

Гулькевичский район, пос. Кубань  
Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 22  
имени Героя Советского Союза Г. Г. Шумейко пос. Кубань  
муниципального образования Гулькевичский район

УТВЕРЖДЕНО  
решением педагогического совета  
от 30.08. 2022 года протокол № 1  
Председатель С.А. Прядкина



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ВНЕУРОЧНОЙ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«Восстановительная медиация»**

Срок реализации программы: 1 год

Возраст обучающихся: 11-16 лет

Составители: Сай И.В., Турбинова Е.Б.

# *Восстановительная медиация*

## 1. Пояснительная записка. Актуальность темы.

В соответствии с Федеральным законом от 27 июля 2010 г. N 193 "Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)" в нашем образовательном учреждении организована Служба восстановительной медиации. Такая служба необходима для создания восстановительной культуры и восстановительных практик в образовательно-воспитательном процессе и является актуальным при разрешении конфликтов в техникуме.

Служба медиации - это объединение участников образовательно-воспитательного процесса различных уровней. К таким участникам относятся и родители студентов. Ведь конфликты могут возникать между родителями и администрацией, родителями и преподавателями, родителями и родителями, родителями и студентами. Родительская позиция в конфликтах, как правило, характеризуется заботой и благополучием своего ребенка. Источником конфликтного решения могут быть повышенные требования и претензии родителей к образовательному учреждению или к системе образования в целом. Зачастую психологическую основу таких конфликтов составляет принятие родителями трудностей ребенка как своих собственных, или же как показателя собственной родительской некомпетентности. В этом случае поведение родителей приобретает выраженный защитный характер.

Иногда в основе конфликтов лежат социально-экономические, религиозные, этнические и другие социальные противоречия, возникающие между семьей и образовательным учреждением. И, наконец, среди родителей так же, как и среди обучающихся и педагогов, могут встречаться конфликтные личности, для которых конфликтные отношения являются привычным способом взаимодействия с окружающими.

Служба медиации призвана содействовать разрешению разнообразных конфликтов, возникающих в образовательной организации, а также проводить просветительскую работу для всех участников образовательно-воспитательного процесса.

Данная программа составлена для родителей и направлена на информирование о действующей службе медиации в техникуме, оказание содействия в предотвращении и разрешении конфликтных ситуаций, возникающих в процессе образовательно-воспитательной деятельности, с помощью медиативного подхода с использованием восстановительной практики, а также научение конструктивным способам разрешения конфликтов.

Участники программы (целевая аудитория):

Родители. Количество участников; 10 - 15 человек на одного тренера и 15 - 25 на два тренера.

Теоретическое обоснование программы.

- информационный компонент, предоставляющий необходимый объем информации для родителей о службе восстановительной медиации в техникуме, о способах разрешения конфликтов с помощью медиативного подхода с использованием восстановительной практики.

- мотивационный компонент, предполагающий заинтересованность и желание родителей разрешать конфликты конструктивным способом при помощи службы медиации в техникуме и поддерживать положительные изменения в детях после медиации;

- когнитивный компонент, включающий знание о конфликте и его последствиях, возможных способах его разрешения;

- поведенческий компонент, заключающийся в овладении навыками бесконфликтного взаимодействия на основе восстановительного подхода в условиях техникума.

Целью программы является создание условий для приобщения родителей к восстановительной культуре в рамках учебно-воспитательного процесса техникума и использование восстановительных практик для разрешения конфликтных ситуаций.

Задачи программы:

- создание условий для информирования родителей о службе восстановительной медиации в техникуме, ее основных принципах и применении;
- создание условий формирования положительного отношения у родителей к восстановительному подходу для разрешения конфликтных ситуаций в техникуме и в семье;
- создание условий для формирования у родителей навыков разрешения конфликтных ситуаций.

Ожидаемые результаты:

- владение информацией родителями о функционировании службы медиации в техникуме;
- создание в техникуме восстановительной культуры;
- владение базовыми навыками разрешения конфликтов в техникуме и в семье;
- мотивирование к обращению в службу медиации для разрешения конфликтных ситуаций путем восстановительного подхода.

Форма и методы работы:

- беседы;
- лекции;
- дискуссии;
- тренинговые упражнения;
- элементы арт-терапии;
- игры (ролевые, коммуникативные и др.);
- круглый стол;

Программа предполагает групповую форму работы в формате родительского собрания, лектория, круглого стола и семинара-практикума.

Организация занятий. Программа включает родительское собрание по теме «Служба восстановительной медиации техникума», круглый стол «Как разрешать конфликты», лекторий «Психологические особенности подросткового и юношеского

возраста. Причины возможных конфликтов» и семинар-практикум для родителей по бесконфликтному эффективному общению.

Методическое оснащение, доска для записей, желательно аудио-, видео- и мультимедийное оборудование, стулья по числу участников, листы формата А4 для записей, ручки, цветные карандаши.

Ведущим программы может быть медиатор со службы медиации техникума или педагог-психолог, социальный педагог.

Семинар-практикум и круглый стол проводятся в аудитории, имеющей стандартное оборудование (доска для записей, желательно аудио-, видео- и мультимедийное оборудование).

Целевая группа. Программа предназначена для родителей.

Сроки реализации программы:

Количество часов - 4,5.

Программа в среднем рассчитана на учебный год. Частота проведения - 1 раз в 2 месяца по пятницам.

Средняя продолжительность занятий: 1 - 1,5 часа.

Место проведения: оборудованная аудитория для проведения тренингов, для общего родительского собрания актовый зал.

2. Учебно-тематический план:

А. Родительское собрание №1 «Служба восстановительной медиации в техникуме»

Цель: рассмотрение понятия службы восстановительной медиации, ее целей и задач в рамках образовательно-воспитательного процесса, нормативно-правовой базы медиативного подхода ит.д.

Б. Круглый стол «Как разрешать конфликты» Цель: Формирование представлений о конфликте и его значении в жизни человека; рассмотреть виды, динамику и стадии конфликта; выработка навыков конструктивного решения конфликтов.

В. Лекторий «Психологические особенности подросткового юношеского возраста. Причины возможных конфликтах подросткового и юношеского возраста. Решение возможных конфликтов» Цель: Формирование представлений о психологических особенностях возраста.

Г. Семинар-практикум по формированию навыков бесконфликтного общения и формирование умений эффективно разрешать конфликты.

3. Оценка эффективности программы. Критерием эффективности программы является достижение поставленных целей и задач, которое может быть оценено:

1. по числу обращений для разрешения конфликтов в службу медиации техникума;

2. на основе экспертных оценок со стороны ведущего программы и отзывов о программе от родителей.

4. Список литературы:

1. Абрамова Г.С. Возрастная психология. М.: Академия, 1998.

2. Аллахвердова О.В., Карпенко А.Д. Медиация - переговоры в ситуации конфликта. СПб, 2010
3. Вачков И. В. Основы технологии группового тренинга. Учеб.пособие. - М.: Издательство «Ось - 89», 1999. - 176 с.
4. Гришина И.В. Психология конфликта. - СПб.: Питер, 2008.
5. Коновалов А.Ю Школьная служба примирения и восстановительная культура отношений. М.: МОО Центр «Судебно-правовая реформа», 2012 - 256 с.
6. Лидере А.С. Групповой психологический тренинг со старшеклассниками и студентами. - М., 2009.
7. Марковская И. М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. — СПб.: Речь, 2005, — 150с.
8. Немов Р. С. Психология: Учеб.для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн.  
- 4-е изд. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2001. - Кн.2: Психология образования. - 608 с.
9. Рогов Е.И. Настольная книга практического психолога; Учеб. пособие: В 2 кн. — 2-е изд., перераб. и доп. — М.; Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 1999. — Кн. 2: Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения. — 480 с: ил.
10. Фопель К. Технология ведения тренинга. Теория и практика. Пер. с нем. - 2-е изд. - М.: Генезис, 2005. - 267 с. (Все о психологической группе).
11. Хухлаева О. В Психология развития: молодость, зрелость, старость: учеб пособ. для студ. высш. учебн. завед. / О. В. Хухлаева. - Москва: Издательский центр «Академии», 2005. - 208 с.
12. Эксакусто Т. В. Групповая психокоррекция: тренинги и ролевые игры, упражнения для личностного и профессионального развития /Т. В. Эксакусто. - Ростов н/Д: Феникс, 2015. - 254 с. - (Психологический практикум).

**1. Родительское собрание «Служба восстановительной медиации» Цель: информирование родителей о создании службы восстановительной медиации в техникуме.**

Задачи:

1. дать понятие о службе восстановительной медиации, ее целях и задачах в рамках образовательно-воспитательного процесса;
2. рассмотреть нормативно-правовой аспект медиативного подхода;
3. дать понятие о медиаторе как о посреднике, его функциях, правах и обязанностях;
4. сформировать представление об основных принципах восстановительной медиации.

Ход собрания:

Служба восстановительной медиации техникума.

Здравствуйте, сегодня я расскажу Вам о службе восстановительной медиации. Что это такое? Для чего нужна такая служба в техникуме?

Службы медиации в образовательных организациях создаются на основании:

- Федерального закона от 27 июля 2010 г. №193-ФЗ «Об альтернативной процедуре урегулирования споров с участием посредника (процедуре медиации)»;
- Приказа департамента образования, науки и молодежной политики Воронежской области «О создании служб школьной медиации в образовательных организациях Воронежской области» от 21.07.2014 г. №810

Службы медиации создаются для разрешения конфликтов, возникающих в рамках образовательного процесса. В основе медиативного подхода лежит ценность построения конструктивных отношений и умение договариваться в сложных условиях.

Для реализации такого пути и создаётся Российская модель службы медиации - посредничества при разрешении конфликтов в образовательных учреждениях

Службы медиации создаются с целью:

- реализации важнейших положений Национальной стратегии действий в интересах детей на 2012-2017 годы;

разрешения конфликтных ситуаций между участниками образовательного процесса.

Миссия службы медиации - способствовать развитию в образовательном пространстве способности к взаимопониманию, к мирному разрешению споров и конфликтных ситуаций и закреплению этого как культурной традиции

Медиатор - нейтральный посредник в решении споров, конфликтов.

Медиация - это добровольный процесс, который контролируется самими сторонами.

Медиатор не обладает начальственными полномочиями. Он не принимает никаких решений, стороны принимают все решения самостоятельно.

Отличие медиации от таких методов как суд или арбитраж в том, что

медиатор не берет ответственность за решения, к которым придут стороны, а только организует процесс;

- медиация особенно эффективна в тех случаях, когда нужно восстановить отношения между людьми, взаимодействие которых должно быть сохранено в будущем

Восстановительная культура взаимоотношений в образовательной

организации

Ценности восстановительного подхода, на которые могут опираться службы

медиации:

- разрешение конфликтов между людьми без применения манипуляций или силы;
- душевное исцеление пострадавшего;
- ответственность обидчика (самостоятельное исправление негативных последствий своего поступка и заглаживание причиненного пострадавшему вреда);
- взаимопонимание и восстановление отношений между сторонами конфликта;
- изменение установок при реагировании на конфликты и правонарушения с административно-карательных на восстановительные;
- возвращение обучающимся полномочий по решению их конфликтных ситуаций;
- улучшение атмосферы в группе, сообществе и т.д.

В образовательной организации медиация - это процесс, в котором участники (конфликтующие стороны) с помощью беспристрастной третьей стороны (медиатора) разрешают свой конфликт

Восстановительная медиация - это процесс, в котором медиатор создает условия для восстановления способности людей понимать друг друга и договариваться о приемлемых для них вариантах разрешения проблем (при необходимости - о



заглаживании причиненного вреда), возникших в результате конфликтных или криминальных ситуаций.

Принципы медиации в образовательной организации:

1. Принцип: Добровольность участия сторон.

Стороны участвуют во встрече добровольно, их принуждение к участию в какой-либо форме недопустимо. Стороны вправе отказаться от участия в медиации как до ее начала, так и в ходе самой медиации.

2. Принцип: Информированность сторон.

Медиатор обязан предоставить сторонам всю необходимую информацию о сути медиации, ее процессе и возможных последствиях.

3. Принцип: Нейтральность медиатора.

Медиатор в равной степени поддерживает стороны и их стремление в разрешении конфликта. Если медиатор чувствует, что не может сохранять нейтральность, он должен передать дело другому медиатору или прекратить медиацию.

4. Принцип: Конфиденциальность процесса медиации.

Медиатор обеспечивает конфиденциальность медиации и защиту от разглашения документов, касающихся процесса медиации. Исключение составляет информация, связанная с возможной угрозой жизни либо с возможностью совершения преступления; при этом медиатор ставит участников в известность, что данная информация будет разглашена. Медиатор может вести записи и составлять отчеты для обсуждения в кругу медиаторов. При публикации имена участников должны быть изменены или зашифрованы.

5. Принцип: Ответственность сторон и медиатора.

Медиатор отвечает за безопасность участников на встрече, а также за соблюдение принципов и стандартов. Ответственность за результат медиации несут стороны конфликта, участвующие в медиации. Медиатор не может советовать сторонам принять то или иное решение по существу конфликта.

6. Принцип: Заглаживание вреда обидчиком.

В ситуации, где есть обидчик и жертва, ответственность обидчика состоит в заглаживании вреда, причиненного жертве.

7. Принцип: Самостоятельность служб медиации.

Служба медиации самостоятельна в выборе форм деятельности и организации процесса медиации.

Для того, чтобы служба медиации в образовательной организации была эффективной необходимо:

1. Формирование нового типа реагирования на конфликтные ситуации по стандартам восстановительной медиации.
2. Создание условий для получения информации о конфликтах.
3. Информирование субъектов образовательного пространства о принципах работы службы медиации.

Служба восстановительной медиации техникума:

- Ясакова Ирина Петровна - старший воспитатель, руководитель Службы медиации;
- Ретунская Татьяна Олеговна, социальный педагог;

Губанова Людмила Геннадьевна – педагог-психолог;  
педагог-психолог;

Антонова Юлия Алексеевна, преподаватель, куратор;

Храмова Елена Александровна, преподаватель, куратор.

Чем служба медиации может помочь родителям?

- Родители могут обратиться в службу в случае конфликта со своими детьми, чтобы лучше понять их и уметь договориться с ним.
- Родители могут обратиться в службу в случае конфликта с преподавателем.
- Родители и родительский комитет могут обратиться в службу по поводу конфликтов с администрацией.
- Родители могут освоить навыки восстановительного способа разрешения конфликтов и использовать их в соответствующих ситуациях.

Что могут сделать родители для поддержки восстановительной культуры?

Родителям, в первую очередь, надо поддерживать своих детей в их стремлении научиться разрешать конфликты конструктивным способом; родители могут поддерживать положительные изменения в детях после медиации в техникуме в результате деятельности службы.

Службы восстановительной медиации, направленные на разрешение конфликтов в образовательных учреждениях, профилактику правонарушений обучающихся, улучшение отношений в образовательном учреждении.

Ответы специалиста на вопросы родителей.

2. Круглый стол «Как разрешать конфликты»

Цель: формирование представлений о конфликте и его значении в жизни человека; рассмотрение решений конфликтных ситуаций конструктивным способом.

Задачи:

1. дать представление о конфликте, его видах, динамики и стадиях;
2. сформировать представление о конструктивных способах решения конфликтов как значимых для развития человека;
3. рассмотреть решение конфликтных ситуаций конструктивным способом на личных примерах родителей.

Ход занятия

Конфликт (от лат.-Conflictus - столкновение) - это столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений, точек зрения, взглядов оппонентов или субъектов взаимодействия. В основе любого конфликта лежит ситуация, включающая в себя либо противоречивые позиции сторон по какому-либо поводу, либо противоположные цели или средства их достижения их в данных обстоятельствах, либо несовпадение интересов, желаний, влечений оппонентов. Конфликтная ситуация, таким

образом, содержит субъектов возможного конфликта и его объект. Однако, чтобы конфликт начал развиваться, необходим инцидент, когда одна из сторон начинает действовать, ущемляя интересы другой стороны. Если противоположная сторона отвечает тем же, то конфликт из потенциального переходит в актуальный.

Виды конфликтов:

- внутриличностные,
- межличностные,
- межгрупповые,
- внутригрупповые.

Динамика и стадии конфликта.

Описание динамических характеристик конфликта предполагает внимание к развитию конфликта и требует ответа на два ключевых вопроса: что происходит в конфликте (процессы, возникающие на разных стадиях) и как это происходит (регуляторы этих процессов). Обычно считается, что конфликт проходит через следующие этапы развития:

- 1) возникновение объективной конфликтной ситуации (или предконфликтной ситуации);
- 2) осознание ситуации как конфликтной (попытки сторон разрешить объективную проблемную ситуацию неконфликтными способами, возникновение предконфликтной ситуации);
- 3) конфликтное взаимодействие (или собственно конфликт, эскалация - (от лат. scala — лестница) понимается прогрессирующее во времени развитие конфликта, обострение противоборства, противоречий. Сбалансированное противодействие. Стороны

продолжают противодействовать, однако интенсивность борьбы снижается. Стороны осознают, что продолжение конфликта силовыми методами не дает результата, но действия по достижению согласия еще не предпринимаются.

4) разрешение конфликта (переход от конфликтного противодействия к поиску решения проблемы и прекращению конфликта по любым причинам). Если конфликт не разрешается, то он из открытого переходит в скрытый. Частичная нормализация отношений происходит в условиях, когда не исчезли негативные эмоции, имевшие место в конфликте. Такой конфликт может возобновиться вновь.

Структурные характеристики конфликта.

Структурные характеристики представляют собой составные элементы конфликта. Они отражают компоненты, без которых его существование невозможно: «изъятие» любого такого компонента из пространства конфликта либо сводит конфликт на нет, либо существенно меняет его характер.

К структурным компонентам конфликта относятся:

1) стороны (участники) конфликта («начальник — подчиненный», «муж — жена», «отцы и дети»);

2) условия конфликта (включают в себя условия его возникновения (инцидент) и условия его протекания);

3) предмет конфликта (предметом конфликта может быть и объект, это то, из-за чего спорят. Предмет конфликта, как правило, связан с целями конфликтующих сторон (или, по меньшей мере, с целью одной из них), однако не все их цели в конфликте связаны с предметом конфликта;

4) действия участников конфликта (без чего конфликт просто не мог бы существовать. Это называется конфликтным взаимодействием);

5) исход (результат) конфликта (может иметь различные формы и исходы. Однако в любом случае речь идет о прекращении действий, направленных друг против друга).

Стратегия поведения Конкуренция, соперничество («акула») Сотрудничество («сова»)

Компромисс («лиса»)

Избегание, уклонение («черепашка»)

Приспособление («медвежонок»)

Характеристика стратегии

Стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому.

Выбор альтернативы, максимально отвечающей интересам обеих сторон.

Выбор, при котором каждая сторона что-то выигрывает, но что-то и теряет.

Уход от конфликтных ситуаций, отсутствие как стремления к кооперации, так и попыток достижения собственных целей.

Принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого.

Конфликт деструктивен, если он:

- уводит в сторону от решения более важных проблем и дел;
- снижает самооценку и вызывает стресс;
- вызывает безответственное, заслуживающее сожаления поведение.

Конфликт конструктивен, если он:

- раскрывает важную проблему;
- вовлекает людей в решение проблемы;
- даёт выход скопившимся негативным эмоциям;
- помогает совершенствоваться и использовать полученные знания и опыт.

Условия конструктивного разрешения конфликтов.

1. Прекращение конфликтного взаимодействия.
2. Снижение интенсивности негативных эмоций.
3. Выявление и признание собственных ошибок.
4. Объективное обсуждение проблемы.
5. Выбор оптимальной стратегии разрешения.

Конфликты происходят между поколениями (дети и родители), между полами (мужчины и женщины), между сверстниками, преподавателями и студентами, внутри себя.

Обсуждение выбора стратегии в конфликтных ситуациях: родителей с детьми, студентов со студентами, студентов с преподавателями и т.д. Для обсуждения используются ситуации из жизни родителей и конфликтные ситуации студентов техникума. Родители делятся своими мыслями, чувствами, сомнениями.

Вывод: конфликты необходимо разрешать конструктивным способом.

3. Лекторий «Психологические особенности подросткового и юношеского возраста. Причины возможных конфликтов»

Цели: формирование представлений о психологических особенностях и возможных конфликтах подросткового и юношеского возраста.

Задачи:

1. раскрыть психологические особенности подросткового и юношеского возраста;

2. показать различия между возрастными особенностями подростков и юношей;
3. сформулировать возможные причины конфликтного поведения подростков и юношей.

### **Подростковый возраст**

Границы подросткового возраста в современной отечественной медицинской, педагогической, психологической, социологической и юридической литературе понимаются по-разному. В юриспруденции несовершеннолетними считаются лица 14-17 лет. В психиатрической литературе подростковым возрастом называют период 12-17 лет.

В настоящее время в зарубежной науке все еще не выработан единый подход к проблеме периодизации подросткового возраста. Под определение подростка в английском языке (teenager - англ. - подросток) попадают лица в возрасте 13-19 лет. Однако такие возрастные рамки являются слишком общими для описания комплексного процесса развития в данном возрасте, поэтому предлагается подразделять подростковый период на два: ранний подростковый возраст (11-14 лет) и средний или старший подростковый возраст (15-19 лет).

Переход к подростковому возрасту характеризуется глубокими изменениями условий, влияющих на личностное развитие ребенка. Они касаются физиологии организма, отношений, складывающихся у подростков со взрослыми людьми и сверстниками, уровня развития познавательных процессов, интеллекта и способностей. Во всем этом намечается переход от детства к взрослости. Организм ребенка начинает быстро перестраиваться и превращаться в организм взрослого человека. Центр физической и духовной жизни ребенка перемещается из дома во внешний мир, переходит в среду сверстников и взрослых. Отношения в группах сверстников строятся на более серьезных, чем развлекательные совместные игры, делах, охватывающих широкий диапазон видов деятельности, от совместного труда над чем-нибудь до личного общения на жизненно важные темы.

Подростничество — это самый трудный и сложный из всех детских возрастов, представляющий собой период становления личности. Вместе с тем это самый ответственный период, поскольку здесь складываются основы нравственности, формируются социальные установки, отношения к себе, к людям, к обществу. Кроме того, в данном возрасте стабилизируются черты характера и основные формы межличностного поведения. Главные мотивационные линии этого возрастного периода, связанные с активным стремлением к личностному самосовершенствованию, — это самопознание, самовыражение и самоутверждение.

В начале подросткового возраста у ребенка появляется и усиливается стремление быть похожим на старших, детей и взрослых, причем такое желание становится настолько сильным, что, форсируя события, подросток иногда преждевременно начинает считать себя уже взрослым, требуя соответственного обращения с собой как со взрослым человеком. В то же время он еще далеко не во всем отвечает требованиям взрослости. Приобрести качества взрослости стремятся все без исключения подростки. Быстро взрослеть подростка заставляют также обстоятельства жизни, связанные с физическими изменениями его организма. Быстрое возмужание, физическая крепость порождают дополнительные обязанности, которые подросток получает и в школе, и дома.

Самый легкий способ достичь цели «быть как взрослый» состоит в подражании внешним формам наблюдаемого поведения. Подростки, начиная с 12—13 лет (девочки несколько раньше, мальчики позднее), копируют поведение взрослых, которые

пользуются авторитетом в их кругу. Сюда входит мода в одежде, прически, украшения, косметика, особый лексикон, манера поведения, способы отдыха, увлечения и т. п.

Помимо взрослых, образцами для подражания со стороны подростков могут стать их более старшие сверстники. Тенденция походить на них, а не на взрослых в подростковой среде с возрастом увеличивается.

Для мальчиков-подростков объектом подражания часто становится тот человек, который ведет себя «как настоящий мужчина» и обладает силой воли, выдержкой, смелостью, мужеством, выносливостью, верностью дружбе. У девочек развивается тенденция подражать тем, кто выглядит «как настоящая женщина»; старшим подругам, привлекательным, пользующимся популярностью взрослым женщинам. К своему физическому развитию многие мальчики-подростки относятся очень внимательно, и начиная с V-VI классов школы многие из них приступают к выполнению специальных физических упражнений, направленных на развитие силы и выносливости. У девочек же больше наблюдается подражание внешней атрибутике взрослости: одежде, косметике, приемам кокетства и т. п.

В подростковом возрасте продолжается процесс формирования и развития самосознания ребенка. В отличие от предыдущих возрастных этапов он так же, как и подражание, меняет свою ориентацию и становится направленным на сознание человеком своих личностных особенностей. Совершенствование самосознания в подростковом возрасте характеризуется особым вниманием ребенка к собственным недостаткам. Желательный образ «Я» у подростков обычно складывается из ценимых ими достоинств других людей.

Поскольку в качестве образцов для подражания подростков выступают как взрослые, так и сверстники, создаваемый ими идеал оказывается несколько противоречивым. Он сочетает в себе качества как взрослого, так и более молодого человека, причем далеко не всегда эти качества оказываются совместимыми в одном лице.

В этом, по-видимому, заключается одна из причин несоответствия подростков своему идеалу и их постоянных переживаний по данному поводу.

Большое значение для подростка имеет референтная группа. Это группа значимых для подростка людей, к мнению, советам которых он прислушивается, от чьих оценок зависит его самооощение. Это те люди, которым он сам отдал право «судить» себя, от которых он готов принимать искреннюю обратную связь.

В основе существования референтных групп лежит древнейшее разделение «свой — чужой». Своим я доверяю и они мне доверяют, своих я в случае чего буду защищать и сам могу рассчитывать на их помощь и поддержку. С чужими все наоборот. Без референтной группы человек лишен возможности взглянуть на себя со стороны, получить обратную связь от социума, а следовательно, и не может адекватно приспособиться к нему, не может развиваться, расти, так сказать, над собой.

Подросток - еще не цельная зрелая личность, отдельные его черты могут диссонировать. Неустойчивость, подвижность всей психической жизни подростка приводит к изменчивости представлений о себе, других людях. Поэтому референтная группа не всегда является эталоном нравственных ценностей общества. Референтная группа - это группа там, где принимают подростка таким какой он есть на самом деле.

Л.С. Выготский указывал еще на два новообразования подросткового возраста (развитие рефлексии и на ее основе - самосознания), которые были подробнее исследованы Л.И. Божович. Автор называет основными новообразованиями подросткового возраста следующие:

- новый уровень самосознания, проявляющийся в способности подростка познать самого себя как личность и обусловленный развитием понятийного мышления;
- формирование самоопределения, основывающегося на устойчиво сложившихся интересах и стремлениях, опирающегося на формирующееся

мировоззрение, характеризующееся учетом своих возможностей и внешних обстоятельств и связанное с выбором профессии;

- развитие рефлексии, формирующейся одновременно с развитием самосознания.

### **Характеристика познавательных процессов подростков**

Подростки уже могут мыслить логически, заниматься теоретическими рассуждениями и самоанализом. Они относительно свободно размышляют на нравственные, политические и другие темы, практически не доступные интеллекту младшего школьника. У старшеклассников отмечается способность делать общие выводы на основе частных посылок и, напротив, переходить к частным умозаключениям на базе общих посылок, т. е. способность к индукции и дедукции. Важнейшее интеллектуальное приобретение подросткового возраста — это умение оперировать гипотезами.

К старшему школьному возрасту дети усваивают многие научные понятия, обучаются пользоваться ими в процессе решения различных задач. Это означает сформированность у них теоретического или словесно-логического мышления. Одновременно наблюдается интеллектуализация всех остальных познавательных процессов.

В подростковом возрасте активно совершенствуется самоконтроль деятельности, являясь вначале контролем по результату или заданному образцу, а затем — процессуальным контролем, т. е. способностью выбирать и избирательно контролировать любой момент или шаг в деятельности. Вплоть до юношеского возраста у многих детей еще отсутствует способность к предварительному планированию деятельности, но вместе с тем налицо стремление к саморегуляции. Оно, в частности, проявляется в том, что на интересной, интеллектуально захватывающей деятельности или на такой работе, которая мотивирована соображениями престижности, подростки могут длительное время удерживать внимание, быть в состоянии переключать или распределять его между несколькими действиями и поддерживать довольно высокий темп работы.

Основными задачами возраста являются:

1. Принятие собственной внешности.
2. Усвоение мужской или женской роли.
3. Изменение форм общения со сверстниками.
4. Установление иных, по сравнению с предподростковым возрастом, отношений с родителями.
5. Развитие профессиональных интересов.
6. Принятие зрелых форм поведения, предполагающих развитие инициативности и ответственности.

Причины возможных конфликтов в подростковом возрасте:

- Кризис переходного возраста;



- Стремление к самостоятельности и самоопределению;
- Требование большей автономности 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.

Юношеский возраст - период жизни человека между подростковым возрастом и взрослостью. Психологи расходятся в определении возрастных границ юности. В западной психологии преобладает традиция объединения отрочества и юности в возрастной период, называемый периодом взросления, содержанием которого и является переход от детства к взрослости, и границы которого могут простираться от 12-14 до 25 лет.

Другие авторы выделяют юношеский период развития человека с 16-17 до 20-21 года как начало самостоятельной, взрослой жизни. 16—17 лет — 20-21 год — это, в широком смысле, юношеский этап развития личности. Наряду с этим в данном возрасте выделяются следующие возрастные периоды: 16-17 лет — ранняя юность, 17-20 лет — собственно (в узком смысле) юность, 20-21 год — поздняя юность. Эти возрастные периоды имеют свою специфику, но при этом обладают многими общими характеристиками.

Юность — завершающая стадия психологического этапа персонализации, периода нахождения самоидентичности. Главные психические новообразования (приобретения) юношеского возраста:

глубокая рефлексия;

развитое осознание собственной индивидуальности;

формирование конкретных жизненных планов;

готовность к самоопределению в профессии;

установка на сознательное построение собственной жизни;

постепенное вращение (вхождение) в различные сферы жизни и деятельности;

развитие самосознания;

активное формирование мировоззрения.

Юность, по мнению В. И. Слободчикова, - завершающая стадия ступени персонализации. «Главные новообразования юношеского возраста - саморефлексия, осознание собственной индивидуальности, появление жизненных планов, готовность к самоопределению, установка на сознательное построение собственной жизни, постепенное вращение в различные сферы жизни». Проще говоря, юность - это время выбора жизненного пути, работа по выбранной специальности (поиск ее), учеба в вузе, создание семьи, для юношей - служба в армии.

В юности происходит овладение профессией, появляется возможность создания своей семьи, выбор стиля и своего места в жизни.

Задача выбора будущей профессии, профессионального самоопределения принципиально не может быть успешно решена без и вне решения более широкой задачи личностного самоопределения, включающей построение целостного замысла жизни, самопроектирование себя в будущее. Обращенность в будущее, построение жизненных планов и перспектив Л. И. Божович считала аффективным центром жизни старшего школьника. Сам переход от подросткового к раннему юношескому возрасту она связывала с изменением отношения к будущему. Она утверждает, что подросток смотрит на будущее с позиции настоящего, а юноша или девушка смотрят на настоящее с позиции будущего.

В юношеский возрастной период довольно напряжённо происходит формирование нравственного сознания, осуществляется выработка и формирование ценностных ориентаций и идеалов, устойчивого мировоззрения, гражданских качеств личности.

Юность — решающий этап формирования мировоззрения личности. Мировоззрение — это не только система знаний и опыта, но и система убеждений, переживание которых в юности сопровождается чувством их истинности (юношеский максимализм), правильности. Поэтому формирование мировоззрения в юности связано с решением так называемых смысловых проблем. Явления действительности интересуют юношу и девушку не сами по себе, а в связи с собственным отношением к ним. Мировоззренческий поиск в юности включает в себя социальную ориентацию личности, осознание себя в качестве частицы социальной общности (социальной и/или профессиональной, культурной группы, нации и/или этноса и т.п.). Юношеством осуществляется осознанная ориентация на своё будущее социальное положение (выбор социально-профессионального статуса), осмысливаются способы его достижения.

Решение этих центральных для данного возраста задач сказывается на всем процессе психического развития, включая развитие не только мотивационной сферы, но и развитие познавательных процессов.

К пятнадцати-шестнадцати годам общие умственные способности уже сформированы, однако на протяжении раннего юношеского возраста они продолжают совершенствоваться. Юноши и девушки овладевают сложными интеллектуальными операциями, обогащают свой понятийный аппарат, их умственная деятельность становится более устойчивой и эффективной, приближаясь в этом отношении к деятельности взрослых.

Спецификой возраста является быстрое развитие специальных способностей, нередко напрямую связанных с выбираемой профессиональной областью. Дифференциация направленности интересов делает структуру умственной деятельности юноши или девушки гораздо более сложной и индивидуальной, чем в более младших возрастах. У юношей этот процесс начинается раньше и выражен ярче, чем у девушек. Специализация способностей и интересов делает более заметными и многие другие индивидуальные различия.

В работах Л. И. Божович, Л. С. Славиной, Б. С. Волкова, В. И. Илийчука, конфликтное поведение рассматривается как результат внутренних и внешних противоречий между обществом, средой и самим человеком. Это результат внутренних и внешних противоречий между потребностью в самоутверждении и возможностью ее удовлетворения, между самооценкой и оценкой группы, между требованиями группы и собственными установками и убеждениями.

Типичными и наиболее значимыми по содержанию причинами конфликтов в юношеском возрасте являются:

- ограничительный воспитательный стиль взрослого по отношению к подрастающей личности;

- столкновения по вопросам эротики и секса;
- школьная и вузовская неуспеваемость;
- помощь в хозяйственных делах, аккуратность;
- ситуации, касающиеся области автономии и авторитета, в частности, связанные со стеснением свободы молодых людей правилами и регламентами социальных институтов.

Типы конфликтов и способы их преодоления:

### 1. Конфликт неустойчивого родительского восприятия.

Подросток уже не ребенок, но ещё и не взрослый. Естественно, что статус подростка в семье и обществе не устоялся. Ведёт себя иногда как взрослый, то есть критикует, требует уважения. Но иногда он, как ребенок, - все забывает, разбрасывает вещи и т.д. В результате положительные качества недооцениваются, зато выступают несовершенства.

Рекомендации родителям:

- осознайте противоречивость своих чувств;
- погасите в себе недовольство и раздражение;
- объективно оценивайте достоинства и недостатки подростка;
- сбалансируйте систему обязанностей и прав.

### 2. Диктатура родителей.

Диктатура в семье - это способ контроля, при котором одни члены семьи подавляются другими. Подавляется самостоятельность, чувство собственного достоинства. Родители вторгаются на территорию подростков, в их душу.

Бесспорно, родители должны и могут предъявлять требования к ребенку, но необходимо принимать нравственно оправданные решения. Требования сочетать с доверием и уважением. Родители, воздействующие на подростка приказом и насилием, неизбежно столкнутся с сопротивлением, которое чаще всего выражается грубостью, лицемерием, обманом, а иногда и откровенной ненавистью. Ребенок лишен права выбора, мнения, голоса и живет по принципу: «кто сильнее, тот и прав».

Рекомендации родителям:

- не входите в комнату без стука или в отсутствие хозяина;
- не трогайте личные вещи;
- не подслушивайте телефонные разговоры;
- оставьте за подростком право выбора друзей, одежды, музыки и т.д.;
- не наказывайте физически, не унижайте.

### 3. Мирное сосуществование - открытый конфликт.

Здесь царит позиция невмешательства. Выглядит обстановка вполне благопристойно. Никто не переступает запрет. У каждого свои успехи, проблемы, победы. Родители испытывают гордость, поддерживая подобный нейтралитет. Думают, что такие отношения воспитывают самостоятельность, свободу, раскованность. В результате получается, что семья для ребенка не существует. В критический момент - беда, болезнь, трудности, - когда от него потребуется участие, добрые чувства, подросток ничего не будет испытывать, так как это не будет касаться лично его.

Воспитание без запретов, установка родителей на детскую «свободу» без конца и без края, устранение тормозов, ограничений и обязанностей подчиняться нравственному долгу или элементарным правилам общения в целом пагубно влияет на формирование личности.

Рекомендации родителям:

- поменяйте тактику общения;
- установите систему запретов и включитесь сами в жизнь подростка;
- помогите ему участвовать в жизни семьи;
- создайте семейный совет, на котором бы решались многие проблемы всей семьи.

#### 4. Конфликт опеки.

Опека - это забота, ограждение от трудностей, участие. Подростки здесь безынициативны, покорны, подавлены. Впоследствии ребенок командует родителями, заставляя, как это было раньше, выполнять все свои желания. Но «деспотизм» подростка встречается редко. Чаще это чересчур послушный ребенок. В итоге - протест. Причем форма протеста может быть разной - от холодной вежливости до активного отпора. Эти дети несчастливы в среде сверстников, они не готовы к трудностям жизни, так как им никто, кроме близких, «стелить соломку» не станет.

Рекомендации родителям:

- постарайтесь изменить свое поведение;
- не отказывайтесь от контроля, но сведите опеку к минимуму;
- не требуйте от ребенка правильных поступков, примите его таким, какой он есть; помогайте, но не решайте за него все проблемы; стимулируйте общение ребенка со сверстниками; дозируйте опеку, похвалу и порицание.

#### 5. Конфликт родительской авторитетности. «Шоковая терапия».

Детей в таких семьях воспитывают кропотливо, стараясь сделать из них вундеркиндов. Замечают любой промах, обращают на него внимание, наказывают неуважением. Проводят беседы на воспитательные темы, не давая возможности отстаивать свое мнение. Постоянно требуют от ребенка совершенства. Не замечают успехов и никогда не хвалят за хорошие поступки, не поощряют их.

Ребенок чувствует себя неуверенно, его охватывает обида и ярость, но подросток понимает, что бессилён. Появляется мысль о безысходности, бессмысленности

собственной жизни (суицид). Или же всё как на войне. Силы сторон (родителей и детей) практически становятся равными: на грубость - грубостью, на злорадство - злорадством и т.д.

Рекомендации родителям:

- измените отношение к своему ребенку;
- станьте терпимее к недостаткам подростка;
- восстановите доверие и уважение ребенка к самому себе;
- найдите и развивайте в ребенке те достоинства, которые свойственны его натуре;

не унижайте, а поддерживайте;

не вступайте в бесконечные споры, не допускайте молчаливой, «холодной»

воины;

- уверьте ребенка в том, что вы всегда будете его любить, что гордитесь тем-то и тем-то, чего в вас недостает;
- поймите, что ему трудно.

Оптимальный тип семьи - партнерство.

- не ограждайте ребенка от горестей и радостей взрослого человека, а делайте соучастниками ваших переживаний. Делайте это прямо, смело, давая доступные разъяснения;

- не запугивайте, не сгущайте краски, поделитесь своими надеждами;

- все должно быть общее: и радость, и слезы, и смех;

- равномерное участие во всех советах, решениях семьи;

- ограничения и поощрения обсуждаются вместе, ребенок тоже высказывает свое мнение.

4. Семинар-практикум по бесконфликтному эффективному общению. Цели: формирование навыков бесконфликтного эффективного общения и умений способности разрешать конфликтные ситуации конструктивными способами.

Задачи:

1. рассмотреть понятие бесконфликтного эффективного общения;

2. формировать принятие внутреннего мира ребенка и своего мира, развивать эмпатию;
3. рассмотреть случаи конструктивного разрешения конфликтов.

Методическое оснащение: карандаши и листы формата А4 на каждого участника семинара-практикума, памятки для родителей на каждого участника, бланки конфликтных ситуаций на каждую подгруппу.

Здравствуйте, родители! Сегодня мы собрались на семинар-практикум по бесконфликтному эффективному общению. Для начала давайте познакомимся.

Упражнение «Знакомство».

Назвать свое имя и сказать, чтобы хотели получить от семинара-практикума, что узнать, что взять для себя, чему научиться.

Теоретический материал:

В течение нашей жизни мы постоянно взаимодействуем друг с другом. Взаимодействуем не только с помощью речи, но и с помощью прикосновений, мимики, жестов и т.п. Такое взаимодействие мы называем общением. Так что же включает в себя процесс общения?

Общение - это процесс установления контакта между людьми, в ходе которого происходит обмен информацией, необходимой для совместной деятельности и сотрудничества.

Компоненты общения:

Выделяют несколько компонентов общения: вербальное, невербальное и паравербальное.

Вербальным общением называют передачу информации с помощью произносимых нами слов. Другими словами - это словесное общение.

Невербальное общение - это неречевая форма общения, включающая в себя жесты, мимику, позы, контакт глазами, прикосновения.

Паравербальное общение заключается в передаче информации через тон голоса, тембр, высоту, скорость, интонацию произносимых слов.

Эффективное общение — это единственная вещь, которая может быть действительно важна для всех людей, обитающих в обществе. Не думать об эффективном общении в то время когда общаешься, это все равно, что переходить дорогу в оживленном месте не смотря по сторонам.

Эффективное общение - это умение активно слушать (то есть понимать, что хочет сказать собеседник) и ассертивно говорить (то есть говорить уверенно, убедительно, в дружеской и прямой манере).

Эффективное общение - это сотрудничество, а не соревнование. Коммуникация, как танец, где партнеры согласуют свои шаги, чтобы получился красивый танец. Общение - это двусторонний процесс, подразумевающий обмен идеями.

Эффективное общение предполагает, что все вовлеченные стороны выражают свое отношение к высказываемому (не молчат), конструктивно критикуя в случае необходимости и без обид воспринимая такую критику.

Эффективное общение:

- способствует взаимопониманию;

- направляет поток информации в нужное русло;
- помогает людям преодолеть барьеры для проведения открытой дискуссии; стимулирует собеседников предпринимать действия для достижения

поставленных целей;

- передает информацию, поощряя собеседника думать по-новому и действовать более эффективно.

Основные правила эффективного общения:

- Концентрируйте внимание на говорящем, его сообщении.
- Уточняйте, правильно ли вы поняли как общее содержание принимаемой информации, так и ее детали.

- Сообщайте другой стороне в перефразированной форме смысл принятой информации.

• В процессе приема информации не перебивайте говорящего, не давайте советы, не критикуйте, не подводите итог, не отвлекайтесь на подготовку ответа. Это можно сделать после получения информации и ее уточнения.

• Добивайтесь, чтобы вас услышали и поняли. Соблюдайте последовательность сообщения информации. Не убедившись в точности принятой партнером информации, не переходите к новым сообщениям.

• Поддерживайте атмосферу доверия, взаимного уважения, проявляйте эмпатию к собеседнику.

• Используйте невербальные средства коммуникации: частый контакт глаз; кивание головы в знак понимания и другие, располагающие к конструктивному диалогу приемы.

#### Общение родителей и детей-подростков

Если вы испытываете чувство озабоченности или беспокойство к своему ребенку-подростку, то значит пришло время изменить что-то в вашей собственной жизни, взглянуть на нее другими глазами.

• Наиболее позитивное влияние, которое могут оказать на жизнь детей в этом возрасте родители - это поддерживать, уважать и любить их. Твердость и последовательность - очень важные родительские качества. Если мы хотим, чтобы наши дети выросли добрыми и любящими людьми, то сами должны относиться к ним по-доброму и с любовью.

• Важно помнить: чем больше запретов со стороны взрослых, тем хуже. Будет правильно - поменять отношение к поступкам и действиям ребенка. Чем спокойнее, уравновешенней будут родители, тем более вероятно, что подростковый возраст пройдет гладко, без осложнений. В результате, дети выдут из него более зрелыми и самостоятельными.

• Стремление ребенка к независимости - это нормальная, здоровая потребность. Если она выражается неприемлемыми с вашей точки зрения способами, то

не реагируйте на это слишком эмоционально. Не допускайте раздражения, криков, агрессии, ведь чем чаще подросток видит своих родителей, потерявших контроль, тем меньше он уважает их. Если это поможет несколько избавиться от негативных эмоций, постарайтесь представить, что все это делает не ваш ребенок, а, например, ребенок ваших соседей. Тогда, вы сможете почувствовать, что принимаете происходящее не так близко к сердцу. Скорее - это чувства удивления и сожаления, но никак не чувства гнева.

- У некоторых родителей возникает потребность обращаться со своими детьми, как с ровесниками. Это, конечно хорошо, если целью такого общения не является потребность родителей переложить на плечи ребенка свои психологические проблемы. Нельзя плакать в жилетку своему собственному ребенку, советоваться с ним по поводу своих взрослых проблем, иначе подросток будет чувствовать свою незащищенность в этом мире. Конечно, посоветоваться с ребенком можно, но не для того, чтобы переложить на него тяжесть принятия решения и получить эмоциональную поддержку. Нельзя просить детей облегчить наши страдания. Если родители перестают быть авторитетами, то дети легче поддаются дурному влиянию.

Цель воспитания - научить наших детей обходиться без нас.

- Если родители игнорируют право ребенка на независимость, то он может вырасти подчиненным родительской воле, покорным и неспособным осознать своего места в жизни. Такой ребенок, со временем, может начать мстить своим родителям за чрезмерно крепкие «объятия», сдавливающие самостоятельное развитие его личности.

- Родителям нужно научиться вырабатывать доверие к тому, что ваш ребенок может сам принимать правильные решения и нужно дать подростку почувствовать это доверие к его поступкам. Нельзя считать его беспомощным существом, которое нуждается в постоянных советах, заботе и поддержке.

- Попробуйте изменить способ вашего мышления: все, что вы делаете, должно быть направлено на предоставление подростку самостоятельности в принятии решений.

Для того чтобы процесс отделения подростка завершился успешно, мы рекомендуем родителям:

- Воспринимать ребенка таким, какой он есть, а не таким, каким его хотели бы видеть вы.

- Поощрять выражение независимых мыслей, чувств и действий ребенка.

- Не впадать в отчаяние и депрессию, если ребенок отказывается от вашей помощи.

- Не пытаться прожить жизнь за ребенка.

- Признать в ребенке самостоятельную личность, со своими желаниями и стремлениями.

Родители, реагируйте на действия подростка не изменением своего внутреннего состояния (обида, депрессия), а изменением ВНЕШНЕГО поведения. Дети обучаются не по словам, а по родительским действиям и поступкам. Очень часто, родители, общаясь со своим ребенком, забывают о себе, о своих собственных желаниях. Взрослые не оставляют ни минуты времени на себя, они полностью поглощены решением проблем ребенка. Как



вы думаете, сколько энергии содержится в таком желании улучшить жизнь ребенка? Откуда вообще может взяться энергия, если вы полностью перекрыли ей доступ. Только счастливый, реализованный родитель может понять и сделать счастливым своего ребенка. Поэтому, не отказывайтесь себе в своих желаниях. Подумайте, ведь вы должны не только своему ребенку, вы должны и себе тоже. Попробуйте прислушаться к тем смелым и произвольным мыслям, которые есть в вас и которые вы ранее подавляли в себе. Прислушайтесь к внутреннему «Я», что оно на самом деле хочет?

Самое важное, что вы можете сделать по отношению к себе и своему ребенку - это взять собственную жизнь в свои руки. Сделайте ее такой, какой вы хотите, тогда и жизнь вашего ребенка изменится к лучшему.

Выделяют пять основных стратегий разрешения конфликта: (К. Томас).

- соперничество или конкуренция (когда одна из сторон полностью подавляет другую навязывая свой образ действий);
- компромисс (предусматривает частичное удовлетворение интересов каждой из сторон; такой выход из конфликта предполагает желание оппонентов достичь хотя бы временного соглашения, пожертвовав ради этого некоторыми своими требованиями);
- сотрудничество (это решение, максимально соответствующее интересам каждой из сторон; в этом случае стороны не только идут на взаимные уступки, они активно взаимодействуют, создавая альтернативные пути решения проблемы; здесь выигрывают обе стороны);
- избегание (одна из сторон может попросту самоустраниться; такая стратегия называется уходом от решения проблемы, или избеганием);
- приспособление или уступка (один из участников попросту отказывается от своих притязаний, выходя из конфликта).

Какую из стратегий выбрать для разрешения конфликта, чтобы выйти из него конструктивным способом, решать Вам. Для этого нужно увидеть конфликт со стороны и проанализировать данную ситуацию.

Алгоритм действия в конфликтной ситуации:

1. Выделить суть проблемы.
2. Увидеть ее со стороны.
3. Поставить себя на место другого человека.
4. Найти конструктивное решение проблемы.

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 техникума или с вечерней прогулки, и Вы показываете, что рады его видеть.

Представили?

Обсуждение:

Какие чувства испытали в первом и во втором случае? В чем разница? Всегда ли мы показываем нашим детям свои чувства?

### Упражнение «Чувства»

Нарисуйте на листочке солнце и от него лучи. Чувство, которое Вы испытываете к своему ребенку. Положительными, так и отрицательными. Посмотрите, своему ребенку?

Над каждым лучом подпишите Эти чувства могут быть как каких чувств больше у Вас к

Какие чувства должны быть к своим детям?

(принятие, внимание, признание, уважение, одобрение, понимание, любовь, доверие, поддержка, юмор и т.д.).

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.

Упражнение в парах на осознание дистанции в общении, какая дистанция будет комфортной для собеседников, какая нет. Делаются выводы: при какой позиции будет эффективное общение, уровень комфортности общения для собеседников, а также хватает ли нам времени, места для общения со своим ребенком.

Инструкция: Необходимо разделиться на пары. Каждый должен вспомнить как он собирался и добирался в техникум на семинар-практикум, (свою историю необходимо растянуть на четыре хлопка - 5 мин.). Один в паре рассказчик, другой - слушатель. По хлопку рассказчик начинает свою историю, другой в паре внимательно слушает собеседника. Участники стоят друг против друга на расстоянии вытянутой руки. Затем снова хлопок, участники отдаляются друг от друга на расстоянии две вытянутых руки, при этом рассказчик продолжает свою историю. Снова хлопок и позиция меняется - партнеры поворачиваются друг к другу спиной, при этом рассказ продолжается. Хлопок - партнеры подходят друг к другу спина к спине. В этой позиции рассказчик завершает свою историю. Обмен ролями.

Обсуждение: обмен впечатлениями.

Узнали ли Вы, что-то нового о своем партнере? В какой позиции было комфортней общаться? Почему?

Обсуждение ситуаций (участники семинара-практикума разбиваются на группы по 5-7 человек и совместно решают проблему).

Ситуация №1. После собрания родители приходят домой и в ярости требуют объяснений от ребенка. Они говорят о том, что с такими результатами не возьмут после школы. Сын спокойно отвечает: «Значит, пойду работать». Как поступит в такой 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, в свой адрес ребенок услышал много гневных слов. В конце концов, он хлопнул дверью и ушел из дома. Как поступить в подобном конфликте?

Обсуждение: делаются выводы по разрешению ситуаций, выдается памятка каждому родителю.

Памятка для родителей (для каждого).

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 счеты.
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 раскаяниями.

8. Будьте справедливы и честны в конфликтах, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не оставаться без оппонента.
10. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.

#### ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Что делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих подросших 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.

Рефлексия (что понравилось, что нет, узнали ли что-то новое, что возьмете в свою личную жизнь).