муниципальное бюджетное образовательное учреждение Родионово-Несветайского района «Кутейниковская средняя общеобразовательная школа»

номинация «Занятие по профилактике кризисных состояний и суицидального поведения несовершеннолетних»

«ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИЕ ОТНОШЕНИЯ: КАК СОХРАНИТЬ СВЯЗЬ?»

Автор: Долотова Екатерина Владимировна, педагог-психолог

**Пояснительная записка**

**Актуальность:** Статистические данные причин подростковых и детских суицидовсвидетельствуют о том, что более половины суицидентов испытывали трудности во взаимоотношениях с родителями. Отсутствие налаженной коммуникации между родителями и детьми, непонимание причин нежелательного поведения подростка и желание исправить все «военными» способами часто только усугубляют ситуацию и приводят к непоправимым последствиям.

Еще одной из наиболее частых причин подросткового суицида является крушение любовных отношений. Любовные отношения для подростка выступают как компенсация проблематичных взаимоотношений с родителями. Отношения воспринимаются настолько значимыми, что их крушение ощущается как невосполнимая утрата. Суициды на этой почве ситуативны и импульсивны, часто не связаны с осознанным решением лишить себя жизни.

При выявлении причины, способствующих суицидальному поведению всегда обнаруживается целый комплекс факторов. И если одни категории варьируются, то постоянным остается влияние детско-родительских отношений. Ведь именно семья является главнейшим фактором защиты, обеспечивающим надежность и стабильность функционирования личности подростка.

Наиболее «опасным» является возраст от 15 до 17 лет. Этот возрастной диапазон относится к подростковому возрасту. Период нестабильный, характеризующийся большим количеством изменений: физических, гормональных, психологических. Этот «ком» проблем, как лавина обрушивается на еще незрелого человека и может ощущаться как тупик, особенно если добавляются трудности социального характера (трудности во взаимоотношениях со сверстниками, родителями, трудности в учебе).

Поэтому при профилактике детского и подросткового суицида, а так же профилактике развития кризисных состояний большое внимание следует уделять детско-родительским отношениям.

**Цель:** формирование стиля осознанного родительства**.**

**Задачи:**

* информирование об особенностях подросткового возраста;
* анализ детско-родительских отношений;
* способствование осознанию родителями важности и необходимости удовлетворения нефизиологических потребностей детей.

**Целевая аудитория:** занятие ориентировано на родителей подростков. Поскольку нижняя граница подросткового возраста приходится на 10-11 лет, то данное занятие будет интересно родителям обучающихся начиная с 4 по 9 классы, так как верхняя граница подросткового периода обозначена 15 годами.

**Материально-техническое обеспечение и специальное оборудование:** помещение по количеству участников группы, раздаточный материал, мультимедийный проектор, пишущие принадлежности.

**Информация о ведущих, требования к ведущим:** занятие могут вести лица, имеющие педагогическое или психолого-педагогическое образование; обладающие навыком ведения тренинговых занятий; требования к опыту работы не предъявляются.

**Ожидаемые результаты:** при достижении целей и задач данного занятия мы сможем наблюдать гармонизацию детско-родительских отношений, более осознанный выбор методов и способов коррекции поведения, налаживание межличностного контакта и как следствие снижение рисков развития кризисных состояний у подростков и суицидального поведения.

**Этапы подготовки и проведения занятия:**

**Подготовительный:** анализ актуальной ситуации, изучение литературы и интернет - ресурсов, подбор заданий, разработка сценария, разработка и тиражирование рабочей тетради участника, определение формы подведения итогов, механизма оценки эффективности.

**Основной:** проведение занятия в соответствии со сценарием.

**Заключительный:** оценка и анализ занятия по полученным анкетам «Обратной связи».

Ро

**Сценарий занятия**

**Ведущий:** Здравствуйте, уважаемые родители. Я рада приветствовать вас на занятии, которое посвящено непростому периоду в жизни ребенка и родителя - подростковому возрасту. Сегодня мы поговорим об особенностях этого возрастного этапа, обсудим потребности и их влияние на поведение детей.

Каждый возраст хорош по-своему. И в то же время, в каждом возрасте есть свои особенности, есть свои сложности. Не исключением является и подростковый возраст.

**Подростковый возраст**понимают как особый период онтогенетического развития человека, своеобразие которого заключается в его промежуточном положении между детством и зрелостью. Он охватывает период жизни достаточно длительный. **Его начало приходится на 11-12 лет, а заканчивается  по-разному: от 15 до 17-18 лет.**

**Эльконин Д.Б.,** называет подростковым возрастом период 11-17 лет,**основываясь на критерии смен ведущих форм деятельности**. Но подразделяет его на два этапа: средний школьный возраст (11-15 лет), когда ведущей деятельностью является общение, и старший школьный возраст (15-17 лет), когда ведущей становится учебно-профессиональная деятельность.

**Границы подросткового возраста** не устанавливаются четко, у каждого подростка они**индивидуальны**. В этот период подросток проходит великий путь в своем развитии: через внутренние конфликты с самим собой и с другими, через внешние срывы и восхождения он может обрести чувство личности. **В данном возрастном периоде у ребенка закладываются основы сознательного поведения, вырисовывается общая направленность в формировании нравственных представлений и социальных установок.**

Особенности развития познавательных способностей подростка часто служат причиной трудностей в школьном обучении: неуспеваемость, неадекватное поведение. Успешность обучения во многом зависит от мотивации обучения, от того личностного смысла, которое имеет обучение для подростка. Основное условие всякого обучения – наличие стремления к приобретению знаний и измерению себя и обучающегося. Но в реальной школьной жизни приходится сталкиваться с ситуацией, когда подросток не имеет потребности в обучении и даже активно противодействует обучению.

Знание особенностей познавательной сферы подростка очень важно, потому что при обучении воспитании эти особенности нужно обязательно учитывать.

**Ведущие позиции начинают занимать общественно-полезная деятельность и интимно-личностное общение со сверстниками.** Именно в подростковом возрасте появляются новые мотивы учения, связанные с идеалом, профессиональными намерениями. Учение приобретает для многих подростков личностный смысл.

**Содержанием психического развития подростка становится развитие его самосознания.**Одной из важнейших черт, характеризующих личность подростка, является появление устойчивости самооценки и образа «Я». Важным содержанием самосознания подростка является образ его физического «Я» – представление о своем телесном облике, сравнение и оценка себя с точки зрения эталонов «мужественности» и «женственности». Особенности физического развития могут быть причиной снижения у подростков самооценки и самоуважения, приводить к страху плохой оценки окружающими. Недостатки внешности (реальные или мнимые) могут переживаться очень болезненно вплоть до полного непринятия себя, устойчивого чувства неполноценности.

**Подростку присуща сильная потребность в общении со сверстниками.** Ведущим мотивом поведения подростка является стремление найти свое место среди сверстников. Отсутствие такой возможности очень часто приводит к социальной неадаптированности и правонарушениям. Оценки товарищей начинают приобретать большее значение, чем оценки учителей и взрослых. Подросток максимально подтвержден влиянию группы, ее ценностей; у него возникает большое беспокойство, если подвергается опасности его популярность среди сверстников.

Пытаясь утвердиться в новой социальной позиции, подросток старается выйти за рамки ученических дел в другую сферу, имеющую социальную значимость.

Подростки чаще начинают опираться на мнение своих сверстников. Если у младших школьников повышенная тревожность возникает при контактах с незнакомыми взрослыми, то у подростков напряженность и тревога выше в отношениях с родителями и сверстниками. Стремление жить по своим идеалам, выработка этих образцов поведения может приводить к столкновениям взглядов на жизнь подростков и их родителей, создавать конфликтные ситуации. В связи с бурным биологическим развитием и стремлением к самостоятельности у подростков возникают трудности и во взаимоотношениях со сверстниками.

Упрямство, негативизм, обидчивость и агрессивность подростков являются чаще всего эмоциональными реакциями на неуверенность в себе.

Ситуация развития подростка (биологические, психические, личностно-характерологические особенности подростка) предполагает кризисы, конфликты, трудности адаптации к социальной среде. Подросток, не сумевший благополучно преодолеть новый этап становления своего психо-социального развития, отклонившийся в своем развитии и поведении от общепринятой нормы, получает статус «трудного». В первую очередь это относится к подросткам с асоциальным поведением.

**Факторами риска здесь являются:** физическая ослабленность, особенности развития характера, отсутствие коммуникативных навыков, эмоциональная незрелость, неблагоприятное внешне-социальное окружение. У подростков появляются специфические поведенческие реакции, которые составляют специфический подростковый комплекс: - реакция эмансипации, которая представляет собой тип поведения, посредством которого подросток старается высвободиться из-под опеки взрослых.

Из вышесказанного следует, что **подростковый период – время активного формирования личности**, преломления социального опыта через собственную активную деятельность индивида по преобразованию своей личности, становление своего «Я». Центральным новообразованием личности подростка, в этот период, является формирование чувств взрослости, развитие самосознания.

Подростковый возраст многие ученые определяют как «второе рождение». Рождение социальной личности, готовой вступить во взрослую жизнь. Подростковый период - период кризисов. В этом возрасте решается глобальное количество вопросов: кризис идентичности, кризис авторитетов, страх одиночества, принятие новых социальных ролей, гормональный диссонанс. Одной из самых важных потребностей переходного возраста становиться потребность в освобождении от контроля и опеки родителей, а также от установленных ими правил и порядков.

Детско-родительские отношения в подростковом возрасте обусловлены психологическими особенностями самих подростков: стремлением к освобождению от опеки и контроля со стороны взрослых, стремлением к самоутверждения в коллективе сверстников, потребностью в самостоятельности.

Подростковый период - непростой даже по физическим причинам. У подростка увеличивается тело, перестраивается работа многих органов. Бывает период быстрого роста, когда ребенок за год вырастает на 20 - 30 сантиметров. Это может сопровождаться астеническими состояниями - быстро устает, упадок сил. Начинается бурная гормональная жизнь, и на первых порах это все очень нестабильно. От этого бывают перепады настроения.

К сожалению, ссор и конфликтов не избежать - они и должны быть, иначе как ребенок научится отстаивать свое мнение и почувствует себя отдельной от родителей личностью? Хорошо если у ребенка будет какой-то другой взрослый, с которым можно обсудить спорные вопросы, старший друг или родственник. Если сказать маме с папой, что ты не хочешь поступать в вуз, а хочешь стать музыкантом, у них будет инфаркт. А вот с другим человеком можно серьезно обсудить все плюсы и минусы.

Чем больше мы стараемся оградить детей от мира, обезопасить их, тем больше это начинает пожирать их изнутри. Какие-то вещи ребенок должен осознать и попробовать сам. Наша задача — оставлять канал общения открытым, чтобы он знал: если ему станет тяжело или он ошибется и ему нужна будет помощь, можно прийти к нам.

А если семейная война уже разразилась? Вы понимаете, что, наверное, уже поздно налаживать отношения — но ведь надо что-то делать… Никогда не поздно. Дети на самом деле очень этого ждут. Главное — важно убрать из своего лексикона такие слова, как «бороться», «пробиться», «добиться», всю эту военную лексику.

Необходимо остановиться и просто вспомнить, что он все равно ваш ребенок. Ему по-прежнему важно, чтобы его любили таким, какой он есть. Ему важно, что хоть кто-то был на его стороне. Дети очень благодарно на это отзываются. Не нужно засыпать их подарками — им важнее, чтобы мы дали им понять, что этот канал открыт, что связь между родителем и подростком прочна и надежна.

**Упражнение «Дети – цветы жизни»**

Цель: настрой на работу, осознание степени близости со своим ребенком и включенность в его жизнь, знание сильных и слабых сторон и особенностей личности подростка.

Инструкция: «Сейчас вам необходимо закрыть глаза и представить своего ребенка. Если детей в семье несколько, то подумайте о том чаде, в классе которого вы сейчас находитесь. Вспомните его особенности. Представили? Теперь откройте глаза и в своей рабочей тетради найдите изображение цветка. В сердцевине напишите имя ребенка, на лепестках его достоинства, а на листьях его увлечения, хобби, интересы.».

Рефлексия:

- Испытали ли вы трудности при выполнении задания?

- Какие эмоции испытали?

**Ведущий:** Если мы сейчас сравним любые два цветка. Как думаете, их наполнение будет одинаковым?

Действительно очень трудно найти одинаковые, даже если описывать детей из одной семьи. Поэтому мы делаем вывод, что каждый ребенок уникальный и неповторимый. Каждый имеет свой индивидуальный набор качеств и споосбностей, которые пытается реализовать в жизни. Родители часто сокрушаются «Вот Петя учится на пятерки, а ты…». А все потому что «Петя» другой и увлечения у него другие, и цели, и ценности, да все другое. Ваш ребенок не «Петя», как бы вам этого не хотелось. Вот такой достался «Саша» и он другой, но не менее удивительный и прекрасный.

Это упражнение так же демонстрирует каждому из вас степень вашей близости с ребенком. Чем легче вам было справиться с заданием, тем сильнее ваша связь с ребенком, тем больше вы включены в его жизнь. Каждый из вас сейчас осознал прочность контакта со своим ребенком. И вот эта ниточка, эта связь помогает преодолевать вам многие трудности. Знание особенностей вашего ребенка помогает сгладить многие острые углы, обеспечивает ваш уровень взаимопонимания.

В повседневной насыщенной жизни, мы порой не замечаем то положительное, которое имеем, фокусируя внимание на тех проблемах и трудностях с которыми сталкиваемся. А ведь ваши дети – это самое удивительное, что могло с вами случиться. Порой в суете дней, мы забываем, насколько уникальными чертами они обладают.

Я не случайно попросила вас написать увлечения и интересы вашего ребенка. Кто справился с этой задачей? Легко ли было? *(выслушиваем ответы родителей).*

Увлечения и хобби - это довольно заметное жизненное явление: мы можем их увидеть (спорт), услышать (музыка), потрогать (рисунок, поделки) и др. А как часто вы задумываетесь о потребностях вашего ребенка? Не о физиологических потребностях (тепло или холодно, сытно или голодно), а о потребностях другого порядка. О потребности в одобрении и принятии, о потребности в безопасности и защите… Как вы думаете, есть ли потребности у детей, кроме физиологических?

**Обсуждение и демонстрация Пирамиды Маслоу.**

**Упражнение-диагностика «Дом».**

**Цель:** анализ родителем семейной ситуации

**Ведущий:** В детско-родительских отношениях имеет значение одна очень интересная тема: «Потребности».

От степени удовлетворения потребностей зависит практически все – и здоровье и настроение и уверенность человека в себе и способность любить, уважать и даже успешность ребенка в жизни. От степени удовлетворения потребностей ребенка зависит прочность связи с родителями.

Сейчас мы более детально исследуем эту тему, чтобы понять, какие потребности для ребенка остаются наиболее актуальными и в какой степени они выражены. Вам это в свою очередь поможет скорректировать ваш стиль воспитания и понять, в чем нуждается ваш ребенок больше всего.

Инструкция: «В своей рабочей тетради откройте страницу под названием «Упражнение-диагностика «Дом».

Сейчас вам необходимо подумать и отметить на шкалах степень удовлетворения потребностей ребенка в своей семье,где 0 – самый низкий уровень, 10- самый высокий.

*(на слайде представлена расшифровка потребностей, психолог обращает внимание родителей на характеристику каждой потребности).*

**|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----| Физиологические потребности**

0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 (100%)

**|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----| Безопасность**

**0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10** (100%)

**|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----| Потребность в любви и**

**0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10** (100%) **принадлежности**

**|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----| Уважение**

**0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10** (100%)

**|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----|-----| Самоактуализация**

**0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10** (100%)

После заполнения подумайте о том, чего хочется от отношений с детьми, о том, какими вы хотите видеть отношения сейчас, о стабильности, о вашем спокойствии, об уверенности в себе как в хорошем родителе. И возьмите для сравнения метафору дома, образ дома: фундамент, стены, крыша. Если имеются сложности в представлении дома, я могу вам помочь в этом *(на слайде демонстрируется картинка дома).*

Дом должен быть полноценным: крепкий фундамент, ровные стены, надежная крыша. Не берите во внимание место расположения дома и внутреннюю отделку. Важна лишь геометрия дома, его чертеж, внешний вид.

**Вопросы.** С чем ассоциируется у вас образ дома? Какие мысли, ассоциации приходят к вам, когда вы смотрите на эту фотографию полноценного дома?

*Ассоциации****:*** *тепло, радость, позитив, защита, прочность, твердость, надежность, устойчивость, основательность, безопасность, комфорт, уют, уверенность.*

Так вот эту метафору, мы сейчас применим к вашим детско-родительским отношениям и посмотрим, на сколько прочным является ваш дом.

Для этого вам необходимо перенести ваши значения по каждой отдельной шкале на предложенную схему и соединить точки прямыми линиями. Посмотрите, что получилось.

**Анализ состояния дома и «западающих» зон.**

На нашем занятии мы говорили о пирамиде потребностей. И вы помните, что по мере удовлетворения низлежащих потребностей, все более актуальными становятся потребности более высокого уровня, т.е. пирамида строится снизу вверх. И наш дом строится снизу вверх.

**Фундамент:** физиологические потребности и безопасность

Фундамент является основой для дома. По сути, от него зависит прочность и устойчивость вашего дома. Посмотрите, на каком значении они находятся? И если не на 10-ке, то поставьте стрелочку вбок – это направление развития.

**Стены:** любовь и уважение. Если с фундаментом все в порядке, а стены шаткие, то хорошей крыши не получится. Обозначьте стрелками направления развития.

**Крыша:** Самоактуализация. От крыши зависит безопасность и уют в доме. Осадки падают сверху и от того, на сколько прочная крыша, зависит сколько дом простоит. Если крыша плоская, то на ней будут постоянно задерживаться осадки, а это значит, что она может протечь, если она протекает, тогда это отражается на состоянии всего дома. И наоборот, если крыша прочная, то это добавляет устойчивости и защищенности всему дому.

**Вопросы.** С чем ассоциируется у вас «реальная конструкция», которая сейчас перед вами? Какие мысли и ассоциации приходят к вам, когда вы смотрите на ваше итоговое изображение? Одинаковы ли ощущения и ассоциации в первом (когда вы смотрели на фотографию дома) и во втором случае, или противоположны?

Скорее всего аналогичные ощущения испытывает в вашей семье ваш ребенок. В силу возраста, он не может выразить их корректно, словами. Но зато он их выражает своим поведением!

**Вывод.** Пока не укреплен фундамент – нет смысла строить стены. А пока не возведены стены – нет смысла ставить крышу. Мы помним, что образ дома символизирует прочность ваших детско-родительских отношений. Оцените ваши зоны развития. Укрепив дом, вы укрепите отношения с ребенком.

**Упражнение «Родительская копилка»**

**Цель:** рефлексия проведенного занятия.

**Ведущий:** В ходе сегодняшнего нашего занятия мы разобрали очень важную тему удовлетворения потребностей. Сейчас самое время подвести итоги, проанализировать полученную информацию и положить ее в свою родительскую копилку. Эти знания помогут вам лучше понимать своего ребенка, а ребенку почувствовать себя нужным и значимым.

**Инструкция: «**Необходимо в своей рабочей тетради на листе с изображением копилки написать о том, какие знания, опыт вы приобрели. Что вы положите в свою родительскую копилку?»

Обсуждение.

Давайте вместе сформулируем основные выводы сегодняшнего дня. (*в группе происходит обсуждение, в ходе которого психолог подводит родителей к основным выводам занятия)*

**Выводы:**

Подростковый период является очень ответственным, потому что он зачастую определяет дальнейшую жизнь человека. Утверждение независимости, формирование личности, выработка планов на будущее  – все это формируется именно в этом возрасте.

Поведение играет важную роль – помогает ребенку удовлетворить лежащую за ним потребность, и именно это ускользает от нас, когда мы пытаемся призвать ребенка к дисциплине. Если мы задумаемся о том, что же стоит за поведением ребенка, все изменится. Мы сможем воспитывать и направлять детей намного эффективнее.

**Ведущий:** Сколько бы ни вращалась наша планета, есть один вечный вопрос «Родители и дети». Меняются наши условия жизни, ценности, цели, но неизменным остается одно – желание родителей сделать детей счастливыми. Стиль и темп современности порой оставляет нам очень мало времени для общения с близкими и важными нам людьми. Пусть проведенное время будет качественным, приносящим удовольствие и радость. Я желаю всем присутствующим на нашем занятии сохранить и укрепить вашу связь с ребенком.

**Домашнее задание:** Выполните методику «Дом» с вашим ребенком. Результаты могут совпадать по значению, могут отличаться. Но главное, обращать внимание на западание частей дома на обоих рисунках. Именно на этих частях необходимо сделать акцент по выравниванию дома, выявляя заблуждения или неоправданные ожидания обоих членов семьи.

*В завершении занятия участникам предлагается заполнить анкеты обратной связи, для оценки эффективности.*

**Список литературы**

*1. Выготский Л. С. Педология подростка // Собр. соч. в 6-ти т. Т. Детская психология / Под ред Д. Б. Эльконина. М.: Педагогика 1984. 132с.*

*2. Петровский А. В., Ярошевский М. Г. «Психология», Москва, 2000г.*

*3. Эльконин Д.Б. К проблеме периодизации психического развития в детском возрасте// Вопросы психологии, 1971, № 4. 6с.*