

Методическая разработка родительского собрания

Автор методической разработки: Шейко Наталья Викторовна, педагог-психолог БОУГ. Омска «Гимназия № 76»

Тема методической разработки: «Подросток и родитель. Как не потерять контакт»

Форма проведения занятия: родительское собрание

Место проведения: классный кабинет

Целевая группа: родители восьмиклассников, девятиклассников

Цель занятия: оказание помощи родителям в поддержке подростков и профилактике суицидального поведения.

Задачи:

1. создать положительный эмоциональный настрой родителей;
2. помочь родителям проанализировать детско-родительские отношения;
3. повысить компетентность родителей об особенностях подросткового возраста и условиях развития суицидального поведения детей;
4. сформировать представление о факторах, препятствующих возникновению суицидального поведения у подростков.

Планируемые результаты:

В результате групповой работы родители:

1. повысят компетентность об особенностях подросткового возраста;
2. найдут эффективные способы взаимодействия с ребенком, препятствующие осуществлению суицидальных намерений;
3. смогут оказать помощь при развитии суицидального поведения.

Регламент работы и формы организации деятельности родителей: родительское собрание предполагает обсуждение особенностей подросткового возраста и трудностей с которыми сталкиваются подростки в этот период (развитие суицидального поведения), антисуицидальных факторов. Деятельность родителей организована через групповую форму работы, мини-лекцию, экспресс-диагностику, мозговой штурм, дискуссию. Результатом

мероприятия будут даны рекомендации родителям в поддержке детей в период подросткового возраста.

Время проведения родительского собрания – 55мин.

Ресурсы для проведения занятия:

Приложение 1. Экспресс-диагностика «Анализ детско-родительских отношений».

Приложение 2. Рекомендации родителям.

Приложение 3. Презентация «Подростки и родители. Как не потерять контакт».

Сценарный план

1. Приветствие (5 минут)

Цель: создать эмоциональный настрой родителей.

Вступительное слово педагога: «Здравствуйте, уважаемые родители! На повестке дня у нас серьезный и распространенный на сегодняшний день вопрос. Ваши дети стали подростками, которые нуждаются в особом понимании, заботе и любящем отношении родителей. Дети сталкиваются с разнообразными трудностями, кризисом и нам необходимо понимать, что с этим делать. Главная цель родительского собрания – совместный поиск эффективных способов взаимодействия с ребенком в период подросткового кризиса, которые будут препятствовать развитию суицидального поведения».

2. Мотивационный этап (5 минут)

Цель: помочь родителям проанализировать детско-родительские отношения.

Экспресс-диагностика. Родители принимают участие в экспресс-диагностике. (Приложение 1. Экспресс-диагностика «Анализ детско-родительских отношений»[4]).

Если на все вопросы вы ответили "ДА", значит, вы находитесь на верном родительском пути, держите ситуацию под контролем и сможете в трудную минуту прийти на помощь своему ребёнку. А если у вас большинство "НЕТ", то

необходимо *немедленно* измениться, повернуться лицом к своему ребёнку, услышать его, пока не случилась беда!

3. **Постановка проблемы (15 минут)**

Цель: повысить компетентность родителей об особенностях подросткового возраста и условиях развития суицидального поведения детей.

Мини-лекция. Выступление педагога-психолога «Особенности подросткового возраста».

Подростковый возраст – это период в развитии человека между детством и взрослостью, сопровождающийся критическим переходом в становлении человека (с 12-17 лет). Характеризуется этот период физическим изменением, половым созреванием и психическим развитием. Психологические особенности подросткового возраста:

1. Ведущей потребностью в этом возрасте является потребность в самоутверждении.

2. Для подросткового возраста характерна реакция группирования. Для каждого подростка важно входить в какую-либо значимую группу, быть принятым в нее, считаться своим.

3. Для подростков характерен интерес к проблеме смысла жизни, они осмысливают собственную роль и место в этой жизни.

4. У подростка формируется собственная система ценностей, происходит их структурирование. Чтобы сформировать собственную систему ценностей подростку надо от чего-то оттолкнуться и этим чем-то оказываются требования и ценности, транслируемые или навязываемые взрослыми.

5. Подростковый возраст является уязвимым с точки зрения переживания трудных ситуаций: мир в восприятии подростка предстает «черно-белым» — он категоричен, не видит «полутонов», проблемы и трудности гипертрофируются, кажутся неразрешимыми.

Нередко на фоне всех новообразований у подростка с родителями случаются недопонимания, могут нарушаться взаимоотношения и увеличиваться число конфликтов. Родители зачастую думают, что они правы

всегда и это делает их нетерпимыми, чаще всего они не могут без оценок, без суждения и нравоучения просто любить и поддерживать ребенка. Чаще всего в тех семьях, где в основном используется авторитарный стиль воспитания, где все нормы и правила обязательны к выполнению, может случиться непоправимая ситуация, чаще суицидальные попытки. В таких семьях можно часто услышать: «Я не хочу ничего слышать. Ты должен это сделать. Хватит меня позорить перед соседями». Воспитание больше похоже на указания начальника, которому нужно немедленное исполнение и ему совсем не интересен внутренний мир сотрудника.

Можно отметить, что не только нарушенные отношения с родителями могут влиять на развитие ребенка в подростковый период, но и вовлеченность в Интернет-пространство. Современные российские подростки проводят в среднем 3 часа в день за компьютером. Чаще всего, родители не знают, чем их дети занимаются, сидя перед монитором, какие ресурсы они посещают в Интернете. Если ребенок все свободное время проводит в Сети, избегает живого общения, то стоит обратить на это внимание и срочно принять меры. Сегодняшние самоубийцы – первое поколение детей, выросшее на виртуальном общении. Психологи зачастую называют их «потерянным поколением»: многие дети практически лишены родительского внимания – взрослые заняты зарабатыванием денег.

Согласно отчету Всемирной организации здравоохранения о состоянии здоровья подростков в разных странах, чаще всего дети сталкиваются с ситуациями, которые не могут самостоятельно преодолеть и могут впасть в депрессию, а также совершают суицидальные попытки.

Понятие суицид обозначает сознательный акт ухода из жизни под воздействием острой психотравмирующей ситуации, сопровождающейся потерей смысла жизни. Люди, которые совершают суицид, чаще всего страдают от непереносимой душевной боли и находятся в постоянном состоянии стресса, переживая о своей беспомощности и безысходности ситуации. Суицидальное поведение более широкое понятие, которое включает в

себя не только сам суицид, но и суицидальные покушения, попытки и проявления, мысли, разговоры.

Психологическим смыслом подросткового и детского суицидального поведения является «крик» о помощи, ребенок не может справиться с эмоциональным напряжением, и боится обратиться к своему ближайшему социальному окружению (семье, одноклассникам, друзьям).

Ситуации-мотивы суицидального поведения[5]

1. Чаще всего переживание обиды и одиночества, собственной ненужности, отчужденности и непонимания (меня никто не понимает).

2. Действительная или мнимая утрата любви родителей, неразделенное чувство (чаще всего подростковая любовь) и ревность.

3. Переживания, связанные со сложной обстановкой в семье, со смертью, разводом или уходом родителей из семьи.

4. Чувства вины, стыда, оскорбленного самолюбия, самообвинения.

5. Боязнь позора, насмешек или унижения.

6. Страх наказания или последствий неудачных действий (например, страх неуспешно сдать экзамены).

7. Чувство мести, злобы, протеста, угроза или вымогательство.

8. Желание привлечь к себе внимание, вызвать сочувствие, избежать неприятных последствий, уйти от трудной ситуации, повлиять на другого человека.

9. Сочувствие или подражание своим друзьям (за компанию).

10. Нереализованные потребности в самоутверждении, низкая самооценка.

4. **Решение проблемы (20 минут)**

Цель: сформировать представление о факторах, препятствующих возникновению суицидального поведения у подростков.

«Мозговой штурм». Все участники родительского собрания делятся на группы (4-5 человек в группе). Участники в каждой группе по очереди называют факторы препятствующие возникновению суицидального поведения

у подростков. Им необходимо записать все варианты ответов на листе бумаге. На обсуждение в группах дается 10 минут, необходимо определиться, кто будет записывать идеи, а кто будет выступать от группы. Работа регламентирована по времени: по часовой стрелке каждый сидящий участник за столом по очереди высказывается, ему дается 30 секунд, педагог запускает таймер и сообщает участникам, что по сигналу слово переходит следующему участнику.

Дискуссия. После обсуждения вопроса в группе каждая по очереди высказывает свои предложения. Участники не должны повторяться. Остальные группы слушают, задают вопросы или делятся своим опытом в данной проблеме. Учитель (или педагог-психолог) дает рекомендации в случае, если родители испытывают затруднения или дополняет список.

Антисуицидальные факторы личности [6]

Антисуицидальные факторы личности – это сформированные положительные жизненные установки, жизненная позиция, комплекс личностных факторов и психологические особенности человека, а также душевные переживания, препятствующие осуществлению суицидальных намерений.

- эмоциональная привязанность к значимым родным и близким (родителям);
- выраженное чувство долга;
- забота о собственном здоровье, боязнь причинения себе физического ущерба;
- учет общественного мнения и избегание осуждения со стороны окружающих, представления о позорности самоубийства и неприятие (осуждение) суицидальных моделей поведения;
- наличие жизненных, творческих, семейных и других планов;
- наличие духовных, нравственных и эстетических критериев в мышлении;

- психологическая гибкость и адаптированность, умение компенсировать негативные личные переживания, использовать методы снятия психической напряженности;

- наличие актуальных жизненных ценностей, целей;
- проявление интереса к жизни, активная жизненная позиция;
- уровень религиозности и боязнь греха самоубийства;
- планирование своего ближайшего будущего и перспектив жизни;
- негативная проекция своего внешнего вида после самоубийства.

Необходимо формировать в ребенке как можно больше жизнеутверждающих факторов, так как чем больше будет сформировано жизнеустойчивых факторов, чем сильнее «психологическая защита» и внутренняя уверенность в себе, тем прочнее его антисуицидальный барьер.

5. Рефлексия (10 минут)

Цель: закрепить полученные знания.

Обсуждение. Принятие решений. Итог подводится педагогом. Обобщение всех предложений родителей. Принятие решений. Родителям предлагается, передавая мяч друг другу отвечать на вопросы: «Что понравилось/не понравилось? Что я буду делать уже завтра в отношении ребенка по укреплению детско-родительских отношениях, развитию у него жизнеустойчивых навыков?»

Заключение

Подростковый период предполагает ряд новообразований детей, связанный с физическими, гормональными и психологическими изменениями. В особый период подростки стараются быстро повзрослеть, оставаясь при этом детьми, которые нуждаются в понимании и любви взрослых их родителей. Родители, принимая взрослость детей, часто остаются в замешательстве и стараются отдалиться и предоставить возможность самим решать задачи, с которыми порой ребенку сложно справиться. Тем самым повышается риск потерять контакт с ребенком.

Поддержка родителей для подростков имеет огромную значимость не только в решении трудных задач, но и в развитии их личности. Семья является первоисточником развития ребенка и на основе ее модели ребенок принимает себя и мир. Главной целью работы с родителями – это предоставить возможность понять, что сформированные позитивные жизненные установки ребенка и комплекс личностных факторов (включая психологические особенности) препятствуют развитию суицидального поведения.

Материально-технические условия проведения мероприятия:

1. Кабинет, подготовленный для работы в группах (расстановка столов на 5 групп по 4-5 человек).
2. Мультимедиа для представления презентации.
3. Рекомендации для родителей.
4. Листы, ручки для выполнения заданий.

Приложения:

Приложение 1. Экспресс-диагностика «Анализ детско-родительских отношений»

1. Рождение вашего ребёнка было желанным?
2. Вы с ним каждый вечер разговариваете по душам и обсуждаете прожитый им день?
3. Раз в неделю проводите с ним досуг (кино, концерт, театр, посещение родственников, поход на лыжах и т.д.)?
4. Вы обсуждаете с ним создавшиеся семейные проблемы, ситуации, планы?
5. Вы обсуждаете с ним его имидж, моду, манеру одеваться?
6. Вы знаете его друзей (чем они занимаются, где живут)?
7. Вы в курсе о его времяпровождении, хобби, занятиях?
8. Вы в курсе его влюблённости, симпатиях?
9. Вы знаете о его недругах, недоброжелателях, врагах?
10. Вы знаете, какой его любимый предмет в школе?

11. Вы знаете кто у него любимый (нелюбимый) учитель в школе?
12. Вы первым идёте на примирение, разговор?
13. Вам удастся бесконфликтно взаимодействовать с ребенком?

Приложение 2. Рекомендации для родителей

Рекомендации для родителей

1. Сохраняйте в семье атмосферу открытости и доверия;
2. Старайтесь сохранять в доме благоприятную, эмоциональную обстановку (меньше ругайтесь и конфликтуйте с супругом(ой) и ребенком);
3. Будьте внимательны к своему ребенку. Не оставляйте без внимания изменения настроения и поведения подростков. Поговорите с ребенком, покажите, что он вам не безразличен. Без эмоционального тепла и поддержке ребенок чувствует себя беззащитным и беспомощным.
4. Важнейшей функцией родителей в подростковом возрасте является помощь ребенку в решении сложных жизненных проблем, объяснение, информирование, содействие в формировании оценки самых различных сторон жизни.
5. Придерживайтесь демократического стиля воспитания, при котором родители поощряют лично ответственность и самостоятельность своего ребенка в соответствии с его возрастными возможностями. Подросток включен в обсуждении семейных проблем, участвует в принятии решений, выслушивают и обсуждают мнения и советы родителей. Родители требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко относясь к их запросам. При этом родители проявляют твердость, заботятся о справедливости и последовательном соблюдении дисциплины, что формирует правильное, ответственное социальное поведение.

Родителям следует помнить: если скандал уже разгорелся, нужно остановиться, заставить себя замолчать, сознавая свою правоту. В состоянии аффекта подросток крайне импульсивен и агрессивен. Любой попавший под руку острый предмет, лекарство в вашей аптечке, подоконник в вашей квартире — все станет реально опасным, угрожающим его жизни. Если человек серьезно

задумал совершить самоубийство, то обычно об этом нетрудно догадаться по ряду характерных признаков, которые можно разделить на 3 группы: словесные, поведенческие и ситуационные.

Словесные признаки:

Человек, готовящийся совершить самоубийство, часто говорит о своем душевном состоянии. Он или она могут:

1. Прямо и явно говорить о смерти: «Я собираюсь покончить с собой»; «Я не могу так дальше жить».

2. Косвенно намекать о своем намерении: «Я больше не буду ни для кого проблемой»; «Тебе больше не придется обо мне волноваться».

3. Много шутить на тему самоубийства.

4. Проявлять нездоровую заинтересованность вопросами смерти.

Поведенческие признаки:

1. Раздавать другим вещи, имеющие большую личную значимость, окончательно приводить в порядок дела, мириться с давними врагами.

2. Демонстрировать радикальные перемены в поведении, такие, как:

– в еде — есть слишком мало или слишком много;

– во сне — спать слишком мало или слишком много;

– во внешнем виде — стать неряшливым;

– в школьных привычках — пропускать занятия, не выполнять домашние задания, избегать общения с одноклассниками; проявлять раздражительность, угрюмость; находиться в подавленном настроении;

– замкнуться от семьи и друзей;

– быть чрезмерно деятельным или, наоборот, безразличным к окружающему миру; ощущать попеременно то внезапную эйфорию, то приступы отчаяния.

3. Проявлять признаки беспомощности, безнадежности и отчаяния.

Ситуационные признаки:

Человек может решиться на самоубийство, если:

1. Социально изолирован (не имеет друзей или имеет только одного

друга), чувствует себя отверженным.

2. Живет в нестабильном окружении (серьезный кризис в семье — в отношениях с родителями или родителей друг с другом; алкоголизм — личная или семейная проблема);

3. Ощущает себя жертвой насилия — физического, сексуального или эмоционального.

4. Предпринимал раньше попытки суицида.

5. Имеет склонность к самоубийству вследствие того, что оно совершалось кем-то из друзей, знакомых или членов семьи.

6. Перенес тяжелую потерю (смерть кого-то из близких, развод родителей).

7. Слишком критически настроен по отношению к себе.

Приложение 3. Презентация «Подросток и родитель. Как не потерять контакт» <https://cloud.mail.ru/public/1uVH%2FgPZP46Q6s>

Список литературы

1. Профилактика суицидального поведения. Адамова Л.И. – М.: Эксмо, 2009г

2. Нарушение адаптации у школьников. М.Г. Усов, В.В. Кубасов, О.В. Якубенко, Д.В. Четвериков, А.Е. Петухова, М.В. Блохина, П.Н. Москвитин, О.И. Хвостова. – Омск, 1999. – 144с.

3. Психология семьи: жизненные трудности и совладание с ними. Крюкова Т.Л., Сапоровская М.В., Куфтяк Е.В. - СПб.: Речь. 2005. - 235 с.

4. [U R L : h t t p s : / / у р о к . р ф / l i b r a r y / r o d i t e l s k o e _ s o b r a n i e _ p r o f i l a k t i k a _ p o d r o s t k o v o g o _ 1 9 1 5 3 8 . h t m l](https://урок.рф/library/roditelskoe_sobranie_profilaktika_podrostkovogo_191538.html)

5. URL:https://www.b17.ru/article/suicide_-_work_techniques/

6. URL:https://isppp.site/portfolio/suicide_prevention/