**Собрание для родителей**

**«Конструктивное общение с подростком в семье»**

**Дата проведения: 27.02.2025**

**Цель**: знакомство родителей с особенностями подросткового возраста, осознание причин возникновения проблем во взаимоотношениях.

***Актуальной***во все времена была проблема взаимоотношений между детьми и родителями. *Все мы замечаем, как меняются наши дети. Некоторые говорят, что ребёнок сильно вырос, кто-то отмечает изменения характера: появились вспыльчивость, эмоциональная неуравновешенность, желание спорить и противоречить родителям даже по пустякам. Ребёнок становится «неудобным», с ним уже труднее договориться не всегда понятно, как поступить в некоторых ситуациях.*

***Притча*** *(по выбору):*

1.Король узнаёт, что его сын женится. Он возмущён, топает ногами, взмахивает руками, кричит на ближайшее окружение. Его лик ужасен, а гнев не имеет границ. Он кричит своим поданным: «Почему не доложили, что сын уже вырос?»

2.В одном селе жила семья из 100 человек. В ней царила особая атмосфера мира, согласия и взаимопонимания. Никогда здесь ни ссорились, ни ругались. Этот слух дошел до правителя страны. Решил он проверить, так ли это на самом деле. Приехал владыка в село, нашел главу семьи и спросил о том, как ему удается сохранять гармонию между близкими людьми. Старик взял лист бумаги, долго на нем писал, а потом вручил его правителю. На бумаге было начертано 3 слова: "Любовь", "Терпение" и "Прощение". «И это все?» - удивился правитель. На что старик ответил: «Да! Это основа не только хорошей семьи, но и мира в целом…»

3.После нелегкого рабочего дня вернулся один человек домой. Время было позднее, он измучился и устал, но обрадовался, увидев, что пятилетний сынишка ждет его на пороге дома.
– Пап, – поприветствовав отца, тихо проговорил малыш, – можешь ответить? Я ждал, чтобы спросить
– Конечно, спрашивай! – воскликнул отец.
– Сколько денег ты получаешь?
– Да разве это твое дело. Незачем тебе об этом знать!
Ребенок поднял на него грустные глаза.
– Я очень-очень прошу тебя, скажи, сколько ты зарабатываешь за один час?
– Ну, допустим, пятьсот. И что дальше? Тебе-то какая разница?
– Пожалуйста, папа, – очень серьезно промолвил ребенок, – займи мне триста рублей.
Отец вышел из себя и закричал на сына:
– Ты ведешь себя отвратительно! Я так устал, но вынужден стоять здесь и слушать твою пустую болтовню! Думаешь только об игрушках, дожидался меня лишь для того, чтобы выпросить денег на всякие глупости!
Опустив голову, мальчик скрылся за дверью детской. А отец, рассерженный и огорченный, так и стоял, прислонившись к стене. -Вот бессовестный, – думал он, – как же мой сын эгоистичен. Однако Может, и я был не во всем прав. Я напрасно на него накричал, ведь обычно дитя никогда не просит у нас с матерью денег. Значит, ребенок обратился ко мне неспроста . Он тихонько зашел в комнату сына и сел возле детской кровати.
– Ты ещё не заснул, мой хороший? – шепнул он.
– Нет, я лежу и думаю .
– Не сердись на меня, сынок, я сегодня ужасно устал, поэтому и нагрубил тебе. Вот, возьми деньги и, пожалуйста, прости меня.
Малыш обнял отца за шею, его глазенки радостно засветились.
– Пап, спасибо, большое-большое спасибо!
Мальчик вытащил из кармана пижамы несколько скомканных банкнот и добавил к ним только что полученные купюры. Отец снова начал ворчать:
– У тебя, как оказалось, предостаточно денег, а ты жадничаешь и выпрашиваешь еще.
– Нет, папочка, мне как раз этих трехсот не хватало. Вот теперь я собрал ровно столько, чтобы купить один, всего лишь один час твоего, папка, времени. Можно? Я очень прошу, приди завтра чуть раньше, чтобы мы сели ужинать все вместе: ты, мама и я

Пока наши дети ещё рядом с нами, давайте попробуем разобраться, какие проблемы возникают в период подросткового возраста, как меняется система ценностей и интересов.

***Упражнение «Ассоциации»***

Назовите слова-ассоциации к слову «подросток» (упрямство, трудный возраст, кризис, переходный возраст, конфликт, проблемы, взросление).

***«Портрет современного подростка»***

Ценнейшее психологическое приобретение этого возраста — открытие своего внутреннего мира. Это возраст быстрых перемен в теле, в чувствах, позициях и оценках, отношениях с родителями и сверстниками. Это время устремления в будущее, которое притягивает и тревожит, время, полное стрессов и путаницы. Для него характерен повышенный уровень притязаний, критическое отношение к взрослым. Ключевые переживания этого возраста — любовь и дружба. В это время формируется мировоззрение, начинается поиск смысла жизни. Центральное новообразование этого возраста — личностное самоопределение…

За любым проблемным поведением подростка стоят определенные мотивы. Причем, одно и то же поведение может быть вызвано разными мотивами. Например, агрессивное поведение может быть вызвано и стремлением к лидерству, и компенсацией повышенной тревожности. Поэтому в первую очередь необходимо выяснить *мотивы поведения*, только тогда подросток будет открыт для общения и пожелает изменить свое негативное поведение.

*Каковы же причины вызывающего поведения подростков?*

**1. Подросткам** **не хватает внимания взрослых,**которые вечно заняты. "Отстань!", "Не лезь!", "Не приставай!", "Надоел!" - часто слышит подросток. Семья не обеспечивает психологического комфорта, любви, поддержки, и подростки стремятся к лидерству среди своих сверстников.

**2.** **Высокий** **уровень тревожности.**В семье неправильно оценивают возможности ребенка: либо занижают возможности и способности ("Ничего хорошего из тебя не получится! Все равно не сможешь справиться с этим заданием"), либо завышают, когда родители ожидают очень высоких результатов, показывают повышенную обеспокоенность проблемами успеваемости, а подросток не может соответствовать родительским ожиданиям.

**3.** Многим подросткам трудно совладать со своим **холерическим темпераментом.**Такие дети нарушают дисциплину несознательно.

**4.** **Отсутствие душевной близости**с родителями гонит подростка из дома во двор, заставляет искать понимания с другими подростками или взрослыми.

Родители должны помнить, что ребенок воспитывается не только и не столько в процессе проводимых специально занятий, сколько всем укладом жизни семьи, той нравственной, духовной, социальной атмосферой, которая царит в ней, характером и системой взаимоотношений между родителями, родителями и детьми. Здесь все имеет значение: как разговаривают отец с матерью, что и как они говорят об окружающих, своей работе и сослуживцах, родственниках и знакомых, какой порядок поддерживается в доме, как относятся к своим обязанностям и многое другое, из чего состоит жизнь семьи.

|  |  |
| --- | --- |
| **ТИПИЧНАЯ ФРАЗА** | **КАК НЕОБХОДИМО ГОВОРИТЬ** |
| **«Ты должен учиться!»** | «Я уверен(-а), что ты можешь хорошо учиться» |
| **«Ты должен думать о будущем!»** | «Интересно, каким человеком ты хотел бы стать? Какую профессиюпланируешь выбрать?» |
| **«Ты должен уважать старших!»** | «Ты знаешь: уважение к старшим – это элемент общей культурычеловека» |
| **«Ты должен слушаться учителей и родителей!»** | «Конечно, ты можешь иметь собственное мнение, но к мнению старших полезно прислушаться» |
| **«Ты лжец!», «Ты опять врёшь!»** | «Мне жаль, что я опять выслушиваю неправду».«Мне не нравится, когда меня обманывают. Постарайся больше так не делать» |

Для того чтобы подросток желал общаться с родителями, необходимо помнить, что основой общения родителей с детьми являются шесть принципов, которые можно записать в виде рецепта. Этот рецепт может стать основным законом воспитания в семье. Его содержание примерно такое:

***взять принятие, добавить к нему признание, смешать с определенным количеством родительской любви и доступности, добавить собственной ответственности, приправленной любящим отцовским и материнским авторитетом.***

Анализируя перечисленные в рецепте главные принципы родительского воспитания, приходишь к пониманию того, что самым веским принципом является принцип принятия ребенка.

***Принятие ребенка*** – когда ребенок понимает, что его любят несмотря ни на что. Принять ребенка – значит любить его не за отметку в дневнике или убранную без напоминания постель, а за сам факт его существования в этом мире. Опасно: безразличие и обман.

***Значимость ребенка*** – это признание его значительности в существовании семьи.

***Признание ребенка* –** это сохранение у ребенка чувства собственного достоинства и уверенности в себе, в своих силах. Родители поздравляют своего ребенка с каждым, пусть маленьким, успехом, ободряют и поддерживают в минуты жизненных трудностей. Подросток должен чувствовать, что родители стараются понять все его поступки, даже неправильные, но при этом они ему не угрожают, а вместе разбирают возникшую ситуацию.

***Родительская любовь*** – подросток нуждается в любви и ласке независимо от возраста. Детям нужно, чтобы их обнимали и целовали не менее 4 – 5 раз в день. В подростковом возрасте формируется личность, самооценка, осознание внутреннего мира и, самое главное, проектируется собственное видение будущей жизни и мера жизненных ценностей.

***Принцип доступности*** – это значит, в любую минуту найти в себе силы отложить все свои дела, свою работу, чтобы пообщаться с подростком. Нельзя отмахиваться, нельзя списывать на занятость, нельзя переносить на «потом».

***Воспитание ответственности и самодисциплины*** – формирование у подростка привычки быть ответственным за свои поступки и слова (уравновешенная и зрелая личность). Эти качества напрямую зависят от поведения родителей в семье, их способность проявить эти же качества в обыденной жизни.

***Авторитет родителей*** – это кропотливый труд отца и матери. Это, прежде всего, желание подростка говорить родителям правду, какой бы горькой для родителей она ни была. Так будут дети поступать в том случае, если родители объяснят им, что прожить жизнь, не совершая ошибок, невозможно.

Мы рассмотрели модели проблемного поведения подростков, проанализировали причины такого поведения, нашли пути решения данной проблемы.

Только не надо думать, что правильное воспитание столь трудно, что большинству людей совершенно недоступно. По своей трудности это дело доступно каждому человеку. Хорошо воспитать ребёнка может каждый, если он этого действительно хочет, кроме того, это дело приятное, радостное счастливое.

***Принципы толерантного общения***

*ДАЙТЕ СВОБОДУ*! Свыкнитесь с мыслью, что ваш ребенок уже вырос, и более удерживать его возле себя не удастся, а непослушание - это стремление выйти из-под вашей опеки.

*НИКАКИХ НОТАЦИЙ!* Больше всего подростка раздражают нудные родительские нравоучения. Измените, стиль общения, перейдите на спокойный и вежливый тон и откажитесь от категоричных оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд, собственные ошибки и собственные выводы.

*ИДИТЕ НА КОМПРОМИСС!* Все равно ничего не удастся доказать с помощью скандала: здесь не бывает победителей.

*УСТУПАЕТ ТОТ, КТО УМНЕЕ!* Чтобы скандал прекратился, кто-то первый должен замолчать. Взрослому это сделать проще, чем подростку с неустойчивой психикой.

*НЕ НАДО ОБИЖАТЬ!* Прекращая ссору, не стремитесь сделать ребенку больно с помощью язвительных замечаний или хлопанья дверьми. Умению достойно выходить из трудных ситуаций подросток учится у вас.

*БУДЬТЕ ТВЕРДЫ И ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫ!*Несмотря на вашу готовность к компромиссу, подросток должен знать, что родительский авторитет незыблем.

***Памятка для родителей.***

1. Если ребенок упрямится и не выполняет ваших просьб.

* попытайтесь понять, принять, помочь. Это основа психолого-педагогического подхода к трудному подростку. Хотите, чтобы ребенок сделал то, что вам нужно, сделайте так, чтобы он сам захотел этого;
* демонстрируйте ребенку свою любовь, обнимайте его и говорите ему ласковые слова. Подчеркивайте, что вы любите своего ребенка просто так, за то, что он есть на свете;
* сохраняйте спокойствие. Не вымещайте на ребенке свое бессилие и злобу, не демонстрируйте ему модель агрессивного поведения;
* определите круг обязанностей по дому, чаще хвалите за помощь. Напоминайте, что вам важна его помощь. Это поможет развить его волевые качества;
* оцените возможности ребенка, может ли он соответствовать вашим требованиям. Может быть, ваши ожидания от ребенка завышены?
* постепенно перекладывайте на ребенка ответственность за сделанные уроки и домашние поручения. Учиться должен ребенок, а не вы;
* излишне подвижные дети увлеченно выполняют задания с "изюминкой". Больше давайте им творческих заданий, чередуя их с подвижными видами деятельности.

2. Если ссора все-таки разгорелась.

* Не создавайте "революционную ситуацию", а если создали, разрешайте ее мирным путем.
* Проявите гибкость, измените подход к проблеме, попробуйте посмотреть на ситуацию глазами ребенка.
* Не надо искать виноватого. Спасительная формула для выхода из ссоры: "Мы ссоримся - значит, мы все неправы! Давай подумаем - в чем".
* Управляйте своими эмоциями, переключите их на физические упражнения. Не теряйте чувства юмора, часто мы смотрим на все, что происходит с нами в быту, слишком серьезно. Человек, владеющий чувством юмора, умеет создать комфортное веселое настроение в самые напряженные моменты. Шутка, розыгрыш - отличные средства для того, чтобы овладеть своим раздражением.

**Рекомендации для родителей (памятка у каждого родителя):**

1. Будьте всегда чуткими к делам своих детей
2. Анализируйте с детьми причины их удач и неудач
3. Поддерживайте ребенка, когда ему нелегко
4. Старайтесь не ограждать подростка от трудностей
5. Научите преодолевать трудности
6. Сравнивайте своего ребенка **только с ним самим!!!,**обязательно отмечая продвижение вперед
7. Постоянно контролируйте ребенка, но без гиперопеки по принципу: «Доверяй, но проверяй!»
8. Поощряйте даже едва-едва возникшие потребности в знаниях, в гармонии и красоте, в самоактуализации (развитие собственной личности)
9. Информируйте своего ребенка о **границах**материальных потребностей и напоминайте, что духовные потребности должны развиваться постоянно
10. Замечайте любое положительное изменение в развитии личности ребенка
11. Рассказывайте ребенку о своих проблемах, о том, что волновало Вас, когда Вы сами были в их возрасте
12. Покупайте своему ребенку книги по психологии, самопознанию
13. Будьте всегда личным примером (учите делами, а не словами)
14. **Помните,** что только личным примером можно что-то изменит в лучшую сторону, т.к. самоактуализация передается от родителей к детям. **У творческих родителей всегда неординарные дети**.
15. Разговаривайте с детьми как с равными, уважая их мнение, избегая нравоучений, криков, назидательности и уж тем более иронии
16. Советуйте ребенку следить за своей внешностью: одеждой, прической, личной гигиеной
17. Ни в коем случае не запрещайте подростку отношений с противоположным полом, не пресекайте разговоры на темы взаимоотношений мальчиков и девочек, чтобы избежать недоверия между вами.
18. Воспитывайте естественное отношение к проблемам взаимоотношения полов, простое, здоровое, которое позволит создать в будущем нормальную семью.
19. Чаще рассказывайте своим детям о том, какие у Вас были взаимоотношения с противоположным полом в 14-15 лет, делая акцент на благородстве, культуре чувств, уважении друг к другу, ответственности друг за друга.
20. Вашему ребенку будет интересно узнать, как познакомились его родители, как развивались из отношения.
21. Познакомьтесь с друзьями своего ребенка, просите их информировать Вас о способах времяпровождении, но не превращайтесь в шпиона, следящего за каждым шагом ребенка.
22. **Помните: недоверие оскорбляет!!!**
23. Следите за тем, какие книги читает Ваш ребенок, какие фильмы смотрит. Постарайтесь оградить его от тех, которые могут вызвать приступы агрессии или девиантного поведения.
24. Будьте всегда для своего ребенка прежде всего старшим, мудрым другом и только потом любящей(им) мамой(папой)