слушать:

- *свыше 70 – 100 баллов – высокая степень умения общаться;*
- *55 – 70 баллов - средняя степень умения общаться;*
- *менее 55 баллов – низкая степень.*

Психолог. А теперь назову несколько правил установления эффективной коммуникации между взрослым и ребёнком:

1. Дайте возможность высказаться ребёнку.
2. Сосредоточьтесь на том что, он говорит, не вмешивайтесь в его речь своими замечаниями.
3. Воздержитесь от оценок и постарайтесь понять точку зрения ребёнка, ход его мыслей.
4. Не отвлекайтесь, победите то, что мешает вам сосредоточиться.
5. Поддержите ребёнка одобрительным жестом, словами. Это даст ему возможность чувствовать себя уверенно.
6. Покажите ребёнку, что вы поняли его. Перескажите своими словами его мысли. Это обычно начинается со слов: «Как я тебя понял...», «Ты, наверное, расстроен тем, что...»
7. Попробуйте вместе с ним определить, что следует сделать. Лучше, если это будут «пошаговые» действия (во–первых, во–вторых и т.д.)

Классный руководитель. Мы сегодня почти в семейном кругу. Давайте поделимся опытом «слушания» наших детей, возможно, какими-то ошибками, а возможно, находками и успехами. У меня в руках - отрывной блокнот, на каждой странице которого записан вопрос. Я отрываю первый лист и этот вопрос мне, ведь я тоже

мама, поэтому поделюсь с вами своим опытом. А потом следующий участник подумает над своим вопросом (отрывной блокнот передаётся по «цепочке»).

Примерные вопросы из «записной книжки» для родителей

1. *Вы умеете терпеливо выслушать ребёнка от начала до конца, не прерывая?*
2. *Является ли манера членов семьи слушать друг друга образцом для ребёнка?*
3. *Раздражаетесь ли Вы в процессе разговора с ребёнком и умеете ли Вы сдерживаться при этом?*
4. *Какие ошибки допускаете при общении с ребёнком?*
5. *Кого из известных «публичных людей» Вы считаете хорошим собеседником и почему?*
6. *Какой совет по продуктивному слушанию Вы можете дать самому себе?*

Родители отвечают на вопросы, а психолог и классный руководитель по мере необходимости уточняют или дополняют ответы.

Классный руководитель. Попробуем теперь оценить те чувства, которые испытывает собеседник, его эмоциональное состояние. Восточная мудрость гласит: «Слушай, что говорят люди, но понимай, что они чувствуют». Большое значение для понимания имеет наблюдение за выражением лица, интонацией, позой, жестами собеседника. Предлагаю ответить устно на 3 вопроса мини-анкеты.

Мини – анкета

«Общение детей и родителей в лицах»

Уважаемые папы и мамы!

Внимательно посмотрите на предлагаемые мимические выражения лица и ответьте на вопросы:



1. С каким лицом вы чаще всего общаетесь со своим ребёнком?

2. С каким лицом общается с вами ваш ребёнок?

3. Каким, по вашему мнению, должно быть лицо вашего ребёнка во время общения?

Психолог. Учитывая мнение психологов о том, что большую часть информации о человеке мы получаем через невербальное (неречевое) общение, в частности, через наблюдение за глазами собеседника, давайте возьмём на вооружение следующие свойства экспрессии взгляда:

- широко открытые глаза (вытаращенные) – удивление, изумление;
- полностью открытые глаза – мечтательность, сентиментальность;
- суженный и прищуренный глаз - хитрость, коварство;
- сверкание глазами – нервозность, агрессия;
- сужение или расширение зрачка – возбуждение, страх.

Кроме степени «открытости» глаз, большое значение для конструктивного общения имеет навык понимания значения взгляда собеседника. Например:

- прямой взгляд – готовность к контакту;
- взгляд, направленный в даль, - раздумье, сомнение;
- взгляд, направленный «сквозь» партнёра, - скрытая агрессия;
- взгляд, направленный мимо партнёра, - эгоцентризм;
- взгляд сбоку – скепсис, цинизм;
- суженный взгляд сбоку - пренебрежение, презрение;
- взгляд снизу – покорность;
- взгляд сверху вниз – гордость, высокомерие;
- «уклоняющийся» взгляд – робость, боязливость.

Наблюдайте за мимикой своего ребёнка, и вы многое сможете понять. А сейчас потренируемся это делать. Прошу вас объединиться попарно. Наше упражнение называется «Тихий разговор». Каждая пара выбирает себе карточку (вслепую, не читая её содержания). На карточке написана фраза, содержание которой после прочтения известно паре, но не известно остальным участникам. Один из двух участников «говорит» невербально (то есть без использования слов) другому фразу,

написанную на карточке. Остальные родители стараются определить, какая из перечисленных на экране фраз «произносится» в данный момент:

1. Не расстраивайся, сынок, всё будет хорошо.
2. Меня возмущает твое поведение.
3. Я очень рад тебя видеть!
4. Неужели?! Этого не может быть!
5. Поторопись, а то опоздаем.
6. Я очень сожалею, что так случилось. Прости меня.
7. Мне это так не нравится!

Классный руководитель. Общаясь друг с другими людьми, растущий человек усваивает знания, накопленные человечеством, его опыт, нормы, ценности и способы деятельности. Общаясь с родителями, ребёнок, кроме того, получает поддержку в разрешении различных для него проблем, в конечном итоге, а в конечном итоге познаёт мир и адаптируется в нём. Поэтому давайте вместе учиться этому общению во благо наших замечательных, открытых людям и миру детей.

Классный руководитель и психолог раздают родителям листы с рекомендациями по созданию ситуации продуктивного общения и развитию коммуникативной культуры детей (прилагаются).

На заключительном этапе собрания происходит ознакомление родителей с фрагментами сочинений учащихся «Послание моей семье» и принимается **решение родительского собрания:**

1. Обратить внимание родителей на существующие проблемы в общении с детьми, использовать для их решения рекомендации, подготовленные классным руководителем и психологом.
2. Продолжить проведение групповых и индивидуальных занятий по формированию коммуникативной культуры школьников.
3. Включать в родительские собрания элементы тренинга коммуникативных умений и навыков.

Литература

1. Кошелева А.Д., Абрамян Л.А., Вилюнас В.К. Азбука любви: Книга для родителей. М., 1996.

2. Снайдер Д. Практическая психология для подростков, или как найти своё место в жизни. М., 1997.
3. Степанов С.С. Психологический словарь для родителей. М., 1996.

Приложение

***Рекомендации по созданию ситуации продуктивного общения
и развитию коммуникативной культуры детей***

I. Как научить детей общаться

Счастье во многом зависит от умения ладить с другими людьми. Поэтому одна из главных задач родителей – помочь детям в развитии социальных навыков. Вам просто необходимо научить своего ребёнка устанавливать хорошие взаимоотношения с другими людьми. Социальный успех определяется следующими условиями:

Личная привлекательность. Важно объяснить как можно раньше ребёнку, что человеческая привлекательность – это гораздо больше, чем природная красота. Даже самые некрасивые люди могут стать более привлекательными с помощью простых средств: аккуратности и чистоплотности, хороших манер, овладения каким-то умением.

Навыки общения. Как можно чаще разговаривайте с детьми. Если дети в таких беседах научатся выражать свои мысли и чувства, обсуждать самые разнообразные вопросы, для их не составят труда непринуждённые разговоры с другими людьми. Одно из важных условий для навыков развития у ребёнка навыков межличностного общения – обширная и многообразная практика.

Помогите ребёнку стать другим. Ваш ребёнок должен быть чутким, порядочным, отзывчивым, уметь дарить любовь и теплоту, быть надёжным другом, уметь откликаться на чужую беду.

В детстве важным состоянием ребенка является ощущение своей значимости. Для этого родители должны помочь ему вырабатывать положительную самооценку.

Верьте в своих детей. Цените их, постарайтесь оказывать гостеприимство людям, которых ваши дети выбрали в друзья. Даже если вы не одобряете их выбор.

II. Советы родителям по развитию у детей навыков общения

1. *Когда вы браните ребёнка, не употребляйте фразы: «Ты всегда», «Ты вообще», «Вечно ты». Ваш ребёнок вообще всегда хорош. Он лишь сегодня сделал что-то не так. Об этом и скажите ему.*
2. *Обычно, когда ребенок возвращается из школы, его спрашивают: «Тебя вызывали? Какую отметку ты получил?». Лучше спросите его: «Что сегодня было интересного?»*
3. *Когда вам хочется сказать ребёнку: «Не ври, не лги, не обманывай», скажите лучше: «Не обманывай». А ещё лучше улыбнитесь и произнесите: «Кажется, кто-то говорит неправду?».*
4. *Когда вы раздражены, начните говорить с ребёнком тихо, едва слышно. У многих раздражение сразу проходит.*
5. *Мы привыкли, что дети просят о чём-то родителей. А сами мы умеем просить детей или только приказываем? Постарайтесь овладеть культурой просьбы.*
6. *В спорах с сыном или дочерью хоть иногда уступайте, чтобы им не казалось, будто они вечно не правы. Этим вы и детей научите уступать, признавать свои ошибки.*
7. *Старайтесь никого не критиковать при детях. Сегодня вы скажете дурное о соседе, завтра дети будут плохо говорить о вас.*
8. *Радость воскресной прогулки с родителями может быть испорчена на каждом шагу: «Ты как себя ведёшь?», «Больше никогда не возьму тебя собой!». Постарайтесь сделать воскресный день свободным от замечаний.*
9. *Некоторые родители избегают ласковых слов и прикосновений, потому что считают, что заласканному ребёнку будет в жизни трудно. Не бойтесь! Тёплые, ласковые слова и прикосновения смягчают душу ребёнка, снимают напряжение.*
10. *Иногда дети спрашивают о чём-то родителей из другой комнаты. Не отвечайте. Если же ребёнок придёт и спросит: «Ты что, не слышишь?», скажите ему: «Когда со мной говорят из другой комнаты – не слышу».*
11. *Когда мы говорим с детьми, то всегда уверены, что это и есть истина. Но мы не замечаем, что иногда срамысь в глазах своих детей. Не бойтесь детских сомнений в вашей правоте!*

12. *Когда два человека разговаривают, между ними должно быть определённое расстояние. Обычно люди хорошо его чувствуют. Общаясь с ребёнком, старайтесь выдерживать это всеми принятое расстояние.*
13. *Мы приучаем ребёнка говорить «спасибо». Но научите его и старомодному слову «благодарность». Время от времени говорите ребёнку: «Благодарю тебя».*
14. *Когда вы просите сына или дочь, стоит добавить: «Если тебя это не затруднит». Вежливость воспитывается только вежливостью и ничем другим.*
15. *Когда ребёнок неправильно произносит слова, не говорите, что он ошибся, не стыдите, а тут же без нравоучительной интонации произнесите это слово правильно, и так каждый раз.*
16. *Если у вас есть выдержка, то прежде чем сделать замечание ребёнку, внутренне настройте свой голос так, чтобы он не звучал фальшиво и злобно, Если же выдержки нет, постарайтесь не делать замечаний.*
17. *Чаще всего говорите ребёнку такие слова: «Не горюй! Не унывай! Не бойся! Не пищи!».*
18. *Учитесь управлять своей интонацией. Безошибочная интонация может сгладить даже педагогическую ошибку.*

III. Правила общения при конфликте с ребёнком

Будучи в позиции слушающего:

1. *Проявляете терпимость: не прерывайте ребёнка, не мешайте; прежде чем что-то сказать, хорошо подумайте, убедитесь, что вы хотите сказать именно это. Подумайте, что ваша задача как слушающего – помочь ребёнку в выражении, высказывании своих проблем.*
2. *Не давайте оценок ребёнку: если вы будете оценивать его чувства, то он станет защищаться или противоречить вам.*
3. *Не давайте советов: помните, что лучшие решения в конфликте – это те, к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал. Часто бывает трудно побороть желание дать совет, особенно когда ребёнок может рассчитывать на него с самого начала. И всё же следует преодолеть соблазн выдачи «бесплатных советов» прежде чем ребёнок не совершит*

достаточную душевную работу по самостоятельному выходу из трудной ситуации.

Будучи в позиции говорящего:

1. *Не обвиняйте!* Не говорите, что всё произошло из-за недостатков ребёнка, и не обвиняйте кого-то ещё в том, что случилось.
2. *Не придумывайте!* Не говорите ребёнку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше, чем он сам что-то скажет.
3. *Не защищайтесь!* Сначала расскажите о своих действиях и своих чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно. И только после этого можете ждать, что-то же самое сделает и ребёнок.
4. *Не характеризуйте!* Не описывайте личность ребёнка, тем более говоря «ты невнимателен, эгоистичен, неопытен, молод и т.п.». Старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу.
5. *Не обобщайте!* Избегайте использования слов «всегда», «никогда» в описании поведения ребёнка. Приводите конкретные факты и ситуации, которые вы оба с ребёнком хорошо помните.

IV. Как помочь детям с нарушениями в сфере общения

Агрессивный ребёнок. Попробуйте понять, что стоит за агрессивным поведением. Существует разница между агрессивностью и самоутверждением. Очень важно донести эту разницу до детей. Научите детей вежливо просить то, что они хотят, цените их мнение. Покажите им, как получить желаемое, не расстраивая других. Научите детей управлять своими чувствами и адекватно выражать свои переживания.

Лживый ребёнок. Многие дети лгут, чтобы избежать себя от осуждения и критики. Помогите детям усвоить, что можно говорить правду, не опасаясь последствий. Они должны быть уверены, что родители рассеют их страхи, растолкуют ошибочность их представлений и помогут преодолеть всё это.

Вызывающее поведение ребёнка. Обратите внимание на своё поведение. Сколько из того, что вы говорите, относится непосредственно к делам? Может быть, вы просто ворчите, придираетесь, выкрикиваете команды? Позвольте вашему ребёнку действовать самостоятельно там, где это возможно. Дети должны понять, что

когда друг к другу относятся с уважением, сотрудничество лучше, чем противостояние.

Драчливый ребёнок. Объясните детям, что для решения их проблем есть и другие пути. Покажите им мирные способы разрешения конфликтов.

Застенчивые дети. Поговорите с вашими детьми и постарайтесь проникнуть в их внутренний мир, чтобы выяснить, не является ли стеснительность проблемой для них. Спросите, как вы можете им помочь чувствовать себя более удобно в обществе других людей. Не пытайтесь втянуть детей в ситуации, к которым они не готовы. Помогите им, делая маленькие шаги, преодолевать свою застенчивость. Не позволяйте детям из-за стеснительности отказываться от выполнения необходимых дел.

Истерические проявления.— Один из лучших способов реакции на вспышки раздражения - просто не обращать на них внимания: стойте спокойно и ждите, пока не пройдёт. В спокойном состоянии научите ребёнка справляться со своими чувствами и выражать их словами. Дети должны уяснить, что вспышками раздражения они не добьются желаемого, что существуют другие, более пригодные пути.

Надоедливые дети. Дети, которые требуют постоянного внимания, часто неуверенны в себе. Договоритесь об особом времени, когда вы можете побыть вдвоём, дайте ребёнку понять, что вы его любите и верите в то, что он может выполнить работу самостоятельно. Объясните детям, что ваше время принадлежит не только им. Научите их уважать чужие чувства и желания.

Непослушные дети. Научите детей самодисциплине, ответственности, сотрудничеству, умению решать проблемы, уважению к себе и другим.

ЗАВЕТЫ ОТЦОВ

(составлено и проведено О. Г. Григорьевой)

Цели собрания:

- 1) содействовать актуализации проблемы общения родителей с их детьми в подростковом возрасте;
- 2) способствовать осознанию отцами собственной роли и ответственности в воспитании детей;

3) оказать помощь родителям в решении проблем «отцов и детей».

Участники: отцы учеников 8-го класса, классный руководитель.

Подготовительная работа

I. Классный руководитель совместно с членами родительского комитета определяет повестку и ход проведения собрания.

II. Учащиеся класса готовят приглашения для отцов на родительское собрание.

III. Школьный психолог проводит анкетирование учащихся по следующим вопросам:

1. *С кем из членов семьи тебе легче общаться?*
2. *Сколько времени в среднем члены вашей семьи тратят на общение с тобой?*
3. *Каковы твои основные темы общения с родителями?*
4. *В чём заключается твоя основная трудность в общении с родителями?*

IV. Члены родительского комитета приглашают отцов на родительское собрание, информируют о теме предстоящего разговора и просят ответить на вопросы анкеты:

1. *Кто из членов семьи больше общается с сыном или дочерью?*
2. *Испытываете ли вы трудности в общении со своим ребенком?*
3. *Каковы ваши основные темы общения с ребенком?*
4. *Хотели бы вы обсудить вопрос общения с детьми на родительском собрании?*

V. Классный руководитель готовит рабочие материалы для проведения собрания.

Оформление, оборудование, инвентарь:

1) на классной доске записана тема собрания и цитаты:

Завет – наставление, советы последователям, потомкам. С.И. Ожегов.

Давай будем жить, каждый день очеловечивая себя, и поможем в этом друг другу: я – тебе, а ты – мне! Ш.А. Амонашвили.

В молодости формируется не только человек – формируется вся его жизнь, всё его окружение. Д.С. Лихачёв.

Общение – взаимное сношение, деловая или дружеская связь. С.И. Ожегов;

2) рабочие места для микрогрупп, на столах листы ватмана, фломастеры,

ксерокопии писем Ш.А. Амонашвили, Д.С. Лихачёва, заветы Д.И. Менделеева.

Ход собрания

Вступительное слово классного руководителя. Уважаемые папы, принято считать, что потребность в общении с родителями в подростковом возрасте снижается, уступая место потребности общения со сверстниками. Однако, как показывают данные анкетирования, необходимо различать общение формальное, регламентированное, посвященное вопросам успеваемости и дисциплины, и неформальное общение с родителями. Если первое вызывает у подростков чувство неудовлетворенности, то потребность в неформальном общении не меньше, чем в общении со сверстниками, а удовлетворяется оно на 30% (в нашем классе на 39%). При этом выявлено, что общением с матерью удовлетворены 31,7% (42%) подростков, а общением с отцом – 12% (16%). «Они меня не слушают!»- самая распространенная жалоба юношей и девушек на родителей. В чем же причина?

Выступление школьного психолога – отца одного из учеников, который знакомит родителей с основными проблемами в общении «отцов и детей».

Классный руководитель предлагает отцам разделиться на группы, прочитать и обсудить письма детям Ш.А. Амонашвили, и Д. С. Лихачева, ответив на следующие вопросы:

1. На какие советы, данные в этих письмах, вы обратили особое внимание?
2. Важны ли эти советы для современного поколения и учеников нашего класса?
3. могут ли эти письма помочь Вам в общении со своими детьми?

Классный руководитель приглашает отцов посетить мастерскую «Заветы отцов», прочитать заветы Д.И. Менделеева, а затем по группам на листах ватмана составить письмо–обращение к своим детям. Варианты обращений вывешиваются на доске, обсуждаются и на их основе составляется коллективное обращение к ученикам класса.

Классный руководитель подводит итоги собрания и предлагает отцам закончить следующее предложение «Сегодня на собрании я задумался о том, что ...».

В качестве **решения родительского собрания** предлагается обращение отцов к своим детям.

Обращение отцов

Дорогие дети! Мы, взрослые, не всегда понимаем вас, но любим и искренне желаем добра. Мы хотели бы, чтобы вы дорожили общением со своими

одноклассниками, учителями и нами, родителями. Помните о том, что молодость – это время надежд, планов, новых возможностей. Не упустите это время. Берегите каждую минуту, чтобы потом «не было мучительно больно за бесцельно прожитые годы». Помните слова педагога Константина Дмитриевича Ушинского: «Цель в жизни является сердцевиной человеческого достоинства и человеческого счастья». Верьте в свои силы и возможности, ведь из всех, живущих на Земле, только человек является архитектором своей судьбы.

Литература

1. Амонашвили Ш. Письма к дочери // Воспитание школьников. 1991. № 1-6.
2. Воспитание индивидуальности. / Под ред. Е.Н.Степанова. М., 2005.
3. Дереклеева Н.И. , Савченко М.Ю, Артюхова И.С. Справочник классного руководителя 5-9 классы. М., 2005.

Приложение 1

Д.С. Лихачёв. «Молодость - это вся жизнь»

Когда я учился в школе, мне казалось – вот вырасту, и всё будет иным. Я буду жить среди каких-то иных людей, в иной обстановке, и всё вообще будет иначе. Будет другое окружение, будет какой-то иной, «взрослый» мир, который не будет иметь ничего общего с моим школьным миром. А в действительности оказалось иначе. Вместе со мною вступили в этот «взрослый» мир и мои товарищи по школе, а потом и по университету.

Окружение менялось, но ведь оно менялось и в школе, а, в сущности, оставалось тем же. Репутация моя как товарища, человека, работника оставалась со мной, перешла в тот мир, о котором мне мечталось с детства, и если менялась, то вовсе не начиналась заново. Я помню, что у моей матери самыми лучшими подругами до конца её долгой жизни оставались её школьные подруги, а когда они отходили «в иной мир», замены им не было. То же и у моего отца – его друзья были друзьями молодости. Во взрослом состоянии приобрести друзей оказалось трудно. Именно в молодости формируется характер человека, формируется и круг его наилучших друзей – самых близких, самых нужных.

В молодости формируется не только человек – формируется вся его жизнь, всё его окружение. Если он правильно выберет себе друзей, ему будет легче жить,

легче переносить горе и легче переносить радость. Радость ведь также надо «перенести», чтобы она была самой радостной, самой долгой и прочной, чтобы она не испортила человека и дала настоящее душевное богатство, сделала человека ещё более щедрым. Радость, не разделённая с душевными друзьями, - не радость.

Храните молодость до глубокой старости. Храните молодость в своих старых, но приобретённых в молодости друзьях. Храните молодость в своих навыках, привычках, в своей молодой «открытости к людям», непосредственности. Храните её во всём и не думайте, что взрослым вы станете «совсем, совсем иным» и будете жить в другом мире.

Помните поговорку «Береги честь смолоду». Уйти совсем от своей репутации, созданной в свои школьные годы, нельзя, а изменить её можно, но очень трудно.

Наша молодость – это наша старость.

Ш.А. Амонашвили. «Письма дочери. Самый главный совет. Из письма двенадцатого»

...Я решил не писать больше тебе писем. Пожалуй, они теперь не нужны, ибо и без них мы уже отлично понимаем друг друга. Дружба наша стала крепкой и надёжной, сердечной и доверительной. Не так ли?

Вечером, перед сном, когда я захожу к тебе в комнату, и мы с тобой разговариваем, знаешь, как это меня обогащает? Я многое о тебе узнал и узнал самого себя тоже – какой я отец для своей дочери.

Я учил тебя своими письмами уму-разуму, но одновременно сам тоже учился тому, каким мне надо быть. Я заглянул в твоё сердце, в твою душу – они у тебя оказались добрыми, чуткими, отзывчивыми. Но я познал ещё и твой характер – в нём пока есть шероховатости. Но я надеюсь, они скоро исчезнут. В общем, ты прекрасно знаешь, что я имею в виду.

Мы друзья, и навеки, правда? Не знаю, как для тебя, но для меня эта дружба – маяк в душе.

Ты попросила меня дать тебе самый главный совет.

Да, есть у меня такой главный совет. Я обнаружил его для себя в следующей мысли Карла Маркса: «...Человек сначала смотрится, как в зеркало, в другого

человека. Лишь относясь к человеку Павлу, как к себе подобному, человек Петр начинает относиться к самому себе, как к человеку».

...Давай будем жить, каждый день очеловечивая себя, и поможем в этом друг другу: я – тебе, а ты – мне!

Спокойной ночи, моя дорогая! И в эту ночь, и впредь желаю тебе видеть добрые сны, и чтобы они потом помогли тебе творить добрые и настоящие дела.

Приложение 2

Заветы Д.И. Менделеева

С юных лет необходимо заниматься самовоспитанием и не отчаиваться, если иногда не хватает волевых качеств.

Полезно внимательно взглядываться и вслушиваться в окружающий мир, находить и среди людей и в хороших книгах образцы, по которым равняться.

Главный секрет жизни вот какой: один человек – нуль, вместе – только люди.

Удовольствие – пролетит, оно себе, труд оставит след долгой радости – он другим...

Сами трудясь, вы сделаете всё и для близких и для себя, а если при труде успеха не будет, будет неудача – не беда, пробуйте ещё, сохраните спокойствие...

Иного завета, лучшего, дать не могу. С ним живите, его завещаю.

Родительское собрание

«Профилактика суицидов у школьников»

(составлено Лобовым П.В., педагогом-психологом СПЦ,
магистром психологических наук)

Цели и задачи:

- 1). рассказать об особенностях подросткового возраста;
- 2). ликвидировать безграмотность родителей в вопросах сохранения здоровья;
- 3). пропагандировать среди родителей нравственные устои семьи, общества;
- 4). раскрыть проблемы возникновения суицида среди детей и подростков.

Вступление

Уважаемые родители и коллеги! Предметом нашего сегодняшнего разговора будет психическое здоровье школьников и проблема взаимопонимания детей и родителей. В чем же состоит суть проблемы? Из-за постоянной занятости родителей, из-за жесткого ритма жизни исчезла размеренность семейного общения, ушли из практики семейного воспитания неспешные беседы за ужином, прогулки с разговорами обо всем. Вместо них – привычный родительский лексикон: «Ну что за почерк?», «Опять двойка?», «Мне стыдно за тебя», «У соседей сын как сын, а ты – сплошное недоразумение!». Ваше собственное эмоционально-психологическое состояние, уважаемые родители, в значительной степени определяет уровень вашего общения с детьми, комфортность их пребывания в семейном кругу.

Подростковый возраст

Подростковый возраст характеризуется переходом от детства к взрослому состоянию человека. Главное для подростка в это время – самостоятельное приобщение к миру взрослых, и этого он может достичь только через противопоставление себя родителям. Ему важно чувствовать себя автономным и равным с ними, но одновременно он очень нуждается в поддержке и признании старших. Сложность для подростка состоит в том, чтобы с одной стороны, найти и установить правильную дистанцию с родителями, а с другой испытать собственные возможности. Избежать непонимания и конфронтации можно, если семья постепенно приспосабливается к новой ситуации и родители идут навстречу подростку, меняя прежние правила: ребенку разрешается слушать ту музыку, которую хочется, иногда запирается в своей комнате, переставляет там мебель, иметь карманные деньги, в некоторых случаях не ночевать дома. Это позволяет подростку почувствовать себя увереннее, способствует его постепенному отделению от родителей.

Хотя бывает и так, что подросток избегает скандалов, ничем не провоцирует родителей и вообще ведет себя очень тихо. Насколько естественно такое поведение? Проблема возникает и тогда, когда подросток очень привязан к родителям, избегает отделения от них, ведет себя так, будто выход «в большой мир» представляет для него опасность. Подростку просто «не выгодно» расти, если он бессознательно

чувствует, что у него связующая роль в семье. Например, он ощущает себя связующим звеном между родителями, которое держит семью.

Почему некоторые подростки склонны вести себя деструктивно, играя со смертью?

Подвергая себя опасности, они, как правило, не ищут смерти как таковой. Суицид – это символическая форма ухода, попытка вырваться из семейной системы, одна из форм отделения от родителей. Этим шагом ребенок говорит: раз вы не дали мне больше любви, не услышали мой крик о помощи (не обратили внимания на мой уход из дома, не изменили правила в семье, не заметили, я стал другим), тогда я уйду из жизни. И нередко лишь после демонстративной попытки суицида в такой семье впервые происходит диалог, родители наконец обращаются к ребенку: давай сядем и поговорим, мы хотим знать, как ты хочешь жить, как хочешь, чтобы мы жили...

Остановимся подробнее на подростковом суициде.

Проблема подростковых суицидов

Лев Толстой утверждал, что в раннюю пору жизни человек вбирает в свой разум и своё сердце столько впечатлений, столько важных нравственных истин, сколько не вбирает за все остальные годы, поэтому так важна эта изначальная пора бытия человеческого без фальши.

Уроки порядочности, бескорыстия, бесстрашия щедро дарят взрослые: родители, бабушки, учителя. Мы взрослые должны пробуждать духовность, способность преодолевать тяготы жизни, учить преодолевать трудности.

Мир старших и мир молодых, как и в реальной жизни нерасторжим. Подросткам не терпится стать взрослыми, но, конечно, не о морщинках и сединах грезят они, а мечтают вложить свои силы в настоящие дела, т.е. включиться в сложные жизненные события, которыми живут матери и отцы. Капитанами кораблей юности являемся мы – взрослые, а это значит от нас зависит сядет ли иной из этих кораблей на мель, или отправятся они в большое плавание – по курсу доброты и сердечности, мужества и великодушия, готовности к подвигам и борьбе за свои убеждения, к защите того, кто нуждается в этой защите.

Своим примером мы должны с ранней поры убеждать, что добро остаётся от добрых, чтоб жить нетленно в бьющихся сердцах, а зло и подлость, не найдя опоры, навеки сгинут и сотрутся в прах!

Не забывают об этом!

Сегодня мы собрались в этом зале, для того, чтобы обсудить очень важную тему: суицид среди подростков.

Мы, взрослые, особенно заботливо должны относиться к весенней поре человечества, которая называется Детством. Именно в этой поре мы закладываем фундамент мировоззрения, характер, жизненные устремления. Проблема детей и подростков не только в общении друг с другом, но и в общении с окружающей их жизнью.

Я хочу зачитать отрывок из произведения Ч. Айтматова “Белый пароход”.

...У него было две сказки. Одна своя, о которой никто не знал, другая та, которую рассказывал дед. Потом не осталось ни одной. Об этом речь! В тот год ему исполнилось семь лет, шёл восьмой....

Так начинается повесть Ч. Айтматова. Герой этой повести - семилетний мальчик - был брошен разведёнными родителями. Его детская мечта была проста – увидеть отца, который, по слухам, был матросом на пароходе. В минуты отчаяния и тоски, он приходил на берег реки, долго мечтал, как он превращается в рыбу и доплывает до отца.

Маленький человек не мог перенести предательства единственного близкого человека – деда Мамута. Однажды возле угасшего очага мальчик наткнулся на смертельно пьяного деда. Старик лежал весь в пыли и грязи, рядом с вырубленными рогами Рогатой матери оленихи. Обрубок головы грызла собака. Больше никого не было. Не было и той сказки деда, которую любил мальчик! Он заставил деда перевернуться на бок и вздрогнул, когда к нему повернулось лицо пьяного старика, запятнанное грязью и пылью, и почудилась мальчику в ту минуту, голова белой, зарубленной давеча топором. Мальчик отпрянул в страхе и, отступая от деда, проговорил - “Я сделаюсь рыбой. Ты слышишь, Ата, я уплыву! А когда придёт отец, скажи ему, что я сделался рыбой”. Старик не отвечал. Мальчик пошёл дальше,

спустился к реке и ступил прямо в воду. Никто ещё не знал, что мальчик уплыл рыбой по реке. На дворе раздавались пьяные песни!

Пауза

Причиной трагической кончины жизни этого мальчика стали эгоизм родителей, их бездушие, безответственность за судьбу ребёнка. Только родители могут и должны учить своих детей преодолевать трудности жизни, учить мужеству, отваге, душевности, закалке. А это можно сделать, когда сам живёшь правильно и посвящаешь свою жизнь ребёнку.

Нравственные поступки взрослых формируют лучшие качества личности ребенка, а безнравственное поведение, безнравственные поступки взрослых калечат души молодых, порождают жестокость. Цинизм, обман, алкоголизм, создаёт тупиковую ситуацию для детей.

Вся безнравственность взрослых тяжелым грузом ложится на хрустальную душу ребенка! Выдержит ли его душа такую тяжесть? Не сломается ли он?

Зададимся себе этим вопросом...

Можно выделить подростков, которые находятся в зоне повышенного суицидального риска:

- депрессивные подростки;
- подростки, злоупотребляющие алкоголем и наркотиками;
- подростки, которые либо совершали суицидальную попытку, либо были свидетелями того, как совершил суицид кто-то из членов семьи;
- одаренные подростки;
- подростки с плохой успеваемостью в школе;
- беременные девочки;
- подростки-жертвы насилия.

Взятая в отдельности, сама по себе, каждая из этих ситуаций или проблем не означает, что подросток, столкнувшийся с ней, обязательно окажется в зоне повышенного суицидального риска. Однако такого рода проблемы, безусловно, осложняют ему жизнь. У молодого человека, находящегося под прессом хотя бы одной из этих ситуаций или проблем, может не оказаться эмоциональных,

интеллектуальных или физических сил противостоять неприятностям. И тогда суицид может стать для него единственным приемлемым выходом.

Можно выделить три формы суицида:

- истинный (когда человек действительно хочет убить себя);
- аффективный (с преобладанием эмоционального момента);
- демонстративный (самоубийство как способ привлечь внимание к своей личности).

Первый, в основном, характерен для мужчин, второй и третий - для женщин. Причём, истинный суицид, как правило, "удаётся" самоубийцам.

Из множества причин суицидов можно выделить следующие:

1. Конфликт в личной жизни.
2. Одиночество.
3. Воздействие искусства.
4. Неразделённые чувства.
5. Нестандартная ориентация.
6. Разрушение этнических традиций.
7. Генетическая предрасположенность к суициду.
8. Психотравма, депрессия.

Большинство суицидентов словно выставляют перед собой ***"предупреждающие знаки"***. Знаки эти - их крик о помощи.....

1. Угроза совершить суицид. Как правило, суицидальные подростки прямо или косвенно дают своим друзьям и близким понять, что собираются уйти из жизни. Прямую угрозу не переосмыслить, различным толкованиям она не поддаётся. "Я собираюсь покончить с собой", "В следующий понедельник меня уже не будет в живых"... Косвенные угрозы, многозначительные намёки уловить труднее. Косвенные угрозы нелегко вычислить из разговора, иногда их можно принять за самые обыкновенные "жалобы на жизнь", которые свойственны всем нам, когда мы раздражены, устали или подавлены.
2. Словесные предупреждения. Не исключено, что ваш родственник или знакомый задумал совершить самоубийство, если он произносит фразы типа:
 - "Я решил покончить с собой".

- "Надоело. Сколько можно! Сыт по горло!"
- "Лучше умереть!"
- "Пожил и хватит!"
- "Ненавижу всех и всё!"
- "Ненавижу свою жизнь!"
- "Единственный выход умереть!"
- "Больше ты меня не увидишь!"
- "Ты веришь в переселение душ? Когда-нибудь, может, и я вернусь в этот мир!"
- "Если мы больше не увидимся, спасибо за всё!"

3. Резкие изменения в поведении детей тоже говорят о многом, направленные действия суицидального характера можно определить по следующим параметрам:

- 1). Питание. Подростки с хорошим аппетитом становятся разборчивы, те же, у кого аппетит всегда был плохой или неважный, едят "в три горла". Соответственно, худые подростки толстеют, а упитанные, наоборот, худеют.
- 2). Сон. В большинстве своем суицидальные подростки спят целыми днями; некоторые же, напротив, теряют сон и превращаются в "сов": допоздна они ходят взад-вперед по своей комнате, некоторые ложатся только под утро, бодрствуя без всякой видимой причины.
- 3). Школа. Многие учащиеся, которые раньше учились на "хорошо" и "отлично", начинают прогуливать, их успеваемость резко падает. Тех же, кто и раньше ходил в "отстающих", теперь нередко исключают из школы.
- 4). Внешний вид. Известны случаи, когда суицидальные подростки перестают следить за своим внешним видом. Подростки, оказавшиеся в кризисной ситуации, неопрятны, похоже, им совершенно безразлично, какое впечатление они производят.
- 5). Активность. Подростки, которые переживают кризис, теряют интерес ко всему, что раньше любили. Спортсмены покидают свои команды, музыканты перестают играть на своих музыкальных инструментах, те же, кто каждое утро

делал пробежку, к этому занятию остывают. Многие перестают встречаться с друзьями, избегают старых компаний, держатся обособленно.

- 6). Стремление к уединению. Суицидальные подростки часто уходят в себя, сторонятся окружающих, замыкаются, подолгу не выходят из своих комнат. Они включают музыку и выключаются из жизни.
- 7). Тяжелая утрата. К мыслям о самоубийстве человека может подтолкнуть смерть близких: родителей, других родственников, любимых людей. После такой утраты ему приходится не только примириться с потерей любимого человека, но и заделать брешь, которую эта потеря проделала в его жизни.
- 8). Раздача ценных вещей. Подростки известны своей щедростью, но если они дарят какую-то ценную вещь без всякого повода, и если эти подарки особенно дороги для самого подростка, это вызывает подозрение.
- 9). Приведение дел в порядок. Одни суицидальные подростки будут раздавать свои любимые вещи, другие сочтут необходимым перед смертью "привести свои дела в порядок".
- 10). Агрессия, бунт и неповиновение. Подростки, которые хотят расстаться с жизнью, часто ущемлены и озлоблены: они злы на родителей, учителей или друзей, которые чем-то им не угодили, обидели их, не оправдали их ожиданий. Как и всякая перемена в настроении, подобные "взрывы" должны настораживать.
- 11). Саморазрушающее и рискованное поведение. Некоторые суицидальные подростки постоянно стремятся причинить себе вред, ведут себя "на грани риска". Где бы они ни находились - на оживленных перекрестках, на извивающейся горной дороге, на узком мосту или на железнодорожных путях - они везде едут на пределе скорости и риска.
- 12). Потеря самоуважения. Молодые люди с заниженной самооценкой или же относящиеся к себе и вовсе без всякого уважения считают себя никчемными, ненужными и нелюбимыми. Им кажется, что они аутсайдеры и неудачники, что у них ничего не получается и что никто их не любит. В этом случае у них может возникнуть мысль, что будет лучше, если они умрут.

Таким образом:

1. Суицидальными подростками чаще всего становятся либо подростки из неблагополучных семей, либо наркоманы или алкоголики, либо подростки, столкнувшиеся с проблемой, которая, по их мнению, неразрешима или считающие, что их никто не сможет понять.
2. Судя по формам суицида можно понять, что суициды совершаются либо в состоянии аффекта, либо с целью привлечения внимания, либо человеку действительно не хочется жить. Причины же суицида различны, их довольно много и они зависят от того, что человек считает действительно ценностью, будь то любовь, семья, друзья, совокупность неприятностей и т.п.
3. Подросток, начинающий задумываться о суициде, всё-таки надеется, что что-то изменится к лучшему, что хоть кто-нибудь увидит, как он нуждается в помощи, понимании и поддержке, как ему хочется поделиться своими переживаниями. Тогда он и начинает вести себя так, чтобы привлечь внимание к себе. А задача друзей и родителей увидеть это изменение в поведении.

Источник http://www.metod-kopilka.ru/roditelskoe_sobranie__profilaktika_suicidov_u_shkolnikov-29067.htm

Программа занятий «Школы родителей»

(«Родительского университета»)

1-е занятие

Родительство как культурно-исторический и психологический феномен

Примерный план занятия

Теоретическая часть:

- традиции семейного воспитания в России: исторический аспект;
- современное законодательство о семье;
- классификации российских семей;
- готовность человека к родительству.

Практическая часть. Презентация «Семьи связующая нить» (представление опыта семейного воспитания).

2-е занятие

Воспитательный потенциал семьи

Примерный план занятия

Теоретическая часть:

- сущность и компоненты воспитательного потенциала семьи;
- особенности семей с высоким и низким воспитательным потенциалом;
- роли современных родителей.

Практическая часть (по группам родителей в зависимости от возраста их детей). Тренинг «Семейное счастье глазами детей и родителей»

3-е занятие

Психологический климат семьи

Примерный план занятия

Теоретическая часть:

- внутренний мир ребенка, возрастные проблемы;
- типы семейных кризисов и их влияние на семейный климат;
- составляющие благоприятной атмосферы в семье.

Практическая часть (по группам родителей в зависимости от возраста их детей). Тренинг «Внимание! В семье конфликт!»

4-е занятие

Мой ребенок - подросток

Примерный план занятия

Теоретическая часть:

- физиология подросткового возраста
- проблемы личностного становления подростка
- особенности воспитания детей подросткового возраста и профилактика суицидального поведения

Практическая часть (для родителей подростков). Практикум на основе кейс-технологии «Риски и антириски подросткового суицида»

5-е занятие

Взаимодействие семьи и школы в воспитании детей

Примерный план занятия

Теоретическая часть:

- типы взаимодействия семьи и школы, сотрудничество как наиболее эффективный тип построения отношений;
- принципы и пути развития сотрудничества;
- основные проблемы взаимодействия семьи и школы.

Практическая часть (по группам родителей в зависимости от возраста их детей). Организационно-деятельностная игра по разработке эффективной модели сотрудничества семьи и школы.

Для проведения воспитательных занятий с учащимися

Конкурсная программа

"Семейный очаг"

(составлена и проведена Е. М. Росинко)

Участники: учащиеся 7-го класса, их родители и классный руководитель.

Цели:

- 1) способствовать укреплению взаимоотношений между учащимися и их родителями;
- 2) содействовать повышению интереса учащихся к истории своей семьи и семейным традициям;
- 3) способствовать развитию взаимоотношений образовательного учреждения и родителей учащихся.

Подготовительная работа.

- I. Совет дела подбирает задания для конкурсов.
- II. Формируются команды – семьи, состоящие из «отца», «матери», «дедушки» и «бабушки».
- III. Оформляется стенная газета «Семейные традиции и праздники», фотовыставка «Загляни в семейный альбом».
- IV. Учащиеся с помощью родителей составляют генеалогическое дерево своей семьи и оформляют выставку «Кто мы? Откуда мы?».
- V. Классный руководитель совместно с родительским комитетом формирует призовой фонд.

VI. Определяется состав жюри.

VII. Подбираются аудиозаписи для музыкального оформления конкурсной программы.

Оформление, оборудование и инвентарь:

а) классная комната оформлена материалами, подготовленными учениками к конкурсной программе;

б) магнитофон и аудиокассеты.

Ход конкурсной программы.

I. Вступительное слово ведущих.

Добрый вечер друзья! Сегодня мы предлагаем вам окунуться в атмосферу семейной жизни с ее укладом, традициями, праздниками. Надеемся, что наша встреча даст вам возможность лучше понять своих родителей, а также узнать что-то новое о себе, понять собственные поступки.

Что же такое семья? Слово это понятно всем, как слово «хлеб» и «вода». Семья с первых мгновений жизни рядом с каждым из нас. Семья – это дом, это папа и мама, бабушка и дедушка.

II. Ведущие представляют участников конкурсной программы и членов жюри.

III. Ведущие объявляют о начале конкурса «Семейные реликвии», напомнив присутствующим о том, семейные реликвии – это не только старинные ордена, медали, в блеске которых отражается российская история. Не только редкая книга, древняя икона, с которой шли в бой и под благословение еще наши прадеды. Но и фамилии, которые мы сегодня несем по жизни. Не зря древние русские летописцы не переставали напоминать: «Луна светила над землею еще задолго до того, как мы родились...» И если вдуматься в подлинный смысл этой фразы, то станет понятно: нельзя жить на свете «Иванами, не помнящими родства», своего прошлого. Командам предлагается рассказать историю своих фамилий.

IV. «Семейные» команды принимают участие в конкурсе «Семейная колыбельная» и вспоминают колыбельные песни, под которые засыпали младшие члены семьи.

V. Ведущие объявляют о начале конкурса «Семейные праздники». Команды в течение минуты вспоминают семейные праздники, а затем коротко о них рассказывают.

VI. Ведущие обращают внимание присутствующих на то, что в семье, где находится повод посмеяться и живет ощущение радости жизни, душа расцветает. Лучший педагогический прием – юмор выручает даже в самых нестандартных ситуациях. Чувство юмора пригодится участникам в конкурсе «Пойми без слов». Командам предлагаются тексты детских песен, которые необходимо представить зрителям только с помощью пантомимы.

VII. Первый ведущий объявляет о начале конкурса «Угадай блюдо». Второй ведущий говорит о том, что на кухне проходит треть жизни любого человека. Кухня – это своего рода творческая лаборатория, где хозяин или хозяйка постоянно совершенствуются в кулинарном искусстве. Поэтому данный конкурс имеет отношение и к кухне, и к такому виду искусства как опера. Опера – сложное музыкальное произведение, состоящее из двух компонентов. Первый – драматическое произведение с сюжетом, интригой, диалогами и монологами героев. Второе – музыка. То есть опера – это как бы «омузыкаленная» драма, так как в ней актеры не говорят, а поют. Командам предлагается исполнить в оперном стиле кулинарные рецепты.

VIII. Ведущий говорит о том, что еще во времена средневековья зародилась традиция изображения семейного герба. По сей день многие английские семьи придерживаются этой традиции. Хочется, чтобы в нашей стране каждая семья имела свой герб. И начнем мы с ваших семей. Команды представляют семейные гербы.

IX. Члены жюри подводят итоги, награждают победителей. Ведущие подводят итоги конкурсной программы и благодарят всех участников.

Используемая литература

1. Волохова Н. Старые письма (семейный архив) // Классный руководитель. 1999. №4.
2. Дегтяренко Н.М. А вы знаете, что такое счастье?// Классный руководитель.2002. №8.
3. Мароховский Г. Историю читайте по фамилии // Клуб. 2000. №6.
4. Смелова Ж. Людей нужно любить // Клуб. 2001. №11.
5. Афанасьев С., Коморин С. Триста творческих конкурсов. Кострома, 1999.

6. Овчинников А. Главная христианская ценность – здоровая, дружная семья // Спортивная жизнь России. 1997. №7.

Классный час

"Дороги, которые лучше не выбирать..."

(составлен и проведен Е. Г. Голубевой)

Участники: учащиеся 8-го класса, классный руководитель.

Цели:

- 1) содействовать формированию отношения к своему здоровью и здоровью окружающих как к важнейшей социальной ценности;
- 2) создать условия для развития умения противостоять разрушительным для здоровья формам поведения.

Подготовительная работа.

- I. Подбираются видеоматериалы для просмотра.
- II. Оформляются карточки с ситуациями для обсуждения и памятки с видами отказа в вежливой форме.
- III. Для каждого ученика готовится философское завещание матери Терезы об отношении к жизни.

Оформление, оборудование и инвентарь:

- 1) на доске записаны эпитафии: «Если мы не разрушим нашествие наркотиков, то наркотики разрушат нас» (*Ричард Никсон*), «Лечи легкую болезнь, пока она тяжелой не стала» (*Индонезийская пословица*);
- 2) стулья расставлены полукругом;
- 3) телевизор и видеомагнитофон.

Ход проведения.

I. Вступительное слово классного руководителя. *Ребята, часто ли Вы задумываетесь о своем здоровье? Очень важно разумное отношение к своему здоровью с самых ранних лет. Человек должен быть откровенным с самим собой. Очень важны размышления о своих привычках, о здоровом образе жизни, соблюдение определенных правил для того, чтобы сохранить свое здоровье на долгие годы.*

Проводится упражнение "Горячие стулья". Учащиеся меняются местами, если они полностью согласны с предложенным утверждением, остаются на своих местах, если не согласны или сомневаются:

- Любите ли Вы бывать в кругу друзей?
- Смог ли бы Вы прожить в одиночку?
- Нужно ли попробовать в жизни абсолютно все?
- Считаете ли Вы, что цель оправдывает средства?
- Все ли можно купить за деньги?
- Курение - это нормально?
- Может ли наркозависимый быть хорошим человеком?
- Как Вы считаете, есть ли у Вас комплексы?
- Активное освещение вопросов наркомании в СМИ влияет на их качественный рост?
- Курение должно быть запрещено во всех общественных местах?
- Банка пива еще не путь к алкоголизму?
- Здоровье - дело самого человека?
- Здоровье - дело общегосударственное и общенациональное?
- Здоровый образ жизни - путь к успешному будущему?

II. Классный руководитель. *"Болезнь легче предупредить, чем лечить" - это золотое правило медицины приобретает особое значение, когда речь заходит о молодежной наркомании. Дело в том, что именно в подростковом возрасте возникает желание все попробовать и испытать на себе. Запретный плод сладок. Первая сигарета, банка пива, а затем поиск все новых и новых ощущений... И следующий шаг - наркотики. Существует прямая закономерность, чем раньше подросток знакомится с табаком и алкоголем, тем больше шанс "добраться" до наркотиков.*

Учащимся предлагается подборка видеосюжетов из молодежной передачи «Опасная зона». Затем педагог проводит упражнение "Четыре угла". Подростки определяют свою позицию по отношению к наркотикам, выбрав условно - обозначенный угол с утверждением:

- Наркоманы - это преступники, с которыми нужно бороться.

- Использовать или не использовать наркотики - это дело каждого.
- Государство несет полную ответственность за распространение наркотиков.
- Свободный угол - свой вариант.

Учащиеся, сделав свой выбор, объясняют, почему выбрали тот или иной вариант.

III. Классный руководитель. *Очень важно уметь сказать нет. Зачастую первая сигарета, банка пива употребляется в компании, и подросток, чтобы не быть "белой вороной", делает не свой, а чужой выбор.*

Проводится упражнение "**Ситуация выбора**" или как сказать: **«Нет!»**.

Аудитория делится на три группы, каждая из которых получает текст ситуации. В течение трех минут обсуждается ситуация и предлагается свой вариант отказа на основе предложенной памятки «Виды отказа». Ответы обсуждаются.

IV. Классный руководитель говорит учащимся о том, что человечество много лет ищет свой рецепт долголетия, и предлагает учащимся составить свой список заповедей сохранения здоровья.

Учащиеся, разделившись на группы, составляют свой список заповедей, которые затем обсуждаются и объединяются в общий список.

V. Педагог обращает внимание учеников на необходимость популяризации здорового образа жизни.

Проводится упражнение «Специалист». Аудитория делится на две группы.

Каждая группа в творческой форме (слоганы, лозунги, рисунки, инсценировки) выполняет предложенное задание: первая группа должна убедить ярых курильщиков отказаться от курения, приведя аргументы, подтверждающие вредное воздействие табака, а вторая группа приводит аргументы против употребления алкоголя.

VI. Классный руководитель. *По мнению специалистов, одним из лучших способов и лекарств от стресса, психического утомления и депрессии является обстоятельный и неспешный разговор с самим собой.*

Учащимся предлагается написать письмо себе о своих проблемах и неприятностях, трудностях и неудачах.

VII. Классный руководитель подводит итоги классного часа и дарит каждому учащемуся текст философского завещания матери Терезы об отношении к жизни:

<i>Жизнь</i>	- <i>это возможность. Воспользуйся ею.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это красота. Увлекайся ею.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это мечта. Осуществи ее.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это вызов. Прими его.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это обязанность твоя насущная. Исполни ее.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это игра. Стань игроком.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это богатство. Не разбазаривай его.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это приобретение. Охраняй его.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это любовь. Насладись ею сполна.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это тайна. Познай ее.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это долина слез. Преодолей все.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это песня. Допой ее до конца.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это борьба. Стань борцом.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это бездна неизвестного. Входи в нее без страха.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>это удача. Ищи это мгновение.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>Жизнь такая интересная - не растрать ее.</i>
<i>Жизнь</i>	- <i>Это твоя жизнь. Завоюй ее.</i>

Литература

1. Коробкина З. В. У опасной черты. М., 1991.
2. Лоранский Д. Н., Лукьянов В. С. Азбука здоровья. М. , 1990.
3. Шипицина Л. М., Исаев Д. Н. и др. Школа без наркотиков. СПб., 2001.
4. Латышев Г. В., Орлова М. В. и др. Смотри по жизни вперед. СПб., 2001.
5. Сизанов А. Н., Хриптович В. А. Модульный курс профилактики курения. Школа без табака. М., 2004.
6. Крыжко В. В., Павлютенков Е. М. Психология в практике менеджера образования. СПб., 2002.

Приложение 1

Ситуации для обсуждения.

1 ситуация. В дверь позвонили. Инга открыла дверь - на пороге стояла Дарья, ее давняя (еще с детсадовских времен) подруга. Девушки уселись на кухне и стали оживленно обсуждать новости. "Слушай, Инга, давай покурим", - предложила Дарья. "Давай, - согласилась Инга, - сейчас только сигареты принесу". - "Да не надо, у меня есть, правда с травкой. Ты ведь такие еще не пробовала?" - "Нет", - растерялась Инга. "Слушай, такой кайф и неопасно совсем! На, попробуй!" - и Дарья протянула Инге сигарету.

2 ситуация. Этих ребят Сергей совсем не знал. Просто во дворе, кроме них, никого не было, поэтому мальчик пристроился рядом на скамейке. Ребята лениво обсуждали последний хоккейный матч. "Ну что, мультяшки, что ли, посмотрим?" - спросил один из подростков и достал из кармана тюбик с клеем. Ребята было двинулись к двери подъезда, но вдруг остановились. "А ты чего расселся?" - спросил один из них Сергея, - а ну, давай вместе со всеми!" Ребята угрожающе двинулись в сторону Сергея.

3 ситуация. Этого дня Димка ждал очень долго. Совершенно неожиданно Лена - девочка из соседнего подъезда, которая очень нравилась Димке, пригласила его на день рождения. Праздник получился очень веселым. Все танцевали, играли, даже пускали фейерверки, наконец, все уселись за стол с именинным пирогом. В этот момент папа Лены достал из шкафа большую красивую бутылку. "Ну что, думаю, ради праздника можно выпить!" Большинство ребят за столом радостно оживились. Димка насторожился.

Приложение 2

Материал для памятки «Виды отказа».

Отказ - соглашение (формальный отказ). Человек в принципе согласен с предложением, но по каким - то причинам не решается сразу дать согласие. Проявляется как в содержании ответа, так и интонационно. Например: " Вы не хотите выпить чаю?" - "Спасибо, но мне так неудобно вас затруднять..."

Отказ - обещание. Человек в принципе согласен с предложением, но в данный, конкретный момент он не может его принять. Как правило, отказ направлен на внешние обстоятельства, которые мешают принять предложение. Дается понять, что при других обстоятельствах предложение было бы принято. Самая легкая форма

отказа, поскольку при этом не затрагиваются личные чувства предлагающего, - это бесконфликтное решение ситуации. Например: "Пойдем завтра в театр?" - "С удовольствием, но завтра у меня курсы".

Отказ - альтернатива. Отказ может быть направлен на предложение или внешние обстоятельства, однако при этом выдвигается альтернативное предложение. Одна из удачных форм отказа, которая также не затрагивает личных чувств предлагающего, поскольку дается понять, что общение с ним желательно. Трудность заключается в том, чтобы придумать ценное альтернативное предложение. Например: "Пойдем завтра в бассейн?" - "Давай лучше погуляем в лесу".

Отказ - отрицание. Обычно направлен на само предложение или предлагающего. Человек дает понять, что не согласится ни при каких обстоятельствах на предложение. Может затрагивать личные чувства предлагающего, обидеть его. Например:

- Нет, я не поеду на байдарках, потому что боюсь воды.
- Нет, я не буду носить короткую юбку, потому что это вульгарно.
- Нет, я ни за что с тобой не пойду в ресторан.

Отказ - конфликт. Крайний вариант на предложение участников игры, ведущий объясняет им специфику отказа, его преимущества и недостатки. Например, используя отказ - обещание, человек не обижает предлагающего, однако рискует тем, что предложение будет поступать к нему снова и снова, поэтому придется каждый раз придумывать какие - то новые причины, по которым оно не может быть принято.

Мастерская общения

«Искусство взаимопонимания»

(составлена и проведена А. М. Узоровым)

Участники: ученики 6-го класса.

Цели:

- 1) содействовать развитию коммуникативных навыков учащихся;
- 2) создать условия для получения шестиклассниками опыта эффективного общения с другими людьми;

3) расширить представления учащихся об условиях успешного взаимодействия.

Подготовительная работа.

I. Учащиеся подбирают информационный материал по теме мастерской.

II. Классный руководитель готовит компьютерное слайд-шоу с темами этапов проведения мастерской, принципами успешного общения.

Оформление, оборудование, инвентарь:

а) компьютер с мультимедийным проектором, экран;

б) стулья, расставленные полукругом.

Ход мастерской.

I. Вступительное слово классного руководителя.

Дорогие ребята, все мы постоянно общаемся – в школе, дома, на улице, в транспорте; с близкими людьми и совсем незнакомыми. Средневековый философ Марк Аврелий говорил: «Если бы ты хотел этого, ты не можешь отделить твою жизнь от человечества. Ты живешь в нем, им, и для него. Мы все сотворены для взаимодействия, как ноги, руки, глаза».

Большое количество контактов, в которое вступает ежедневно человек, требует от него выполнения определенных правил бесконфликтного общения, сохранения своего личного достоинства и достоинства другого человека. Но в жизни нам часто приходится страдать, обижаться на окружающих за то, что нас неправильно поняли, напрасно обидели. «Приветливость – это золотой ключ, который открывает железные замки людских сердец», - гласит восточная мудрость.

«Счастье - это когда тебя понимают», - говорит герой фильма «Доживем до понедельника». Что нужно для того, чтобы наладилось взаимопонимание? Без него не может быть ни полноценной любви, ни дружбы, ни творческого сотрудничества, ни простого нормального общения.

II. Заслушиваются мнения учащихся, обсуждаются конфликтные ситуации, возникающие из-за отсутствия взаимопонимания.

III. Классный руководитель. *Взаимопонимание во многом зависит от того, насколько правильно мы оцениваем своих товарищей. Попробуем выяснить, хорошо ли мы знаем своих одноклассников.*

IV. Учащимся предлагается объединиться в минигруппы и составить словесный портрет одного из учеников своего класса, отразив физические данные, внешность, выразительность поведения, темперамент, положительные черты характера, увлечения, преобладающие интересы, привычки и слабости. Затем описание зачитывается, а одноклассники пытаются догадаться, о ком идет речь, и оценить, насколько словесный портрет соответствует действительному облику ученика.

V. Классный руководитель. *Взаимопонимание определяется способностью наблюдать за людьми, умением по малейшим движениям лица, позе понимать душевное состояние окружающих, их стремления и желания. Однако это не значит, что надо пытаться угадать, каких слов и поступков от тебя ждут, и подстраиваться под обстоятельства. «Это стремление, - писал Сухомлинский, - может сделать из тебя лицемера, подхалима и, в конечном счете, подлеца».*

VI. Педагог предлагает ученикам посмотреть на своего соседа и попробовать определить, в каком он настроении, как себя чувствует, о чем думает, чем озабочен. Затем учащиеся обмениваются своими наблюдениями, выводами, определяют, соответствуют ли они действительному состоянию товарища?

VII. Классный руководитель просит двух – трех учеников выйти из класса, а оставшимся детям предлагает договариваться о том, какие эмоциональные состояния они будут изображать (радость, восторг, удивление, обиду, страх). Вернувшись в класс, учащиеся должны уловить настроение одноклассников. Педагог вместе с детьми обсуждает результаты упражнения.

VIII. Ученикам предлагается принять участие в упражнении «Сопереживание». Разделившись на пары, учащиеся по очереди проигрывают ситуацию: первый ученик делится своей радостью или огорчением, а второй ученик соответствующим образом реагирует на это сообщение. После этого упражнения классный руководитель делает вывод о необходимости сопереживания и зачитывает стихотворение К. Кулиева:

*Чужой бедою жить не все умеют.
Голодных сытые не разумеют.
Тобою, жизнь, я балован и пытан,
И впредь со мною делай, что угодно,*

*Корми, как хочешь, но не делай сытым,
Глухим, не понимающим голодных.*

IX. Для проведения следующего упражнения вызываются 4-5 человек. Один из них остается в классе, другие выходят. Классный руководитель зачитывает для первого участника отрывок: «Аборигены островов Малайзии, отправляясь утром на охоту, заламывают ветки кустарников, полагая, что это ритуальное действие задержит Солнце на небе и им удастся вернуться с охоты засветло». После этого приглашается второй участник, первый ученик пересказывает ему услышанное. Далее каждый последующий участник пересказывает полученную информацию следующему. По окончании упражнения учитель вместе с детьми делают вывод о том, что информация имеет свойство утрачиваться. При передаче сохраняется не более 10 %, именно поэтому так важно внимательно слушать и слышать другого человека.

X. Классный руководитель делает вывод о том, что любой собеседник нуждается в нашем уважении и признании его достоинств:

*Душевное слово всегда удивительно,
В том его сила и главная суть,
Что душу другого оно доверительно
Может почтительно вмиг распахнуть.*

Галуат Цадаса

А затем предлагает учащимся основные принципы успешного общения:

1. Старайся сконцентрироваться на человеке, с которым общаешься.
2. Покажи говорящему, что ты его понимаешь. Это можно сделать, повторив смысл сказанного.
3. Не высказывай оценок.
4. Не давай советов. Оценки и советы, даже когда они даются из самых лучших побуждений, ограничивают свободу высказываний говорящего, мешают ему выделить наиболее существенные моменты.
5. С доминантным собеседником спокойно держись независимой точки зрения, и тогда он постепенно умиротворит свой натиск. Если же вы активно стараетесь осадить его, то беседа может перейти в ссору.

6. Недоминантный собеседник нуждается в поощрении, подбадривании с вашей стороны.

Литература

1. Артюхова И. С. Воспитательная работа с подростками: занятия, игры, тесты. М., 2004.
2. Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А., Шарова О. Д. Жить в мире с собой и другими. М., 2000.
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать. М., 1998.
4. Смид Р. Групповая работа с детьми и подростками. М., 1999.

Психологическое занятие в 5 классе

по теме «Конфликт»

(составлено и проведено педагогом-психологом **С.А. Муриной**)

Цель: способствовать формированию у учащихся научных представлений о конфликте, развитию у них умения понимать причины возникновения конфликтных ситуаций и находить способы их разрешения.

Оформление, оборудование и инвентарь:

- а) прикрепленный на классной доске лист ватмана, на котором нарисована туча с обозначением понятия «конфликт»;
- б) карточки с описанием конфликтных ситуаций;
- в) листы для работы учащихся.

Ход занятия

1. Вступительное слово педагога:

Прежде чем определить тему нашего занятия, я расскажу об одном случае, который недавно наблюдала в нашей школе. А дело было так: на перемене два пятиклассника зашли в класс и увидели за своей партой не два стула, а один. Тот мальчишка, что был пошустрее, подбежал, схватил стул, сел на него, и сказал своему соседу по парте: «Это мой стул, а ты сходи и поищи себе другой». «Нет, это мой стул», - ответил второй мальчишка и ударил одноклассника книгой по голове. Тот, сжав кулаки, бросился на товарища. Что произошло между мальчиками? Пятиклассники отвечают. Обобщая ответы детей, педагог сообщает тему занятия и его цель.

II. Педагог:

Вы сказали, что конфликт - это драка, ссора, а если мы обратимся к толковому словарю, то увидим, что *конфликтом называется столкновение мнений, сторон и сил.* (Определение конфликта учащиеся записывают в тетрадь.)

Можно ли сказать, что между мальчиками произошло столкновение сил? (Ответ учеников: да.) Значит, между мальчиками произошел конфликт. Теперь наша задача определить причину его возникновения. А чтобы определить причину, конфликт нужно проанализировать. Сейчас мы вместе попытаемся проанализировать конфликт, происшедший между мальчиками. Для этого ответим на вопросы:

1. Какую цель преследовал каждый из мальчиков?
2. Из-за чего возник конфликт?
3. Почему он все-таки произошел?

Учащиеся отвечают на эти вопросы и совместно с педагогом определяют главную причину возникновения конфликта: неумение договориться. Педагог делает запись на доске, а учащиеся в тетради.

III. Учащимся предлагается, разбившись на группы, в течение 3 – 4 минут проанализировать несколько вариантов конфликтов и определить причину их возникновения. Каждая группа получает свою карточку с описанием конфликтов:

1 карточка

«Саша, я сломал твою ракетку», - робко сказал Дима.

«Негодяй! Что ты наделал! Ты мне больше не друг!» – выкрикнул Саша и убежал. Диме уже некому было сказать, что он купил новую и хочет отдать её другу.

2 карточка

Кате родители не хотели покупать современные вещи, считая это излишеством. Девочка говорила, что они её не любят и плакала. А в школе некоторые дети её дразнили «беднотой». Катя им в ответ грубила.

3 карточка

На соревнованиях по футболу мальчишки проигравшей команды стали выкрикивать грубые слова выигравшим. Те ответили тем же. Затем в ход пошли кулаки.

После выполнения задания представители групп зачитывают свою карточку и представляют результаты своей работы.

Дети определяют следующие причины возникновения конфликтов:

- несдержанность;
- непонимание;
- неумение слушать.

Выводы записываются на доске и в тетрадях. Педагог сообщает о том, что сейчас были определены не все, а лишь некоторые причины возникновения конфликтов.

IV. Учитель обращает внимание учеников на плакат с изображением конфликта в виде тучи и говорит: «Это что-то неопределенное: туча может разразиться громом и молнией, а может из-за тучи выглянуть солнышко. Так и конфликт может разрешиться положительно и отрицательно. Теперь, когда вы знаете, что такое конфликт, умеете анализировать и определять причины возникновения конфликтов, то, наверное, сможете назвать способы их разрешения».

Педагог прикрепляет на доске карточки с вариантами способов поведения в конфликтной ситуации:

- уступить;
- ударить;
- промолчать;
- разгневаться;
- понять;
- упрямиться.

Учащимся предлагается индивидуально или в парах распределить и записать в тетрадях эти слова в два столбика:

а) в 1-й столбик (его можно обозначить знаком «+») – способы поведения, которые приводят к положительному разрешению конфликта;

б) во 2-й столбик (его можно обозначить знаком «-») – способы поведения, которые приводят к отрицательному разрешению конфликта. Затем один из учащихся выполняет это задание на доске, аргументируя свой выбор.

I. «Я – ЗАДАНИЕ».

Педагог:

На предыдущих занятиях мы с вами учились познавать себя и сегодня продолжим эту работу. Вам предлагается подумать и заполнить карточку «Я в конфликте» перечнем привычных для себя способов поведения в условиях конфликта.

Дети самостоятельно выполняют задание, заполняя карточку теми словами, которые соответствуют их привычному поведению в конфликтной ситуации.

	Я В КОНФЛИКТЕ

Результаты выполнения этого задания не проверяются. Учащимся предлагается самостоятельно сравнить свои карточки с записанными на доске словами первого столбика и подумать: хотели бы они изменить что-либо в своем поведении? По желанию ученики придумывают написать для себя домашнее задание и записывают его в тетради.

II. Заключительное слово педагога:

Можно ли прожить жизнь без конфликтов? Нет. Конфликты существовали и будут существовать. Они являются неотъемлемой частью нашей жизни, но то, как разрешится конфликт, зависит от нашего поведения. Желаю всем нам, чтобы в нашей жизни конфликты всегда заканчивались положительно.

Литература

1. Аджиева Е.М., Байкова Л.А., Гребенкина Л.К. и др. 50 сценариев классных часов. М., 2002.
2. Землянушкина О.О. Конфликты между детьми и их разрешение // Школьный психолог. 2000. №43
3. Селевко Г.К., Маркова Н.Н., Левина О.Г. Познай себя. М., 2000.

Классный час «Хочешь быть счастливым – познай себя»

(составлен и проведен **О.Ю. Исаковой**)

Участники: ученики 9-го класса и классный руководитель

Цели:

- 1) побуждать учащихся к самосовершенствованию;
- 2) способствовать формированию навыков рефлексивной деятельности;
- 3) содействовать развитию у учащихся чувства эмпатии.

Подготовительная работа.

1. За 1 –2 недели до классного часа учащимся предлагается дома поразмышлять и письменно сформулировать проблему, связанную с взаимоотношениями со сверстниками, родителями, учителями, учебой и т.д., которая волнует его лично, его друга, знакомого. Задание выполняется анонимно.
2. Листки с выполненным заданием школьники по просьбе классного руководителя опускают в течение учебного дня в один из двух ящиков. В черный ящик – те учащиеся, которые не хотели бы, чтобы их проблема обсуждалась в классе, а в белый – те, кто готов к такому обсуждению.
3. Накануне классного часа всем учащимся предлагается продолжить следующие предложения: «Счастье – это...», «Счастливый человек – это...», или найти высказывание знаменитых людей на эту тему.

Оформление, оборудование, инвентарь:

- а) специально оборудованный кабинет:



- б) отпечатанные листки с проблемами из белого ящика, таблички «арбитр по этике», «эксперт», «аналитики», «прагматики»;

- в) магнитофон.

Ход проведения.

До начала классного часа в кабинете негромко звучит спокойная приятная музыка. Учащиеся садятся на стулья, стоящие полукругом.

I. Классный руководитель приветствует ребят, старается создать атмосферу эмоционального доверия и психологического комфорта для всех участников классного часа. Во вступительном слове классный руководитель, размышляя о теме классного часа, говорит о том, что стремление к счастью заложено в каждом человеке, предлагает учащимся ответить на вопросы: «Что такое счастье?», «Какого человека можно назвать счастливым?». Ребята зачитывают подготовленные ответы дома по кругу. После этого делается вывод о том, что представления о счастье у всех разные, а значит и пути у каждого свои, как и преграды, которые нужно преодолеть, и проблемы, которые нужно решить.

II. Игра «Проблемы и аргументы»

Цель игры: найти пути решения проблем, помочь своим товарищам.

Из числа желающих учащихся формируются две команды по 5 – 6 человек, которые занимают места за столами. Оставшиеся ребята составляют публику. Координатор одной команды вытаскивает из белого ящика проблему, зачитывает ее, и всем присутствующим предлагается обсудить ее в течение 3 – 4 минут (публика ведет обсуждение в парах, малых группах, индивидуально). По истечении времени команда аналитиков должна представить свой анализ проблемы и причину ее возникновения, команда прагматиков – пути решения этой проблемы. Публика выражает свое одобрение или несогласие с мнением команд аплодисментами и устными высказываниями. Завершает обсуждение проблемы эксперт (для этого приглашается школьный психолог), который оценивает работу команд и излагает свою точку зрения по данному вопросу. За соблюдением времени и этической стороной высказываний следит эксперт по этике (эту роль выполняет классный руководитель или один из учащихся класса). При обсуждении следующей проблемы команды меняются ролями.

Проблемы из белого ящика:

1. Я постоянно иду на поводу у мнения большинства, хотя имею свое собственное мнение.

2. При любых обстоятельствах я остаюсь самим собой: одеваюсь, во что мне хочется, говорю то, что думаю, но из-за этого у меня возникают проблемы с родителями, учителями, одноклассниками.

3. Сравнивая себя с одноклассниками, я кажусь себе очень полным. Я стал работать над собой: заставляю себя мало есть, по утрам делаю изнурительную зарядку. Это привело к тому, что нахожусь в постоянном напряжении.

4. Я хочу научиться сдерживать себя, по крайней мере, говорить медленнее. Я хочу уметь слушать другого человека, считаться с его мнением.

В заключение игры классный руководитель благодарит всех участников и приглашает вновь сесть полукругом.

III. Рефлексия

Каждому из участников предлагается выразить свои мысли и чувства по поводу классного часа, употребив только одно предложение.

Завершая классный час, классный руководитель желает всем, чтобы любые проблемы в жизни находили свое решение. Он берет черный ящик проблем и обращается к ребятам с предложением: тем, кто хочет, чтобы его проблема не осталась нерешенной, достать её (нерешенную проблему) из ящика и обсудить с другом, классным руководителем, школьным психологом или с кем-то еще, а, главное, решить ее.

Литература

1. Амбрумова А.Г. Диагностика суицидального поведения. Методические рекомендации [Текст] / А.Г. Амбрумова, В.А. Тихоненко. – М., 1980.
2. Баева, И.А. Психологическая безопасность в образовании [Текст] / И.А. Баева. – СПб.: Издательство «СОЮЗ», 2002.
3. Бурмистрова Е.В. Психологическая помощь в кризисных ситуациях (предупреждение кризисных ситуаций в образовательной среде): Методические рекомендации для специалистов системы образования. М.: МГППУ, 2006.
4. Веселкова, Е.А. Психологические аспекты подросткового суицида. Методическое пособие [Текст] / Е.А. Веселкова, Л.М. Века. – Барнаул: ОТО БГПК, 2006.

5. Воспитание индивидуальности: Учебно-методическое пособие/ Под ред. Е.Н. Степанова. – М.: ТЦ Сфера, 2005.-224с.
6. Матафонова, Т.Ю., Пелешенко, М.А. Диагностика и коррекция детей и подростков при посттравматическом стрессовом расстройстве [Текст] / Т.Ю. Матафонова, М.А. Пелешенко // Методическое руководство. Ч. 2, 2006.
7. Сенкевич Л.В., Донцов Д.А. и др. Методологическое научное понимание суицида в качестве культурно-исторического, философского и психосоциального феномена/Вестник практической психологии образования - №2, 2016.
8. Учителю о подростковом суициде: как избежать беды. Методические рекомендации [Текст] / Сост. Т.А. Гусева, Т.А. Кречетова. – Барнаул, 2009.
9. Фридман, Дж. Конструирование иных реальностей: истории и рассказы как терапия [Текст] / Дж. Фридман, Д. Комбс. – М., 2001.

Интернет – источники

<http://psyera.ru/profilaktika-suicida-2148.htm>)

http://www.metod-kopilka.ru/roditelskoe_sobranie__profilaktika_suicidov_u_shkolnikov-29067.htm