

**Рабочий лист для родительского собрания:
«Гармоничные отношения: миф или реальность?»**

Цель: изменение неадекватности родительских позиций.

Задачи:

- гармонизация стиля воспитания.
- расширение осознанности мотивов воспитания в семье.
- оптимизация форм родительского воздействия в процессе воспитания детей.

Задание 1 - Тест «Каков я в общении?»

(Д) 1 4 7 10 13 16 19

(В) 2 5 8 11 14 17 20

(Р) 3 6 9 12 15 18 21

Задание 2 - переформулировать неэффективные родительские ответы так, чтобы были приняты чувства ребенка.

- «Не смей его бить! Это же твой брат!» _____
- «Не бойся. Собака тебя не тронет» _____
- «Улыбнись. Все не так плохо, как тебе кажется» _____
- «Подумаешь — укол! Даже малыш не боится, а ты...» _____

Задание 3 - «Знаю ли я своего ребенка»

Вот примерный перечень вопросов:

- Мое любимое животное. Мое нелюбимое животное. _____
- Мой любимый цвет. Мой нелюбимый цвет. _____
- Моя любимая сказка. Сказка, которая мне не нравится. _____
- Если бы у меня была фантастическая возможность стать кем-то на один день, то я бы стал... _____
- Доброго волшебника я попросил бы о... _____
- В какого животного превратил бы волшебник меня самого _____

«Ступенчатая система установления запрета» по методу Х. Джайнотта:

1. Признать, что некое желание вполне может возникнуть у ребенка («Я понимаю, что тебе хочется...»).
2. Четко определить запрет на какое-либо действие («Но я не могу позволить тебе это делать сейчас, так как...»).
3. Указать, каким образом ребенок может осуществить свое желание.
4. Помочь ребенку выразить свое законное недовольство («Конечно, тебе это не нравится...»).

Задание 4 - заменить в приведенных выше высказываниях слова «должен», «обязан» на «хочу».

- Я должен присматривать за тем, чтобы мой ребенок нормально развивался и вел себя вполне определенным образом.
- Я обязан руководить моим ребенком, а он — следовать моим указаниям.
- Я обязан заботиться о ребенке. В конце концов, он не виноват, что появился на свет.
- Если мой ребенок попадет в беду, я должен вызволить его из этой беды.
- Я должен жертвовать ради него всем, ибо его потребности важнее моих.
- Я должен быть начеку по отношению ко всем опасным ситуациям и защищать от них ребенка, обеспечивая его безопасность.
- Это моя обязанность — оберегать моего ребенка от страданий, неприятностей, ошибок и неудач.

Передача ребенку ответственности!

1. Спокойная обстановка. Готовность к диалогу с обеих сторон.
2. Не заниматься попутно каким-либо другим делом.
3. Заранее подготовить высказывание.
4. Исключить из него оценки («плохо себя ведешь», «лентяй») и обобщения («никогда», «всегда», «вечно»).
5. Говорить о конкретных действиях.
6. Говорить о своих чувствах, мыслях, желаниях, чаще используя «я», чем «ты».
7. Заверить ребенка в своем дружеском участии в его делах.
8. Не превращать все в нудную, долгую нотацию.

9. Следить за реакцией ребенка.

10. Завершить дружеским физическим контактом (обнять, поцеловать, похлопать по плечу и т.п.).

Задание 5 - составить список способов позаботиться о себе и с пользой провести время:

1

2

3

4

5

6

Дома: нарисовать рисунок семьи!

Памятка родителю от ребенка.

- Не полагайтесь на применение силы в отношении со мной. Это приучит меня к тому, что считаться нужно только с силой.
- Не давайте обещаний, которых вы не можете выполнить, это может поколебать мою веру в вас.
- Не заставляйте чувствовать себя младше: чем я есть на самом деле. Я отыграюсь на вас за это: став плаксой и нытиком.
- Не делайте для меня и за меня того, что я в состоянии сделать за себя сам, а то у меня войдет в привычку использовать вас в качестве прислуги.
- Не поправляйте меня в присутствии посторонних людей. Я обращаю гораздо большее внимание на ваше замечание, если вы скажете мне все спокойно с глазу на глаз.
- Не пытайтесь мне читать наставления и нотации. Вы будете удивлены, узнав, как великолепно я знаю, что такое хорошо и что такое плохо.
- Не заставляйте меня чувствовать, что мои проступки - смертный грех. Я должен научиться не бояться делать ошибки, чтобы не ощущать, что я ни на что не годен.
- Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня. Если вы будете это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
- Не требуйте от меня объяснений, зачем я это сделал, Я иногда и сам не знаю, почему поступаю так или иначе (Лучше спросить «Что ты сделал?», чем «Зачем?»).
- Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю откровенные вопросы. Если вы не будете на них отвечать, вы увидите, я перестану задавать вам вопросы вообще и буду искать информацию где-то на стороне.
- Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение тщетности попыток сравняться с вами.
- Не беспокойтесь, что мы проводим вместе слишком мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.
- Пусть мои страхи и опасения не вызывают у вас беспокойства. Иначе я буду бояться еще больше. Покажите мне, что такое мужество.
- Не забывайте то, что я не могу успешно развиваться без понимания и ободрения.
- Запомните, что меня больше учит не критика, а примеры для подражания.
- Кроме того, помните, что я вас люблю, и, пожалуйста, не стесняйтесь говорить мне о своей любви ко мне.
- Не будьте непоследовательными. Это сбивает меня с толку и заставляет упорнее пытаться во всех случаях оставить последнее слово за собой.
- Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание действовать с вами заодно пропадает. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги позднее.
- Не подвергайте слишком большому испытанию мою честность. Когда я запуган, я легко превращаюсь в лжеца.
- Не отвечайте на глупые и бессмысленные вопросы. Если вы будете это делать, то вы вскоре обнаружите, что я просто хочу, чтобы вы постоянно мною занимались.