Материалы к семинару по оптимизации детско- родительских отношений «Как строить мосты, а не стены»

 (интерактивное занятие с родителями по оптимизации взаимоотношений с детьми)

Ведущие:

Белова Ольга Владимировна – заместитель директора по психолго- педагогическому сопровождению МБОУ СОШ №6, психолог, гештальт- терапевт, групповой терапевт.

Чичкова Татьяна Викторовна – педагог- психолог МБОУ СОШ №6, руководитель РМО психологов Кстовского района.

Матвеенкова Наталья Николаевна – врач психиатр, нарколог наркологического отделения ГБУЗ НО Кстовской ЦРБ, гештальт- терапевт

Уважаемые участники семинара, сегодня мы, сотрудники Отдела учебно - поведенческой поддержки МБОУ СОШ №6, предлагаем вам стать участниками «родительского собрания», которое пройдет в интерактивной форме с элементами психологического тренинга.

Но прежде, мы хотим кратко познакомить вас с деятельностью нашего отдела.

ОУПП (отдел учебно- поведенчнской поддержки) или психолого- педагогическая служба школы, был создан в 2000 году в период участия нашей образовательной организации в Российско – Британском проекте «Дети группы риска -1» и «Дети группы риска-2». На сегодняшний день в состав службы входят 2 психолога, врач-психиатр, нарколог районной больницы, работающий с нами на основе межведомственного взаимодействия, 2 социальных педагога. Руководство отделом осуществляется заместителем директора по психолого- педагогическому сопровождению. Отдел организует свою работу со всеми участниками образовательного процесса. Совместная деятельность его сотрудников позволяет осуществлять не только индивидуальную работу с учащимися, родителями, учителями, но и создавать группы совместной поддержки, где несколько специалистов, исходя из своего ресурса и готовности, могут, оказывать помощь при решении тех или иных проблем.

Основной принцип нашего подхода в решении проблем можно проиллюстрировать при помощи образа « айсберга» : та проблема, с которой обращаются к нам родители, учителя, учащиеся, является как правило, лишь видимой частью того, что на самом деле происходит. Наша задача, понять и объяснить настоящие причины проблем, которые чаще всего образуются от неверно выстроенных отношений.

Если говорить конкретно о задачах, которые мы ставим и стараемся решать по отношению к родителям, то мы стремимся:

а) повышать родительскую самооценку

б) давать опыт разрешения проблем при работе со специалистами, снимая этим самым страх обращения за помощью

в) развивать родительскую эмпатию (понимание того, что дети тоже испытывают различные чувства, в том числе и те, которые могут их травмировать)

г) помогать родителям искать ресурсы для восстановления своего эмоционального здоровья с целью оказания более эффективной помощи своим детям.(принцип : «В условиях катастрофы сначала надень «кислородную маску» на себя, затем помогай остальным.»

д) работать с родителями так. чтобы их отношения с детьми не ухудшались, а улучшались.

Итак, если есть какие-либо вопросы по работе нашего отдела, вы можете их задать позже, во время обсуждения занятия. А сейчас мы приглашаем вас всех побыть родителями, пришедшими на родительское собрание в школу. Собрание будет не совсем обычным, проходить оно будет в творческом ключе, в интерактивной форме. Почему в рамках темы

«Современные подходы к формированию представлений о семейных ценностях у детей и подростков**»** именно родительское собрание?

Здесь вы не услышите:

- фамилий и имен ваших детей по поводу «разбора полётов» в учёбе и плохого поведения

- директивных указаний, как быть, если отношения с собственными детьми оставляют желать лучшего.

- обвинений в ваш адрес по поводу недостаточной заботы о собственных детях

Здесь вы, надеемся, сможете:

 - получить практический опыт разрешения некоторых проблем во взаимоотношениях с детьми

- повысить свою самооценку как родителя, воспитателя

- найти собственные ресурсы для начала положительных изменений в отношениях с ребёнком

Для дальнейшей работы нам нужны 14 (16) добровольцев, которые будут непосредственными участниками нашего занятия – «родителями».

Приглашаем вас сесть в полукруг. Остальные участники, оставшиеся в зале, частично останутся в роли зрителей, но к вам мы также в процессе нашего занятия будем обращаться.

Итак, наша сегодняшняя встреча называется «Как строить мосты, а не стены». Эта фраза придумана не нами, она заимствована из названия замечательной книги писателя, практикующего психотерапевта Ирины Млодик. У книги есть подзаголовок «Книга для детей неидеальных родителей». Для нас слово «неидеальный» не является синонимом слова «плохой». Скорее, это родитель, который признает, что у него во взаимоотношениях с ребёнком есть и могут возникнуть сложности, но он готов учиться, искать пути помощи, открыт к взаимодействию с другими.

Надеемся, что наши участники тоже открыты для взаимодействия, готовы с нами сотрудничать, и примут участие в том, что мы предложим.

*Ведущий знакомит участников с правилами поведения и общения на данном занятии, немного их комментируя:*

* *«Говорит один» (внимание на говорящего)*
* *Запрет на оскорбления*
* *«Цени время другого»*
* *«Правило «Стоп»»*
* *«Я – высказывания»*

А сейчас нам бы хотелось познакомиться с вами. Мы предлагаем вам сделать упражнение, которое называется**: «Поменяйтесь местами те, кто...». (**В случае сопротивления участников к перемещению можно попросить их просто привстать с места**).**

- кто любит готовить?

- кто любит весну?

- кто ждет каникулы?

- у кого дома есть собака?

- у кого дома есть кошка?

- кто любит работать в саду?

- кто любит путешествовать?

- кого радуют дети?

- кто иногда злится на своего ребёнка?

- кто знает сильные стороны своего ребёнка? ( с комментариями)

- кто завидует иногда другим родителям?

- кто и за что благодарен своим родителям? (с комментариями)

Итак, теперь мы стали знакомы чуть ближе. И, наверное, самое время поговорить о взаимоотношениях детей и родителей. Для большей наглядности мы предлагаем вам использовать один из инструментов работы психолога, который называется «Метафорические карты». Это картинки, которые можно сравнить со своим настроением, взаимоотношениями, образом человека. Сейчас мы предлагаем вам колоду метафорических карт «Окна и двери» и просим выбрать ту карту, которая показывала бы, **какими** **могут быть** отношения между детьми и родителями.

*Участники выбирают карту, затем желающие (3-4 чел) делятся своими мыслями по поводу выбора. Выбранные карты демонстрируются на большом экране (при технической возможности). При обобщении делается вывод из фраз, сказанных участниками .*

К сожалению, а может быть и к счастью, мы с вами не заканчивали институтов для родителей, у нас нет дипломов - ни красных, ни синих. В этом непростом вопросе все мы самоучки, и часто бывает так, что со своими родным детьми мы находимся на «разных берегах», не находя взаимопонимания, способов сближения, методов воздействия.

Вечные вопросы «Что делать?» и «Кто виноват?» постоянно возникают в нашем сознании

и, порой, ставят в тупик.

Можно давать множество советов, как и что делать, но мы предлагаем вам практический способ, который, надеемся, поможет вам что-то для себя прояснить.

Предлагаем вам разделиться на 2 группы:

- первая условно «родители»

- вторая условно «дети – подростки»

В каждой группе 7-8 человек. Сейчас вам в течение 15 минут предлагается создать свой мир: мир «родителей» и мир «детей-подростков». Для это вам будут выданы материалы: бумага, ножницы, цветные карандаши, фломастеры, журналы, из которых можно вырезать картинки, клей, ножницы. Кроме того, в процессе работы вам необходимо ответить на предложенные вопросы:

Как устроен ваш мир?

Как вы живете?

Что вас окружает?

Какие ценности есть в вашем мире?

Что неважно для вашего мира?

Какие традиции и правила есть в вашем мире?

Как вы понимаете, что такое любовь?

Почему вам иногда бывает грустно?

Каждая группа отправляется в соседний класс, выполняет задание, затем по очереди представляет «свой мир».

*Во время работы групп проводится работа с остальными участниками семинара:*

**Ведущий зачитывает притчу:**

Жила была на свете семья. Непростая семья. Более ста человек насчитывалось в ней. Мало ли больших семей? Да, немало. Но эта семья была особая. Ни ссор, ни ругани, ни драк, ни раздоров. Дошел слух об этой семье до самого правителя страны. И решил он проверить, правду ли говорят люди. Прибыл он в село, и душа его порадовалась: чистота и порядок, красота и уют. Хорошо детям. Спокойно старикам. Удивился правитель и решил узнать, как добилась всего этого семья. Пришел он к старейшине.

- Расскажи,- говорит…

Долго писал что-то на бумаге старейшина. А когда написал, протянул листок правителю. Там было написано…

*Участники должны предложить свои варианты того, что было написано на листке.*

*Затем ведущий зачитывает окончание притчи.*

«Всего три слова были написаны на бумаге: Любовь. Терпение. Прощение.

А в конце притчи «Сто раз любовь, сто раз терпение, сто раз прощение»

- И все?

- Да, отвечал старик – это и есть основа жизни всякой хорошей семьи.

И, подумав, добавил: «И мира тоже».

Далее участникам задается вопрос: «Почему слово «Любовь» в списке старейшины стояло первым?»

Участникам предлагается еще раз обобщить те определения, которые они дали слову Любовь и сравнить их позднее с вариантами команд «детей» и «взрослых».

*После обсуждения мы возвращаемся к работе групп и заслушиваем презентации каждого мира. На презентацию группе дается 5 минут, затем плакаты с изображением миров закрепляются на доске на некотором расстоянии друг от друга, а участникам вновь дается задание.*

*Скорее всего, миры нарисованные участниками, будут отличаться. Далее делается вывод о том, что миры взрослых и детей в основном, разные: разные взгляды на жизнь, ценности, традиции. Особенно заметной эта разница становится, когда возраст детей приближается к подростковому. Но жизнь устроена так, что до определенного возраста мир детей и взрослых не могут существовать отдельно друг от друга. Для того, чтобы между этими мирами было как можно меньше конфликтов, столкновений, разрушений, нужно как-то взаимодействовать, выстраивать отношения, строить мосты...Именно эти мы сейчас и займемся.*

*.*

Уважаемые участники, сейчас мы с вами займемся строительством, которое либо сблизит вас, и тогда результатом ваших усилий будет мост между мирами. Либо это строительство отдалит вас друг от друга, и тогда результатом будет стена между вашими мирами. То, что вы построите, зависит и от детей, и от взрослых. Но на взрослых, как на более опытных, мудрых, лежит, все же, больше ответственности за отношения.

Для строительства вам будет предложен материал в виде «кирпичиков» - это листы бумаги, на которых вам нужно будет написать то, что, по вашему мнению, может вас сблизить, улучшить взаимоотношения. Это могут быть действия, чувства, мысли, которые нужно будет изложить в виде фразы и написать на «кирпичике». Каждая фраза должна начинаться так: «Давайте мы будем…» .На составление фраз даётся 30 секунд. Обе команды готовят фразы одновременно. На обсуждение фраз и составление ответа также дается 30 секунд.

Что улучшает отношения?

**мина**

Мир взрослых

Мир детей- подростков

Например, команда взрослых говорит: «Давайте мы будем каждый день давать вам карманные деньги» или «Давайте мы будем 2 раза в неделю вместе смотреть какой-нибудь фильм»

Команда «подростков» - выслушивает данное предложение, совещается, прислушивается к своим ощущениям, если нет сопротивления, сомнений, хочется сделать шаг навстречу взрослым в ответ на данное предложение, то они об этом говорят. «Кирпичик» взрослых становится строительным материалом для «моста». Если есть сопротивление, в данном предложении «дети» усматривают какой- то подвох, манипуляцию, в ответ не хочется быть ближе, то «кирпичик» становится строительным материалом для «стены».

Если предложение принимается с условием, оговоркой, то к кирпичику прикрепляется еще «мина замедленного действия».

Ту же процедуру проделывают и «дети»: составляют фразу с каким-либо предложением, обозначают её. Взрослые принимают или не принимают её. «Кирпичик» детей также может стать материалом для строительства стены или моста.

*Данное действие проделывается 3-4 раза. Мост может быть построен или нет – зависит от того, что участники предложат друг другу .В любом случае ,делается вывод о том, что построение отношений – это большой труд. Труд не всегда признанный. принимаемый, часто обесцениваемый сторонами. Но для того, чтобы отношения улучшались, строились мосты, а не стены, обязательно нужно уметь быть в диалоге. слышать друг друга, принимать то, что если что-то хорошо для нас, взрослых, это может быть совершенно иным для детей и наоборот.*

Наше занятие близится к концу, последнее, что хотелось бы сделать - это методом «мозгового штурма» выявить: что улучшает взаимоотношения между детьми и взрослыми?

*Записанные фразы наклеиваются на «кирпичик», который становится завершающим в строительстве моста (закрепляется посередине.)*

Затем непосредственным участникам по кругу раздаются вопросы для получения обратной связи:

« Мне на занятии понравилось….»

«Меня на занятии взволновало…»

«Я не согласна(ен) с тем, что……»

« Для меня остался открытым вопрос……»

«С сегодняшнего дня я решил (а) ,что….»

« После занятия я буду думать над….»

«После занятия я остаюсь с мыслями о том, что….»

«Во время занятия я чувствовал(а)….»

«Я обязательно расскажу о том, что…»

«Я сделал (а) открытие, что…»

«На меня произвело впечатление, что…»

«Я получил (а) новый опыт от того, что….»

«Я буду думать о ….».

«Мне бы хотелось……»

«Мне было интересно, когда….»

«Я чувствую, что….»

Затем участники присоединяются к тем, кто оставался зрителями. Дается время на обще обсуждение увиденного.