

Занятие с элементами тренинга «Эффективное общение в семье – залог успеха школьника»

Родительское собрание

Цель: повышение качества детско-родительской коммуникации посредством совершенствования психолого-педагогических компетенций родителей.

Задачи:

- 1) познакомить родителей с методами и приемами развития коммуникативных навыков детей;
- 2) содействовать формированию у родителей навыков эффективного взаимодействия с несовершеннолетними;
- 3) способствовать повышению педагогической культуры родителей.

Вступительная часть.

1. Упражнение «Самопрезентация».

Описание упражнения: для эффективной работы родителям необходимо оформить свою визитку, написав на ней свое имя. Представляя свое имя, необходимо назвать имена и возраст своих детей. Каждый участник должен закончить одно из следующих предложений.

1. Два слова, которыми можно описать моего ребенка – ...
2. Если бы мой ребенок был звуком, он звучал бы, как ...
3. Больше всего мне в моем ребенке нравится ...
4. Мой ребенок заставляет меня смеяться, когда ...

Обсуждение упражнения: Легко ли Вам было продолжить предложения? Что Вы чувствовали, когда представляли себя? Имеются ли у Вас трудности в общении с детьми?

Актуализация темы.

Родители – самые близкие люди для ребенка. И каждый родитель хочет видеть своего ребенка самым счастливым.

Как часто в жизни мы сталкиваемся с тем, что в прошлом воодушевленный, гордый за свой «статус школьника», ребенок через некоторое время отказывается от школы, от друзей, от всего того, что так недавно интересовало и заботило его. Настоящее потеряло свою значимость и актуальность для ребенка.

Мы задаемся вопросами «Почему?», «Что происходит?». За всей яркостью и новизной впечатлений кроется очень серьезная и сложная проблема – общение. Общение – важнейший фактор психического и социального развития личности.

Детско-родительская коммуникация – специальный способ взаимодействия родителей и детей, с помощью которого происходит обмен информацией, развитие сознания и самосознания, формирование чувств и убеждений, регуляция и корректировка поступков и поведения взрослых и детей.

Дети и родственники, приятели и знакомые, друзья, супруги и коллеги по работе, все мы невольно включены в систему взаимоотношений. Проблема общения (я и другие люди) отнюдь не только проблема родителей и педагогов. Сегодня эта проблема касается каждого человека, кем бы он ни был.

В быстром темпе современной жизни не находится времени и настроения, чтобы поговорить по душам, без формальной критики оценить поступки, ситуации и человеческие ценности. Главный вопрос, стоящий перед родителями: как прожить, во что одеть и обуть детей, как их выучить и вылечить.

Возьмем обычную семью, где ребенок учится в школе, а родители работают. Вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даете детям наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня.

В следующий раз встречаемся с детьми уже вечером. Общий ужин, разговор создают семейный комфорт. Именно такие минуты могут сплотить и укрепить семью. Однако опять общение ограничивается краткими фразами. Разве можно пообщаться, когда включен телевизор, и какая-то женщина уже третий раз рекламирует преимущества вертикального пылесоса?

Исследователи утверждают, что родители разговаривают с детьми примерно 15-20 минут в день. Из них 10-12 приходится на раздачу указаний.

А детям хочется тепла, ласки, понимания, мы часто приходим домой уставшими, на общение часто уже не способными. Растёт стена непонимания недоверия, возникают конфликты.

Сегодня мы с вами и обсудим такую важную тему: «Успешное общение с детьми» и постараемся найти ответы на следующие вопросы:

1. Что такое общение?
2. Какие есть составляющие эффективного общения?
3. Умеете ли Вы контролировать себя в общении?

2. Тест «Умеете ли Вы контролировать себя в общении?»

Весьма интересный и полезный тест поможет Вам определить уровень своего контроля в общении с детьми?

1. Мне кажется трудным искусство подражать другим людям.
2. Я могу любым способом привлечь внимание окружающих.
3. Из меня мог бы выйти неплохой актер.
4. Другим людям иногда кажется, что я переживаю что-то более глубоко, чем это есть на самом деле.
5. В компании я редко оказываюсь в центре внимания.
6. В различных ситуациях и в общении с разными людьми я часто веду себя совершенно по-разному.
7. Я могу преуспеть в делах и в отношениях с людьми, я стараюсь быть таким (такой), каким (какой) меня ожидают увидеть.
8. Я могу отстаивать только то, в чем я искренне убежден (убеждена).
9. Я могу быть дружелюбным (дружелюбной) с людьми, которых я не выношу.
10. Я всегда такой (такая), каким (какой) кажусь.

Начислите себе по одному баллу за ответ «нет» на 1, 5 и 8 вопросы и по одному баллу за ответ «да» – на все остальные вопросы (2, 3, 4, 6, 7, 9, 10). Подсчитайте общую сумму баллов.

0-3 балла. У вас низкий уровень самоконтроля в общении с другими. Ваше поведение устойчиво, и Вы не считаете нужным его изменять в зависимости от ситуации. Некоторые считают Вас «неудобным» про причине Вашей прямолинейности.

4-6 баллов. У вас средний уровень контроля в общении с другими. Вы искренни, но не сдержаны в своих эмоциональных проявлениях, считаете в своем поведении с окружающими.

7-10 баллов. У вас высокий уровень контроля себя в общении с другими. Вы легко входите в любую роль, реагируете на изменения ситуации, хорошо чувствуете и даже в состоянии предвидеть впечатление, которое Вы производите на окружающих.

Обсуждение результатов теста.

Основная часть.

Многие современные родители заняты: они зарабатывают деньги, делают карьеру, отдыхают от тяжелых будней и т.д. Общение с ребенком часто для родителей становится наименее значимым, ведь у родителей есть наиболее важные проблемы и дела. А свои проблемы дети решают сами, как могут и как умеют, исходя из своего маленького жизненного опыта. Ребенок лишен возможности быть услышанным, понятным. Ребенок остается наедине с телефоном, который нередко демонстрирует зло, насилие, жестокость, сквернословие. Бывает, что у них нет друзей, а живому общению они предпочитают общение в социальных сетях, не задумываясь о последствиях. Для ребенка важно общение с авторитетным взрослым. Но не все родители хотят конструктивно взаимодействовать со своим ребенком, оказывать ему психологическую поддержку и помощь, участвовать в жизни ребенка, решать его проблемы.

Задача взрослых – помочь ребенку во взаимоотношениях со сверстниками и взрослыми. Младший школьный возраст – оптимальный период наиболее активного обучения социальному поведению, искусству общения между детьми, усвоения коммуникативных, речевых умений, способов разрешения социальных ситуаций.

Бесспорен тот факт, что фундамент личности ребенка закладывается в семье, которая является первой школой воспитания его нравственных чувств, навыков социального поведения. На нравственный облик ребенка влияет вся жизнь семьи, с её повседневными заботами, бытом, семейными устоями. Через семью ребенок приобщается к культуре общества, становится его членом. Опыт общения и взаимоотношений с родителями и близкими взрослыми, приобретенных в семье, в значительной степени определяет характер взаимоотношений ребенка с окружающими людьми и последующей его жизни.

Общению с детьми необходимо постоянно учиться, развивая положительное и устраняя имеющиеся в нем ошибки и недочеты.

Общение с ребенком невозможно свести только к специально организованным занятиям, оно продолжается постоянно. Поэтому важно в реальной жизни реализовывать принципы эффективного общения.

Что такое эффективное общение?

Общение – это прежде всего процесс установления контактов. В ходе этого процесса происходит обмен информацией, ее восприятие и понимание обучающимися, а также взаимное восприятие, понимание и оценка ими друг друга. Именно в общении возникает сопереживание, формируются симпатии и антипатии, характер взаимоотношений, появляются и разрешаются различные противоречия. Только общаясь с другим человеком, мы можем лучше узнать особенности его характера и поведения, достоинства и недостатки. Благодаря общению мы заводим себе друзей, получаем нужную нам информацию, можем совершать совместные дела. Общение сопровождает нас повсюду, ежесекундно взаимодействуя с ребенком, мы общаемся с ним. Например, это происходит, когда детям рассказывают что-либо, помогают разобраться с домашним заданием (словесное, вербальное общение). Но вместе с этим вы обнимаете ребенка, поглаживаете его по головке (невербальное, физическое общение). Таким образом, каждый элемент взаимоотношений с ребенком является элементом общения с ним.

В ходе общения ребенок чувствует и понимает, что его любят и ценят, что он нужен своим близким и друзьям. Вместе с тем ребенок реализует свою потребность в общении и демонстрирует уже имеющиеся у него коммуникативные способности и навыки. Способность к общению определяется некоторыми способностями личности, которые обеспечивают эффективность ее взаимодействия и совместимость с другими людьми.

Три составляющие эффективного общения.

Определим три составляющие эффективного общения:

- мотивационная (Я хочу общаться);
- когнитивная (Я знаю, как общаться);
- поведенческая (Я умею общаться).

Первая составляющая гласит: «Я хочу общаться». Еще ее можно назвать «область желания». Она включает в себя потребность в общении, основанную на желании ребенка вступать в контакт с окружающими. Ведь без такого желания общение в принципе невозможно. Если желание общаться у ребенка отсутствует или недостаточно развито, то ребенок замкнут, стремится большую часть времени провести в одиночестве, наедине с книгами, телевизором или гаджетами, а также он просто может смотреть в окно, как играют другие дети. Недостаточное развитие потребности ребенка в общении может быть связано с физиологическими нарушениями, но чаще всего имеют психологическую основу. Появление у ребенка различного рода психологических проблем связано чаще всего с негативными факторами социальной, а в первую очередь, семейной среды. Данные проблемы могут сформироваться прежде всего в семьях, где часто возникают конфликты, во время развода родителей, если родители находятся в отъезде и ребенка длительное время воспитывают бабушка и дедушка, а также если ребенка

отвергают взрослые или другие дети. Отсутствие потребности в общении может лежать в основе серьезного детского заболевания – раннего детского аутизма.

Вторая составляющая коммуникативных способностей «Я знаю, как общаться». Ее можно назвать – область знаний. Эта составляющая определяется тем, в какой степени ребенок имеет представление о нормах и правилах эффективного общения. Это знание также формируется в ходе взаимодействия со взрослыми, которые своим примером показывают ребенку, как вступать в контакт с другим человеком, как поддержать разговор и завершить его, как разрешить возникающие конфликты. Внутреннее представление ребенка о способах и средствах общения формируются в ежедневном взаимодействии с родителями, воспитателями, учителями, одноклассниками, друзьями. Отсутствие или недостаточность имеющихся представлений, а также неумение воплотить свои знания в реальном общении определяют затруднения, которые могут возникнуть у ребенка при его адаптации в новом школьном коллективе, при установлении и поддержании контакта со сверстниками. Если ребенок конфликтен, агрессивен, замкнут или застенчив, то такой ребенок будет испытывать затруднения при общении.

Третья составляющая способности к общению «Я умею общаться»: умение использовать имеющиеся представления об эффективном общении. Сюда включается умение адресовать сообщение и привлечь внимание собеседника, умение доброжелательно вести беседу и аргументировать свои рассуждения, пусть еще на детском примитивном уровне. Ребенок должен уметь заинтересовать собеседника своим мнением, а также идти на компромиссы и уметь принять другую точку зрения, умение критично относиться к собственному мнению, действиям, высказываниям. Сюда же можно отнести и умение слушать и слышать собеседника, эмоционально сопереживать собеседнику.

Говорить о гармоничном развитии ребенка можно только при наличии у ребенка трех вышеперечисленных составляющих.

3. Упражнение «Принятие чувств».

Описание упражнения: Участники делятся на микрогруппы, каждая из которых получает задание переформулировать неэффективные родительские ответы так, чтобы были приняты чувства ребенка.

Слушать активно – значит улавливать, что ваш ребенок пытается вам сказать на самом деле, что он чувствует на самом деле, и озвучивать эти чувства своими словами, окрашивая свои высказывания пониманием и неподдельной заботой.

1. Ребенок обычно возвращается из школы раньше родителей. Поэтому родители говорят ему: «Как только ты приходишь домой, сразу же делай уборку в своей комнате!».

(Примерный ответ: «Убери в своей комнате до моего возвращения». Не следует требовать выполнения сразу же).

2. Родители говорят своему ребенку: «Забудь о прогулках. Мы разрешим, когда ты будешь нас слушаться».

(Примерный ответ: «Мы переживаем за тебя, поэтому приходи домой вовремя»).

3. Родители говорят своему ребенку: «Не проси денег, ты все равно потратишь их впустую!».

(Примерный ответ: «Разумно тратить деньги, которые дают тебе на карманные расходы. Других денег не будет»).

4. Родители своему ребенку: «Ты опять разбил бокал! Вечно у тебя все из рук валится!».

(Примерный ответ: «Я знаю, что ты не хотел этого. Но надо быть внимательным. Убери все за собой и садись обедать»).

Обсуждение упражнения. Всегда ли Вам удается правильно и спокойно реагировать на подобные ситуации? Как Вы думаете, почему зачастую мы повышаем голос на своих детей?

Вывод:

- любую информацию можно преподнести в позитивном ключе;
- дети, слушая, что им говорят, получают информацию о том, как надо вести себя;
- высказывания, способствующие повышению самооценки ребенка, также формируют у него и чувство ответственности.

4. Упражнение «Решаем вместе».

Описание упражнения: участникам необходимо распределиться на малые группы. Каждой группе будет предложена карточка с описанием ситуации и вариантами ответа. Необходимо выбрать вариант, адекватный ситуации. Поделиться своим опытом выхода из подобных ситуаций.

Ситуация 1. Вы заняты очень важным делом. К вам обращается ребенок и просит поиграть с ним. Ваша реакция?

- не сейчас, видишь, я работаю;
- займись чем-нибудь, возьми бумагу и порисуй;
- я сейчас работаю и не могу играть с тобой, но скоро я освобожусь, и мы обязательно поиграем.

Ситуация 2. Вы заходите в комнату и видите, что ребенок устроил свалку из игрушек. Вы сердитесь. Ваша реакция?

- сколько раз я тебе говорила, как надо играть!
- меня сердит, когда ты не убираешь игрушки на место;
- ты опять устроил свалку из игрушек, ну и неряха!

Ситуация 3. Ребенок приходит с улицы грязный. Ваша реакция?

- вечно ты приходишь с улицы как поросенок;
- посмотри, каким чистым с улицы приходит Миша, а ты?
- меня обижает и сердит, когда ты приходишь домой грязным.

Обсуждение упражнения. В данных ситуациях более эффективной и адекватной реакцией по отношению к ребенку, его поступкам, нашим общением является «Я-выражения» в отличие от «Ты-выражения», которое не унижает и не оскорбляет ребенка.

У ребенка представления о мире еще не сформированы, а жизненный опыт совсем мал. Наша задача – задача взрослых людей – помочь ориентироваться в еще непонятном для него мире, объяснить, что опасно и непозволительно, а что допустимо и даже необходимо для ребенка.

5. *Просмотр видеоролика «Верни себя своему ребенку!».*

<https://www.youtube.com/watch?v=mn07mQvXets&t=3s>

Обсуждение видеоролика.

Какие чувства и мысли возникли у Вас после просмотра видеоролика?

6. *Упражнение «Недетские запреты».*

Описание упражнения.

Определяется один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, – то, что участники чаще всего говорят своим детям. При этом лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет.

После того как выскажутся участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается.

Обсуждение упражнения. Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали свободу? Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро? Какие чувства были у вас, когда Вам предложили встать? Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?

7. *Рефлексия.*

Родителям предлагается завершить фразы:

«С этой минуты я буду...»

«Спасибо...»

«Это занятие для меня...»

«Сегодня я сделал(а) открытие, что...»

Заключение:

Я благодарю участников сегодняшнего занятия. И в заключении хочу прочитать вам цитату Л.Н. Толстого о воспитании наших детей:

«Воспитание представляется сложным делом только до тех пор, пока мы хотим, не воспитывая себя, воспитать своих детей или кого бы то ни было. Если же поймешь, что воспитывать других мы можем только через себя, то упраздняется вопрос о воспитании и остается один вопрос: как надо самому жить!».

Родителям раздаются рекомендации (Приложение).

Рекомендации для родителей.

1. Дайте понять вашему ребенку, что вы его принимаете таким, какой он есть. Старайтесь употреблять такие выражения, как: «Ты самый любимый», «Я тебя люблю любого», «Какое счастье, что ты у нас есть».

2. Помните, что каждое ваше слово, мимика, жесты, интонация, громкость голоса несут ребенку сообщение о его самооценности. Стремитесь создать у вашего ребенка высокую самооценку, подкрепляя это словами: «Я радуюсь твоим успехам», «Ты очень многое можешь».

3. Обратите свое внимание на то, что родители, которые говорят одно, а делают другое, со временем испытывают к себе неуважение со стороны детей.

4. Прежде чем начать общаться с вашим ребенком, постарайтесь занять такое положение, чтобы видеть его глаза. В большинстве случаев вам придется садиться на корточки.

5. В общении с ребенком уделяйте большое внимание невербальному (неречевому) общению. Так, вместо того, чтобы категорически сказать слово «нельзя», попробуйте использовать едва заметный жест, взгляд или мимику.

Сказать, ничего не говоря, – это величайшее искусство воспитания, которое свидетельствует об истинном и глубоком контакте между родителями и детьми. Старайтесь выказывать свое отношение к поведению ребенка без лишних объяснений и нравоучений.

6. Стремитесь проявлять полную заинтересованность к ребенку в процессе общения. Подчеркивайте это кивком, восклицанием. Слушая его, не отвлекайтесь. Сконцентрируйте на нем все внимание. Представляйте ему время для высказывания, не торопите его и не подчеркивайте своим внешним видом, что это уже вам неинтересно.

7. Не говорите своему ребенку того, чего бы вы ему на самом деле не желали. Помните, что многие из тех установок, которые они получают от вас, в дальнейшем определяет их поведение.

8. В общении с детьми помните, что ребенок имеет право голоса в решении какой-либо проблемы. Поэтому старайтесь советоваться с ним, а не принимайте решение только сами.

9. Соблюдайте принципы равенства и сотрудничества с детьми.

10. Не допускайте, чтобы ваш ребенок находился наедине со своими переживаниями. Найдите время и обратитесь к нему: «Я вижу, что тебя что-то беспокоит», «Я вижу, что тебя кто-то огорчил», «Расскажи мне, что с тобой».