

Я и мой ребенок-поиск взаимопонимания

Цель: обучение родителей способам эффективного взаимодействия с детьми, гармонизация детско-родительских отношений.

Задачи:

- Оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания.
- Формирование у родителей навыков психологической поддержки детей.
- Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания школьников.

Ход собрания

Уважаемые папы и мамы!

Как важно для каждого из нас, чтобы люди, которые рядом с нами, понимали нас. Понимали наше слово, жест, мимику, наши взгляды. К большому сожалению, не всегда так получается в реальной жизни.

Нам, взрослым людям, некомфортно, если нас не слышат и не понимают. А каково детям? Многие трудности семейного воспитания напрямую связаны с неумением родителей войти в мир вещей и взаимоотношений ребенка, в мир детства.

Сегодня мы будем рассуждать о том, насколько мы с вами состоялись как родители, что нам нужно сделать, чтобы профессия быть родителем была в радость и нам, и детям.

Итак, тема нашего собрания «Я и мой ребенок- поиск взаимопонимания».

Особенности подросткового возраста:

В быстром темпе современной жизни не находится времени, подчас, и настроения, чтобы поговорить по душам, без формальной критики оценить поступки, ситуации и человеческие ценности. Давайте попробуем сегодня это сделать на бумаге. Подумайте и в одной колонке запишите хорошие, положительные качества вашего ребенка, а в другой - плохие, отрицательные. Эти записи нам ещё пригодятся к концу нашего занятия.

Подростки склонны критически оценивать слова и поступки взрослых, в том числе своих родителей. Вот почему взрослым в этот период жизни ребенка требуется более критично относиться к себе и своим поступкам.

С одной стороны, подросток в этот период стремится к самостоятельности, протестует против мелочной опеки и контроля; с другой — он испытывает тревогу и опасения, сталкиваясь с новыми для него проблемами и ожидая от родителей помощи и поддержки, не всегда желая в том им признаться.

Вот как об этом основном противоречии подростковой психологии общения

сказал В.А.Сухомлинский: «Не опекайте меня, не ходите за мной, не связывайте каждый мой шаг... Я самостоятельный человек. Я не хочу, чтобы меня вели за руку.

Передо мной высокая гора. Это цель моей жизни. Я вижу ее, думаю о ней, хочу достичь ее, но взойти на эту вершину хочу самостоятельно. Я уже поднимаюсь, делаю первые шаги; и чем выше ступает моя нога, тем более широкий горизонт открывается мне, тем больше я вижу людей, тем больше познаю их, тем больше людей видят меня. От величия и безграничности того, что мне открывается, делается страшно. Мне необходима поддержка старшего друга. Я достигну своей вершины, если буду опираться на плечо сильного и мудрого человека. Но мне стыдно и боязно сказать об этом. Мне хочется, чтобы все считали, что я самостоятельно, своими силами доберусь до вершины».

На основе понимания сложности и противоречивости внутреннего мира подростка взрослый и должен строить свои отношения с ним, иначе ребенок будет прислушивался к мнению друзей, строить отношения с друзьями на улице, там, где он может все высказать и его выслушают, и дадут «нужный» совет.

Уважение к личности подростка делает нас действительно нужным своему ребенку. К сожалению, некоторые родители представляют это только так: обеспечить материально, дать образование, оградить от неприятностей.

Но быть нужным — это значит и разделить с ним его тревоги и сомнения, его радости и печали, это значит всегда быть «настроенным на его волну», чутко улавливая малейшие, но такие важные перепады его эмоций. Сделайте так, чтобы ответы на свои вопросы ребенок искал у вас, а добиться этого можно лишь в том случае, если ваши волнения и тревоги тоже будут открыты ребенку.

Но часто, чтобы научиться понимать и отвечать своим детям, надо научиться проявлять пристальное внимание к своему ребенку, к его проблемам. Но это так трудно! Почему? Да потому, что это требует времени! А его постоянно не хватает. Очень трудно бывает, отодвинув бытовые проблемы, попытаться увидеть новые черты в своем ребенке, заметить, что его волнует и тревожит.

Когда мы общаемся с ребенком, он, естественно, обращает внимание на наши слова, придавая особое значение тому, каким тоном они сказаны. Ведь как раз в тех случаях, когда что-то нас действительно сильно волнует, мы меньше всего способны за собой следить.

В такие моменты нам не всегда удастся управлять мимикой, жестами, тоном голоса, мы выплескиваем свои эмоции на ребенка. Чаще всего это случается, когда ребенок становится подростком. Ведь именно для подростков характерны эмоциональная неустойчивость, психологические срывы, грубость, нежелание ничего слушать.

Я хочу познакомить вас с техникой «я-высказывания». Для этого рассмотрим довольно знакомую ситуацию: при невыполнении некоторых домашних обязанностей от нас, от родителей, можно услышать: «Это просто эгоизм с твоей стороны! Ты совсем перестала что-либо делать по дому!» Это «ты - высказывание». Вот таким «ты-высказыванием» мы сразу создадим барьер в общении с ребенком (не забывайте, что дети в этом возрасте особенно обидчивы и ранимы). «Я-высказывание» - это такой приём, с помощью которого собеседнику (ребенку) сообщается о своих чувствах и переживаниях, а не о нем и его поведении, которое это переживание вызвало. Оно редко вызывает протест. «Я-высказывание» всегда начинается с личных местоимений: «Я», «мне», «меня».

Давайте попробуем превратить «ты-высказывание» в «я-высказывание»: «Я последнее время не чувствую от тебя прежней заботы. С чем это связано? Может быть, ты обиделась на что-то?». Давайте потренируемся оформлять свои мысли и чувства в «я-высказывание». Для того чтобы это у нас получилось, необходимо точно определить свое чувство в этой ситуации и указать причину, которая его вызвала. Для удобства работы я приготовила вот такую небольшую методичку, которая поможет вам.

- Почему все должна делать я? (Обида.) Я чувствую себя такой уставшей. Мне нужна твоя помощь... (Без обиды.)

-Ты выполнил свои домашние задания? Меня беспокоит твоя алгебра. Может быть, ты устал в школе, и я могу тебе чем-то помочь?

-Разве трудно было придти домой пораньше?! Я так волновалась, пока тебя не было, и мне было обидно, что ты мне не позвонил.

-Ты никогда меня не слушаешь! Когда я вижу, что ты меня не слушаешь, мне неприятно, ведь я говорю достаточно важные вещи. Мне очень важно твое внимание, поэтому, пожалуйста, будь внимателен к тому, что я говорю.

-Тебе все равно, что я думаю по этому поводу! Когда я вижу, что тебя не интересует мое мнение, я огорчаюсь. Я надеюсь, что в следующий раз ты прислушаешься к моему совету.

-Ты всегда ужасно себя ведешь! В данной ситуации ты вел себя некрасиво. Меня обижает такое поведение. Ты умеешь быть другим, поэтому, пожалуйста, в следующий раз будь более сдержан.

У тебя что, в голове — две извилины? Ты вроде понятливый, а говоришь несуразности.

-Ты всегда без спросу берешь мои вещи! Когда с моего стола без спросу берут вещи, мне неприятно. Предварительно спроси меня, можно ли это взять.

Представим, что в вас бросили мячом. По каким причинам это может произойти. По разным: может, человек хотел привлечь к себе ваше внимание, или обидеть или поиграть, а может мяч попал в вас случайно.

Поведение человека в конфликтной ситуации похоже на игру в мяч. Ситуация будет развиваться в зависимости от того, как вы поведете себя в конкретном случае. Ответите агрессией, тогда неизбежна ссора. Попытайтесь выяснить, чего хотел бросивший? В этом случае возможно разрешение ситуации, выяснение отношений. Обидитесь и уйдёте, пойдёте жаловаться? Тогда ситуация останется нерешённой и отношения будут ещё более накаляться. Когда не учитываются причины возникновения конфликта, не принимаются во внимание интересы обеих сторон, происходит либо бесполезное перекидывание мячика, либо броски намеренно болезненные. Хотя на самом деле, конфликт не такая уж плохая вещь. Если его правильно оценить, он приобретет конструктивный характер, приведёт к развитию благоприятных отношений. Помните об этих «секретах», когда ищите выход из конфликтной ситуации.

Памятка для родителей №1

Дорогие родители!

Пусть эти правила, выверенные жизнью, помогут Вам в воспитании ребенка, в налаживании добрых взаимоотношений с ним, в укреплении Вашего авторитета, взаимного уважения и любви. Это возможно, если в Вашей семье:

- Доверие - основное правило.
- Всегда ребенку Вы говорите правду.
- Стараетесь быть примером для ребенка.
- Уважаете ребенка как личность, имеющую право на свою точку зрения.
- Советуетесь с ребенком.
- Не обманываете ребенка.
- Учите правильно оценивать свои поступки и поступки других людей.
- Не ставьте целью добиться полного послушания с первого слова, дайте возможность убедиться ребенку в чем он прав или не прав.
- Если ребенку нужна помощь, дела откладывайте на потом.
- Выход из безвыходного положения - шутка.
- Телевизор хорошо, а природа лучше.
- Познание, чтение - радость для всей семьи. Постоянно читайте вслух.
- Осуждая ребенка за поступок, вспоминайте себя в его возрасте.
- Знайте друзей своего ребенка и приглашайте их в дом.
- Вечером всей семьей обсуждайте, как прошел день.

Памятка для родителей № 2

Уважаемые родители!

Для того чтобы развить в себе умение быть хорошим отцом или матерью, необходимо очень сильно этого хотеть и любить своего ребенка уже только за то, что он у вас есть.

Рекомендации памятки могут быть такими:

- Для того чтобы ваш ребенок вырос здоровым, счастливым и уверенным в себе человеком, вы должны ответить на следующий вопрос: Всегда ли то, что я хочу для него, будет ему хорошо?
- Будьте предельно откровенны с ребенком по всем вопросам его настоящего и будущего, не рисуйте ему радужные горизонты, которые могут не оправдаться.
- Сделайте так, чтобы ваш ребенок знал, что вы от него хотите.
- С самого раннего детства учите вашего ребенка понимать слова: «можно», «нельзя», «надо».

- Помните! Ребенок должен очень рано понимать, что есть вещи, которые категорически нельзя делать, ибо за этим последует обязательное наказание.

— Рассказывайте о себе, своем детстве, своих желаниях и интересах, планах и поступках, о том, что получилось, и что не получилось.

— Говорите о себе правду, не рисуйте себя розовыми красками.

— Развивайте в своем ребенке ответственность за его дела и поступки, не перекладывайте их на чужие плечи.

— Дайте своему ребенку понять, что он вам необходим, что он не обуза, а радость, как бы трудно материально и морально вам в жизни не было.