

Семинар — тренинг для родителей

"Пути формирования бесконфликтных взаимоотношений с детьми"

Задачи: помочь родителям преодолеть трудности в решении конфликтных ситуаций в семье; способствовать осмыслению конфликтной ситуации и путей выхода из нее; научиться понимать внутренние мотивы ребенка, помочь в построении нормальных отношений с ребенком

Форма проведения: обучающий семинар.

Категория: родители учащихся 6-х и 7-х классов.

Вопросы для обсуждения:

- Что такое конфликт?
- Умение разрешать проблемы и конфликты.
- Конфликты "трудного" возраста.
- Тактика поведения в конфликте.

Подготовительная работа к собранию:

- анкетирование учащихся и родителей;
- подготовка ситуаций для анализа;
- подготовка теоретического материала для выступления;
- подготовка памятки для родителей.

Подготовительная работа

Анкетирование учащихся и родителей

Продолжи предложения:

1. Причиной конфликта может быть _____
2. Конфликт может привести к тому, что _____
3. Чаще всего поводом для конфликта в семье может быть _____
4. Для того, чтобы избежать конфликт, нужно _____

Анкетирование родителей

1. Считаете ли Вы необходимостью поднимать проблему конфликтов на родительском собрании?
2. Бывают ли у вас конфликтные ситуации в семье?
3. Как Вы их разрешаете?
4. Можно ли вообще обойтись в жизни без конфликтов?
5. Можете ли Вы поделиться опытом выхода из конфликтных ситуаций, связанных с вашим сыном или дочерью?

Анкетирование учащихся

Ответь, по возможности честно и правдиво, на поставленные вопросы:

1. Ты – конфликтный человек?
2. Легко ли тебе выяснять с кем-то отношения?
3. Что ты чувствуешь после того, как ты выяснил с кем-то отношения?
4. Становишься ли ты умнее после выхода из конфликтной ситуации, делаешь ли для себя какие-нибудь выводы?
5. С кем ты чаще всего конфликтуете?
6. Что может стать поводом к конфликтной ситуации?
7. Кто первым пытается разрешить конфликт – ты или другая сторона?
8. Что ты, как правило, отстаиваешь в конфликте?

9. Меняется ли твое отношение к людям, с которыми ты конфликтовал?
10. Нужно ли учиться людям разрешать конфликтные ситуации?

Подготовка ситуации для анализа

Ситуация 1.

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

Ситуация 2.

Родители подарили деньги своему ребенку с определенной целью. Он их истратил не по назначению, купил то, что ему давно хотелось. Родители были возмущены, а в свой адрес ребенок услышал много гневных слов. В конце концов он хлопнул дверью и ушел из дома.

Ситуация 3.

Между матерью и дочерью в течении полугода происходят жаркие схватки по поводу того, когда пятнадцатилетняя дочь должна возвращаться домой. Мать настаивает на том, что она должна приходить не позднее 9 часов вечера, дочь считает, что здесь вообще невозможны никакие ограничения.

Ситуация 4.

Вы возвращаетесь с работы домой и уже на лестнице слышите громкую музыку, веселье в вашем доме. Вы 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?”

Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы!

Конфликтная ситуация может коренным образом изменить Вашу жизнь!

Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

1. Прежде чем Вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого Вы хотите получить.
2. Утвердитесь в том, что этот результат для Вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучиться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.
10. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее Вас.

Что делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих подростковых детей?

1. Не следует видеть в самостоятельности ребенка угрозу его лишиться.
2. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятельность, сколько право на нее.
3. Чтобы ребенок выполнил то, что Вам нужно, постарайтесь сделать так, чтобы он сам этого захотел.
4. Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте его.
5. Не создавайте в семье “революционную ситуацию”, а если создали, то приложите все усилия, чтобы разрешить ее мирным путем.
6. Не забывайте слова И.В. Гете: “В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках”.

За что и против чего ведет борьбу ребенок в переходном возрасте?

1. За то, чтобы перестать быть ребенком.
2. За прекращение посягательств на его физическое начало, неприкосновенность.
3. За утверждение среди сверстников.
4. Против замечаний, обсуждений, особенно ироничных, по поводу его физической зрелости.

Советы для родителей:

1. Необходимо помочь подростку найти компромисс души и тела.
2. Все замечания делать доброжелательным, спокойным тоном, не используя ярлыков.
3. Нужно подробно познакомить подростка с устройством и функционированием организма, подобрать соответствующую литературу по этому вопросу.
4. Необходимо помнить, что пока развивается тело ребенка, болит и ждет помощи его душа.

ХОД СЕМИНАРА

Введение

Очень часто от родителей приходится слышать, что они не могут построить взаимоотношений со своими подрастающими детьми, дети их не слушают и не принимают во внимание их мнение. В школе и дома хотят, чтобы дети были «удобными», во всем слушались взрослых. И порой мы недоумеваем, почему сейчас дети стали такими непослушными и что мы сделали не так.

(Звучит спокойная музыка, стулья расставлены по кругу)

1. Упражнение-приветствие «Я рад вас видеть сегодня...» (клубок передается по кругу всем родителям, постепенно его разматывая).

- Вот так, как этой нитью, все мы связаны общей проблемой- как сформировать позитивные отношения с детьми, как найти путь к бесконфликтной дисциплине. Сегодня мы вместе попробуем разобраться в этой проблеме.

Теоретическая часть.

- Родителям может показаться неожиданным тот факт, что детям нужны порядок и правила поведения в семье, они хотят и ждут их! Правила и разумный распорядок дают ребенку чувство безопасности, уверенности. И если по этому поводу у вас существуют проблемы, то скорее всего дело не в самих правилах, а в способах их «внедрения».

Конфликты – это спор, ссора, скандал, в которых стороны не скупаются на взаимные упреки и оскорбления. Самое страшное в конфликте – это чувства, которые люди испытывают друг к другу. Страх, злоба, обида, ненависть, – главное чувство конфликта.

Без конфликтов жизнь не возможна, нужно научиться их конструктивно разрешать. Для того, чтобы научиться разрешать конфликтную ситуацию, нужно научиться осознавать масштабы и детали разногласий и открыто обсуждать их. Заглаживание конфликтной ситуации, уход от ее решения может привести к проблемам куда более серьезным:

Главная способность в конфликте - Это умение:

- отстаивать свою позицию открыто, “лицом к лицу”;
- оценивать саму конфликтную ситуацию, ее содержание, а не человеческие качества своего партнера;
- сохранить личностные отношения всех участников конфликта.

Назовите возможные с вашей точки зрения причины конфликтов родителей с подростками

У подростков

- кризис переходного возраста;
- стремление к самостоятельности и самоопределению;
- требование большей автономии во всем – от одежды до помещения;
- привычка к конфликту, воспитанная поведением взрослых в семье;
- Бравирование подростка своими правами перед сверстниками и авторитетными для него людьми.

У родителей.:

- нежелание признавать, что ребенок стал взрослым;
- боязнь выпустить ребенка из гнезда, неверие в его силы;
- проецирование поведения ребенка на себя в его возрасте;
- борьба за собственную власть и авторитетность;
- отсутствие понимания между взрослыми в воспитании ребенка;
- неподтверждение родительских ожиданий.

Анализ анкетирования учащихся и родителей.

Когда то мы все учились, получали профессию и большинство из нас жили в общежитии. Где чаще всего в холле размещались «Правила общежития». Давайте сейчас обсудим правила, с помощью которых можно наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину, так называемые «Правила семейного общежития».

«Правила семейного общежития».

(слайды)

1. Правила должны быть обязательно в жизни каждого ребенка.

2. Взрослые должны согласовать правила между собой.

Даже если один родитель не согласен с требованиями другого, лучше в эту минуту промолчать, а потом уже без ребенка обсудить разногласия.

3. При наказании ребенка лучше лишать его хорошего, чем делать ему плохое.

4. Дайте свободу.

Спокойно свыкнитесь с мыслью, что ваш отпрыск уже вырос и далее удерживать его возле себя не удастся, а непослушание- это стремление выйти из-под вашей опеки.

5. Никаких нотаций

Больше всего подростков раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы.

6. Уступает тот, кто умнее.

Костер ссоры погаснет, если в него не подбрасывать дров. Когда и родители, и дети охвачены негативными эмоциями, способность понимать друг друга исчезает.

7. Не надо обижать.

Прекращая ссору, не стремитесь сделать больно ребенку с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций ребенок учится у вас.

При составлении или изменении правил в вашей семье следует помнить о таких моментах:

1. Четкая формулировка запретов, ограничений (они должны быть выдержаны в позитивном стиле и иметь конкретный характер).
2. Ограничения и запреты должны соответствовать возрасту ребенка (и его опыту)
3. Ограничение должно быть выполнимым.

А какие правила вы бы создали для родителей? Ведь это не совсем правильно, если у детей есть правила, а у родителей нет?

Обсуждение: Как вы думаете, введение правил

Практическая часть.

Обсуждение ситуаций в группах (родителям раздаются листки с описанием ситуаций.).

Инструкция: «Прочтите описание каждой ситуации, определите, в чем ошибка родителей; скажите вариант более действенного высказывания».

1. Ребенок обычно возвращается из школы раньше родителей. Поэтому родители говорят ему: «Как только ты приходишь домой, сразу же делай уборку в своей комнате!»

(**Ответ:** «Убери в своей комнате до моего возвращения». Не следует требовать выполнения сразу же.)

2. Родители говорят своему ребенку: «Забудь о прогулках. Мы разрешим, когда ты будешь нас слушаться»

(**Ответ:** «Мы переживаем за тебя, поэтому приходи домой вовремя»)

3. Родители говорят своему ребенку: «Не проси денег, ты все равно потратишь их впустую!»

(**Ответ:** «Разумно тратить деньги, которые дают тебе на карманные расходы. Других денег не будет»)

4. Родители своему ребенку: «Ты опять разбил бокал! Вечно у тебя все из рук валится!»

(**Ответ:** «Я знаю, что ты не хотел этого. Но надо быть внимательным. Убери все за собой и садись обедать.»)

После обсуждения ситуаций и обмена мнениями психолог делает выводы:

1. любую информацию можно преподнести в позитивном ключе;
2. дети, слушая, что им говорят, получают информацию о том, как надо вести себя.
3. высказывания, способствующие повышению самооценки ребенка, также формируют у него и чувство ответственности.

Непослушных детей, а тем более «отбившихся от рук», принято обвинять. На самом деле в число «трудных» обычно попадают дети не «худшие», а чувствительные и ранимые. Они «сходят с рельсов» под влиянием жизненных трудностей, реагируя на них сильнее, чем более устойчивые дети. «Трудный» ребенок нуждается в помощи, а не в критике или наказаниях. Причины стойкого непослушания ребенка следует искать в глубине его психики.

Причины отклонения в поведении детей.

(наглядно вывешивается поочередно на доске)

1. Борьба за внимание.

Если ребенок не получает внимания, которое ему так необходимо для нормального развития и эмоционального благополучия, то он находит свой способ его получить: он не слушается.

2. Борьба за самоутверждение.

Это борьба против чрезмерной родительской власти и опеки.

3. Желание отомстить.

Дети бывают часто обижены на родителей, например, если мать разошлась с отцом, или ребенка отлучили от семьи (бабушка опекун), или родители уделяют больше внимания младшему в семье. В глубине души ребенок переживает и даже страдает, а на поверхности все те же протесты, непослушание.

4. Потеря веры в собственный успех.

Ребенок переживает неблагополучие в какой-то одной области, а неудачи у него возникают совсем в другой. Например, у мальчика не сложились отношения в классе, а следствием стала запущенная учеба. Это происходит из-за низкой самооценки ребенка. Накопив горький опыт, ребенок теряет уверенность в себе и приходит к выводу: «Нечего стараться, все равно ничего не получится». Это – в душе, а поведением он показывает: «Мне все равно...», «Пусть буду плохим...»

Всякое отклонение в поведении - это крик о помощи!

Все родители воспитывают детей в меру своего умения и понимания жизни и редко задумываются о том, почему в определенных ситуациях поступают так, а не иначе. Однако у каждого родителя в жизни бывают моменты, когда поведение любимого ребенка ставит в тупик.

В своих ошибках вы не одиноки, все родители их время от времени совершают. Но всегда лучше учиться на чужих ошибках, не правда ли?

Упражнение «Эмоциональное восприятие».

- Уважаемые родители! Закройте на минуту глаза и представьте, что вы встречаете своего лучшего друга (подругу). Как вы показываете ему, что рады, что он вам дорог, близок?.

Теперь представьте, что это ваш собственный ребенок: что он приходит из школы и вы показываете, что рады его видеть.

Представили? В чем разница? Всегда ли мы показываем нашим детям свои чувства?

Упражнение «Чаша чувств»

(каждый родитель по очереди вынимает из чаши листочки с каким-либо чувством, зачитывает вслух).

Мы поможем нашим детям общаться с нами, если наше отношение к ним будет включать:

1. принятие
2. внимание
3. признание (уважение)
4. одобрение
5. теплые чувства.
6. понимание
7. любовь
8. доверие
9. поддержка
10. юмор

Моделируя свое отношение к детям в соответствии с указанными принципами, мы научим их устанавливать добрые отношения с ровесниками и другими людьми.

Вывод.

Чтение стихотворения «Родителям...»

(решение взаимоотношений детей и родителей через призму взаимоотношений в семье).

-Чем проповедь выслушивать,
Мне лучше бы взглянуть.
И лучше проводить меня,
Чем указать мне путь.
Глаза умнее слуха,
Поймут все без труда.
Слова порой запутаны,
Пример же- никогда.
Тот лучший проповедник-
Кто веру в жизнь провел.
Добро увидеть в действии-
Вот лучшая из школ.
И если все мне показать-
Я выучу урок.
Понятней мне движенье рук,
Чем быстрых слов поток.
Должно быть, можно верить
И мыслям, и словам,
Но я уж лучше погляжу, что делаешь ты сам.
Вдруг я неправильно пойму
Твой правильный совет.
Зато пойму, как ты живешь,
По правде или нет.

Памятки-рекомендации (раздаются всем родителям)

1. Выстраивайте позитивные отношения между Вами и ребенком. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживайте свой критицизм и создавайте позитивизм в общении. Тон должен демонстрировать только уважение к ребенку, как к личности.
2. Будьте одновременно тверды и добры. Взрослый должен быть дружелюбным и не выступать в роли судьи.
3. Контроль над подростком требует особого внимания взрослых. Ответный гнев редко приводит к успеху.
4. Поддерживайте подростка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда он не достигает успеха.
5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения.
6. Демонстрируйте взаимное уважение. Взрослый должен демонстрировать доверие к подростку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.
7. **Успехов Вам!**