«ДОМ, В КОТОРОМ ЖИВЁТ СЧАСТЬЕ»

ДЛЯ УЧАЩИХСЯ 8 КЛАССОВ И ИХ РОДИТЕЛЕЙ, 1-я четверть

(формирование жизненных целей и ценностей, ролевых форм поведения через общение со взрослыми и сверстниками, становление нравственных и волевых качеств личности).

«Дом, в котором живёт счастье»
(для учащихся 8 классов и их родителей, 1-я четверть).

Существует три способа сделать что-нибудь:
сделать это самому, нанять кого-нибудь или
запретить своим детям делать это…

Роль родителя в выстраивании отношений между учеником и школой проста и сложна одновременно. Родитель вынужден делить с учителем степень влияния на собственного ребёнка. Кто-то из родителей радостно перекладывает формирование и воспитание детей на учительские плечи. Кто-то держит любое учительское влияние под жёстким контролем и часто вступает в осознанную или неосознанную конкуренцию с учителем, и совершенно зря. Но, исходя из собственного опыта работы, большинство родителей всё же хотят, и работают в паре с учителем, прислушиваются к его замечаниям и подсказкам. С такими родителями интересно, легко работать и мне.

Любому школьнику любого возраста очень важна поддерживающе-защищающая роль родителя [1, с.38]. Поддержка детям нужна не столько виде открытой похвалы или восхищения его успехами, от чего он легко становится зависим, сколько в виде интереса к его школьной жизни: к новостям, урокам, проектам, событиям, самочувствию, эмоциональному состоянию, к его размышлениям и впечатлениям. Ребёнку важно знать, что его будут любить даже тогда, когда он сделает что-то не так, когда совершит ошибку или допустит досадный просчёт.

Цель нашей работы:

Способствовать формированию доброжелательных детско-родительских отношений, развитие коммуникативных навыков в выстраивании взаимоотношений между родителями и детьми.

Основная часть.

Постановка проблемы и её анализ. Традиционно подростковый возраст рассматривается как период отчуждения от взрослых. Ярко выражены не только стремление противопоставить себя взрослым, отстаивать свою независимость и права, но и ожидание от взрослых помощи, защиты и поддержки, доверие к ним, ожидание их одобрения и оценок [2, с.7]. Значимость взрослого отчётливо проявляется в том, что для подростка существенна не столько сама по себе возможность самостоятельно распоряжаться собой, сколько признание окружающими взрослыми этой возможности и принципиального равенства его прав с правами взрослого человека.

При этом, важным фактором психического развития в подростковом возрасте остаётся общение со сверстниками, которое выделяют в качестве ведущей деятельности этого периода. Стремление подростка занять удовлетворяющее его положение среди сверстников сопровождается повышенной конформностью к ценностям и нормам группы сверстников.

Умение владеть собой, управлять своим поведением ценится подростком, а отсутствие необходимых качеств вызывает беспокойство. Существенную роль играют также наличие у подростка чувства собственного достоинства и его представления об уровне достижений, поскольку если он снизится, это окажется крайне болезненным для подростка: он не может позволить себе «упасть в собственных глазах» [2, с.23].

К счастью, наше время таково, что число заинтересованных, хороших родителей увеличивается [3, с.5]. Хорошими называют тех родителей, которые волнуются и заботятся о своём ребёнке, хотят сделать всё, чтобы его жизнь была наполненной, гармоничной, светлой и радостной. Хорошие родители готовы вкладывать время, силы, деньги в то, что принесёт ребёнку пользу.

Взаимодействие с родителями, позитивное взаимодействие, ощущение их поддержки составят основу побудительной силы подростка при формировании устойчивых жизненных целей и ценностей, окажет неоценимое влияние на становление нравственных и волевых качеств личности.

Вопросы для обсуждения:

Интересно ли вам расти вместе с ребёнком, проходить с ним разные этапы развития? Как это происходит лично с вами?

Всегда ли вам легко любить и принимать своего ребёнка таким, какой он есть?

Принимаете ли вы тот факт, что ребёнок – не ваша часть, а самостоятельная личность, имеющая право и способности принимать решения и совершать выбор?

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

Предварительная подготовка. Предварительной подготовки как таковой не требуется. Исходя из нашего опыта работы, это занятие одинаково легко проходит и в тех классах, где уже достаточно давно установлено позитивное, плотное взаимодействие с родителями, и в тех классах, где это взаимодействие только выходит на новый уровень развития.

Материалы и оборудование: листы белой бумаги формата А4 в 3-4 раза больше, чем количество участников; ножницы для бумаги и плотный картон по количеству участников; шарф для завязывания глаз; музыкальное сопровождение.

Форма организации. Занятие проводится в стандартной форме и включает в себя следующие элементы: ритуал приветствия, разминку, основное содержание, рефлексию по поводу данного занятия и ритуал прощания.

Ход встречи.

1-й этап – разминка.

Варианты разминки.

1. «Ловля моли». Ведущий указывает на одного из участников и говорит, что «этот человек пригласил (пригласила) нас в гости. У него дома

развелось много моли. Он пригласил нас для того, чтобы все мы вместе помогли ему избавиться от моли».

Далее педагог-психолог предлагает всем «прихлопнуть по 10 штук моли» и первый демонстрирует как это делать хлопками в воздухе, хлопаньем по плечам и головам участников, по вещам в помещении и т.п. Он побуждает всех детей принять участие в этом действии.

Прекращает упражнение педагог-психолог с учётом степени вовлечённости всех участников в игру.

2. «Танец с фломастерами» (моё любимое упражнение для разминки). Разбившись со своими родителями на пары, расположитесь друг напротив друга и попытайтесь удержать фломастеры, прижав их концы подушечками указательных пальцев (фотография 1). Участники выполняют упражнение под различное по темпу музыкальное сопровождение.

Фото 1. Упражнение для разминки «Танец с фломастерами».

2-й этап – основные упражнения.

«Просто услышь меня». Кто-то из детей выбирается ведущим, остальные участники рассаживаются в круг, спиной к центру. Участникам выдаётся лист бумаги, ножницы и картон, на котором они будут работать. Задача ведущего – вслух говорить всем одинаковую инструкцию о том, как вырезать снежинку из бумаги. Задача игроков – в точности выполнять инструкцию ведущего.

В итоге, у всех получатся абсолютно разные снежинки по форме и по размеру (фотография 2). Затем предлагаем следующему желающему попробовать себя в роли ведущего. Итог будет то же.

В ходе обсуждения упражнения ребята с удивлением обнаруживают, что одни и те же слова воспринимаются разными людьми по-разному. Даже простейшая инструкция о вырезании снежинки воспринимается по-своему.

Зачастую так происходит и в обычной жизни. Немного не так услышали друг друга, немного не так сделали и разгорается конфликт на ровной почве. В семье очень важно уметь слушать и слышать друг друга.

Фото 2. Упражнение «Просто услышь меня».

«Жужжалки». Выбирается один участник по желанию. Ему завязывают глаза. Задача – пройти через препятствия в виде расставленных стульев до противоположной стены класса. Чтобы это было легче сделать, остальные участники будут жужжать, если на пути возникают препятствия.

По нашим наблюдениям в ходе выполнения упражнения ребята очень переживают за своих мам, которые пытаются пробраться сквозь стулья. Один из парней, который уже значительно выше своей мамы (она ему едва достаёт до плеча), настолько переживал за неё, что шёл рядом с ней и так старательно жужжал, что мама прошла весь путь даже не задев ни одного стула (фотография 3). Потом он сказал: «Я за себя так не переживал, как за маму. Мне очень хотелось, чтобы она прошла весь путь без препятствий, мне очень хотелось ей помочь».

В ходе обсуждения упражнения ребята и родители приходят к однозначному выводу, что любые жизненные невзгоды намного легче пройти, если чувствовать поддержку близких людей.

Как правило, в этом упражнении хотят поучаствовать все, поэтому нужно правильно рассчитать время и дать возможность желающим пройти через эти символические препятствия.

Фото 3. Упражнение «Жужжалки».

Варианты рефлексии и подведения итогов.

1. «Молчание». Все участники разбиваются на пары «родитель-ребёнок». Члены каждой пары садятся друг напротив друга и в течение нескольких минут хранят молчание. Контакт поддерживают только взглядом. При желании можно попросить в течение этих нескольких минут держать друг друга за руки. Единственное правило состоит в том, что все должны молчать.

2. «До свидания». Наше занятие подошло к концу, и мы расстаёмся. Но, может быть, кто-то ещё хочет поделиться с группой своими переживаниями? Или есть конкретный участник, мнение которого вы хотели бы узнать? У вас есть этот шанс сейчас.

Таким образом, направленное взаимодействие подростков с родителями обеспечивает развитие самосознания и самоисследования участников психологической игры, что является благотворной почвой для коррекции и предупреждения эмоциональных нарушений на основе внутриличностных и поведенческих изменений.

Список рекомендуемой литературы:

1. Олиферович Н.И., Зинкевич-Куземкина Т.А., Велента Т.Ф. Психология семейных кризисов. – СПб.: Речь, 2006. – 360 с.

2. Кипнис М. Тренинг семейных отношений. Часть 1: Супружество. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: «Ось-89», 2006. – 176 с. (Действенный тренинг).

3. Лютова Е.К., Монина Г.Б. Шпаргалка для родителей: Психокоррекционная работа с гиперактивными, агрессивными, тревожными и аутичными детьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2007. – 136 с.: ил.

4. Практикум по психологическим играм с детьми и подростками / Азарова Т.В., Барчук О.И., Беглова Т.В., Битянова М.Р., Королева Е.Г., Пяткова О.М.; под общей ред. Битяновой М.Р. – СПб.: Питер, 2006. – 304 с.: ил. – (Серия «Практикум по психологии»).

5. Скрипюк И.И. 111 баек для тренеров: истории, мифы, сказки, анекдоты. – СПб.: Питер, 2007. – 176 с.: ил. – (Серия «Практическая психология»).

Список использованных источников:

1. Сакович Н.А. Игры в тигры: Сборник игр для работы с агрессивными детьми и подростками. – СПб.: Речь, 2007. 208 с.

2. Анн Л.Ф. Психологический тренинг с подростками. – СПб.: Питер, 2006. – 271 с.: ил. – (Серия «Эффективный тренинг»).

3. Яничева Т.Г. и др. Полезная книга для хороших родителей: Ответы психологов на вопросы родителей. – СПб.: Издательство «Речь», 2006. – 144

ИНТЕРАКТИВНОЕ ЗАНЯТИЕ
ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ УЧАЩИХСЯ 8 КЛАССОВ
«ЖИЗНЕННЫЕ ЦЕЛИ ПОДРОСТКОВ»
(I ЧЕТВЕРТЬ)

Цель: создание условий для повышения родительской компетентности в вопросах формирования жизненных целей у подростков.

Задачи:

1. Расширять знания и представления родителей о возрастных особенностях и способах развития целеустремленности у восьмиклассников.
2. Обсудить с родителями жизненные приоритеты подростков, влияние родителей на их формирование.

Методические указания;

1. Предварительная подготовка: проведение с учащимися проективной методики «Мой жизненный выбор» (Приложение 1); подготовка памяток для родителей (Приложение 2).
2. Материалы и оборудование: мультимедийная презентация «Как содействовать формированию целеустремлённости у подростка» (сопровождение информации педагогом-психологом); памятки для родителей (по количеству участников).

Основная часть:

1. Актуализация проблемы.

«Если корабль не знает куда плыть, ни один ветер не будет ему попутным…»
Сенека

Тема нашей встречи: «Жизненные цели подростков». Пока наши дети еще рядом с нами, давайте попробуем разобраться, какие цели они перед собой ставят, насколько эти цели истинны и реальны, как помочь ребятам не разочароваться и не потерять себя в жизни.

В XXI веке успешность – это синоним целеустремленности. Но целеустремленность – качество, которое приобретается с возрастом, а не даруется при рождении. Целеустремлённость – волевая категория и у подростков развита частично. Гормональные всплески провоцируют импульсивность характера, и контролировать себя в такие моменты трудно. Целеустремлённость складывается из нескольких навыков: определение цели, составление плана и распределение времени для его реализации, умение эффективно работать и контролировать себя. Как научить подростка управлять целями?

Характер отношений родителей с подростками оказывает серьезное влияние на их отношение к жизненным перспективам. Взрослые часто стремятся или все сделать за детей, или до мелочей регламентировать их действия. У подростка в таком случае нет выбора, ему не надо принимать самостоятельных решений. Отсюда – беспомощность, неустойчивость в реальном столкновении с многообразием жизненных ситуаций. Основной мотив, определяющий поведение подростка, – желание самоутверждения, также остается нереализованным в этой атмосфере запретов.

Родители должны понять, что жизненные цели ребенка не всегда совпадают с желаниями взрослых. Добиваться желанной цели приятнее, чем жить согласно правилу: «Мама и папа лучше знают, что тебе нужно». У истоков цели обитает желание. Поддерживайте желания ребенка, не приземляйте его словами: «Хочется – перехочется», потому что мечты исчезнут. Пусть подросток самостоятельно выберет большую цель – мечту и определит маленькие ступеньки – ориентиры для достижения главного замысла.

Грамотно поставленная цель – половина успеха. Грамотно – значит с учетом своих желаний, предпочтений, а главное – реальных возможностей. Важно установить этапы (шаги, ступени) достижения цели, сроки для каждого этапа, определить те моменты, где можно рассчитывать только на себя, и те, где может понадобиться помощь и поддержка со стороны других людей [3].

2. Упражнение «Наедине со всеми».

Родители делятся своим опытом, по желанию отвечая на вопросы:

1. Какие жизненные цели вы ставили перед собой, будучи в возрасте своего ребенка?
2. Смогли ли вы реализовать свои жизненные цели? Что вам помогло/помешало в этом?
3. Знакомы ли вы с жизненными целями своего ребенка? Одобряете ли вы их?
4. В чем разница между вашими целями и целями вашего ребенка?

3. Обсуждение результатов проективной методики «Мой жизненный выбор» [1, стр.166], проведённой среди учащихся.

4. Информация педагога-психолога «Как содействовать формированию целеустремлённости у подростка».

Жизненная цель для ребенка-подростка важна, как никому другому. Цель в жизни ребенка в «переходном возрасте» поможет ему избежать рискованных ситуаций и соблазнов, свести к минимуму конфликтные ситуации между ним и родителями. Если у ребёнка нет цели, то и нет движения вперёд. Поэтому всё, что делается бесцельно, не даёт ребёнку никакого морального, умственного развития, разлагает личность, способствует развитию вредных привычек, одним словом, тормозит весь процесс формирования взрослого, ответственного за свои поступки человека.

Психологи выделяют признаки в поведении ребёнка, по которым можно определить есть ли у него жизненная установка, цель или нет. Я хочу привести перечень нескольких признаков в поведении детей, у которых, с большой вероятностью, нет жизненных целей:

- большую часть времени играет в компьютерные игры;
- совершает долгие бесцельные прогулки;
- разговаривает по телефону в течение нескольких часов;

- ленивое времяпровождение у телевизора;
- демонстративное нарушение школьной дисциплины;
- употребление ПАВ;
- ложь даже без причин;
- доказывание своей правоты только с помощью грубости и силы;
- разрисовывание стен;
- порча школьного имущества;
- совершение других противоправных поступков.

Именно эти критерии говорят о том, что ребенок не ставит перед собой цель, к которой нужно идти и добиваться ее воплощения. Присмотритесь к своему ребенку, проанализируйте ситуацию.

Современная жизнь заставляет родителей задуматься, как же воспитать в своих детях целеустремленность.

Рекомендации для родителей.

1. Будьте примером для своего ребенка.

Ребенок многое берет от своих родителей, можно сказать «впитывает» в себя качества родителей. Если вы сами демонстрируете умение ставить цели, намечать планы и достигать желаемого результата, то с большой вероятностью и ваш ребёнок без особых усилий научится этому.

2. Будьте поддержкой.

Поддерживайте ребенка в его начинаниях, подталкивая его доводить работу (задачу) до конца.

3. Мотивируйте и поощряйте.

Мотивируйте и поощряйте ребенка за любое проявление активности и инициативы. Если цель сложная для него, помогите ему разделить её на более мелкие задачи и двигаться поэтапно. Хвалите ребенка в процессе выполнения задач за любое достижение.

4. Оставляйте место для самостоятельности.

Не делайте за ребенка то, что он может сделать сам, к примеру, убирать за собой.

5. Усложняйте задачи.

Усложняйте постоянно задачи. Разбивайте их на составные части. Это учит ребенка составлению плана в будущем.

6. Вызывайте желание побеждать.

Устраивайте состязательные игры, создавайте ситуации успеха – это всегда желание победить, добиться желаемого результата. Чувство «победителя» поможет ребенку запомнить это ощущение, и он захочет его испытать вновь и вновь.

7. Учите воспринимать неудачи как опыт, как необходимые ступени для достижения успеха в будущем.

8. Объясняйте, что мечта требует усилий

Постоянно объясняйте ребенку, что для того, чтобы добиться цели (мечты), нужно прикладывать немало усилий и труда [4].

Притча «Два весла: Думай и Делай!»

Лодочник перевозил путешественника на другой берег. Путник заметил, что на веслах лодки были надписи. На одном весле было написано: «Думай», а на втором: «Делай».

– Интересные у тебя весла, – сказал путешественник. – А зачем эти надписи?

– Смотри, – улыбаясь, сказал лодочник. И начал грести только одним веслом, с надписью: «Думай». Лодка начала кружиться на одном месте.

– Бывало, я думал о чем-то, размышлял, строил планы… Но ничего полезного это не приносило. Я просто кружил на месте, как эта лодка. Лодочник перестал грести одним веслом и начал грести другим, с надписью: «Делай». Лодка начала кружить, но уже в другую сторону.

– Бывало, я кидался в другую крайность. Делал что-то бездумно, без планов, без чертежей. Много сил и времени тратил. Но, в итоге, тоже кружился на месте. Вот и сделал надпись на веслах, – продолжал лодочник, – чтобы помнить, что на каждый взмах левого весла должен быть взмах правого весла.

А потом показал на красивый дом, который возвышался на берегу реки.

– Этот дом я построил после того, как сделал на веслах надписи [2].

«Памятка для родителей» [1, с.168].

- Уважаемые родители! Настало время серьёзных разговоров с детьми о смысле их жизни, целях и способах их достижений. Давайте поможем нашим детям найти себя в жизни, не потеряться, поставить цели и с успехом их добиться. Давайте вместе научимся радоваться успехам и поддерживать своих детей во время неудач!

Список использованных источников:

1. Дереклеева Н.И. Родительские собрания. 5-11 классы. М: Вако, 2004
2. Притча «Два весла» – [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://mirpozitiva.ru/
3. Статья «Постановка жизненных целей у подростков: чему должны научить родители?» – [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://detki.guru/vospitanie/sovety-roditelyam/
4. Тоймастова Н. Главное качество успешных людей: 8 советов, как воспитать в детях целеустремленность». – [Электронный ресурс] – Режим доступа: https://5sfer.com/8-sovetov-kak-vospitat-v-detyakh-tseleustremlennost/

Приложение 1.

Проективная методика «Мой жизненный выбор».

1. Цели моей жизни – это….
2. Я знаю, что для реализации моих жизненных целей нужно…
3. Поддержкой в достижении моих жизненных целей является…
4. Препятствием в достижении моих целей является…
5. Для того, чтобы достичь цели, я должен…
6. Для того, чтобы достичь цели, я не должен…
7. К моим жизненным целям родители относятся….

Приложение 2.

Памятка для родителей.

Ваш ребёнок взрослеет, вместе с его физическим взрослением наступает умственное взросление, формируется интеллектуальный потенциал и социальный интеллект. От того, насколько семья воспринимает подростки как мыслящую личность, зависит степень его социального взросления.

1. Беседуйте со своим сыном или дочерью, говорите с ними о ближайших жизненных планах и будущих целях жизни.
2. Рассказывайте о своих планах, о своих победах и неудачах в их реализации.
3. Поддерживайте здоровое честолюбие своего ребёнка.
4. Не иронизируйте по поводу несбыточных планов, стимулируйте в нём желание доказать себе и другим возможность достичь поставленной цели.
5. Формируйте нравственно здоровую личность, неспособную на подлость ради реализации жизненных планов.
6. Создайте ситуацию успеха, поддерживайте жизненные силы и веру в успех.
7. Говорите правду ребёнку, какой бы горькой она ни была, учите экономить силы, преодолевать трудности и неудачи на пути к достижению цели.

Будьте сами примером ребёнку. Самое печальное, если подросток разочаруется в ваших жизненных силах.