

Родительский университет или Учиться никогда не поздно

*«Миг промелькнет – и дети подрастут
Как научить, как убедить их сложно,
Что наша жизнь – единственный сосуд,
Который лишь **самим** наполнить можно...»*

М.Зельцер

Цель: гармонизация эмоциональных связей в семье, повышение культуры внутрисемейных отношений; обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций; формировать у каждого из участников тренинга чувства эмпатии; формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей.

1. Упражнение «Какой вы родитель?»

Мини-анкета

1. Сколько учебных предметов изучает ваш ребенок?
2. Какие дополнительные бесплатные занятия посещает ваш ребенок?
3. Сколько учебников было у вашего ребенка на начало года?

Подумайте, какие чувства возникли при проведении анкеты:

2. Упражнение «Комплимент»

Возьмите тетрадный листок. Разорвите его на 2-3 части.

Далее на каждом листочке напишите предложение, начиная со слов «Мой сын...» «Моя дочь...». Сказать нужно столько хороших слов в адрес ребенка, сколько частей листка получилось.

3. Упражнение «Слово – эстафета»

Необходимо продолжить начатое предложение. «Мой ребёнок будет успешно учиться, если я...». Для большей организованности будет лучше, если при этом родители будут передавать какой-либо предмет, по возможности связанный с темой собрания.

4. Упражнение «Правила для своих и чужих детей»

1. Правила должны быть обязательно в жизни каждого ребенка.

2. Взрослые должны согласовать правила между собой.

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

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

Родители часто предлагают ребенку вознаграждение, в котором он не очень-то нуждается.

4. Дайте свободу.

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

5. Никаких нотаций

Больше всего подростков раздражают нудные родительские нравоучения. Измените стиль общения, перейдите на спокойный, вежливый

тон и откажитесь от категорических оценок и суждений. Поймите: ребенок имеет право на собственный взгляд и собственные выводы.

6. Уступает тот, кто умнее.

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

7. Не надо обижать.

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

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

1. Четкая формулировка запретов, ограничений (они должны быть выдержаны в позитивном стиле и иметь конкретный характер).
2. Ограничения и запреты должны соответствовать возрасту ребенка (и его опыту)
3. Ограничение должно быть выполнимым.
4. - формировать у каждого из участников тренинга чувства эмпатии;

Стихотворения «Родителям...»

Чем проповедь выслушивать,

Мне лучше бы взглянуть.

И лучше проводить меня,

Чем указать мне путь.

Глаза умнее слуха,

Поймут все без труда.

Слова порой запутаны,

Пример же - никогда.

Тот лучший проповедник -

Кто веру в жизнь провел.

Добро увидеть в действии -

Вот лучшая из школ.

И если все мне показать -

Я выучу урок.

Понятней мне движенье рук,

Чем быстрых слов поток.

Должно быть, можно верить

И мыслям, и словам,

Но я уж лучше погляжу, что делаешь ты сам.

Вдруг я неправильно пойму

Твой правильный совет.

Зато пойму, как ты живешь,

По правде или нет.

Памятки-рекомендации родителям

1. Выстраивайте позитивные отношения между Вами и ребенком. Беседуйте с ребенком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживайте свой критицизм и создавайте позитивизм в общении. Тон должен демонстрировать только уважение к ребенку, как к личности.

2. Будьте одновременно тверды и добры. Взрослый должен быть дружелюбным и не выступать в роли судьи.

3. Контроль над подростком требует особого внимания взрослых. Ответный гнев редко приводит к успеху.

4. Поддерживайте подростка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда он не достигает успеха.

5. Имейте мужество. Изменение поведения требует практики и терпения.

6. Демонстрируйте взаимное уважение. Взрослый должен демонстрировать доверие к подростку, уверенность в нем и уважение к нему как к личности.