

**Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України  
Управління освіти Хмельницької міської ради  
Інформаційно-методичний центр  
Хмельницький колегіум імені  
Володимира Козубняка**

**Формування психолого-педагогічної  
культури батьків  
(сучасні форми взаємодії з батьками)**

Автор: Дмитрук Т.В.  
Психолог Хмельницького колегіуму  
імені Володимира Козубняка

Хмельницький - 2013

## ЗМІСТ

<b>Вступ</b> .....	3
<b>Розділ I. Формування психолого-педагогічної культури батьків</b> .....	5
Сучасні форми взаємодії з батьками .....	5
Як підвищити педагогічну культуру батьків .....	7
Робота з батьками в Хмельницькому колегіумі імені Володимира Козубняка .....	17
<b>Розділ II. Тренінг батьківської ефективності</b> .....	22
Тренінгове заняття для батьків “Два світи” .....	57
Тренінгове заняття для батьків “Стежиною батьківської мудрості” .....	62
Спільний тренінговий захід для батьків і дітей “Плекаймо здоров'я наших душ” .....	72
<b>Список використаної літератури</b> .....	79

## ВСТУП

Важливою складовою навчально-виховного процесу сучасного закладу освіти є організація роботи з батьками, сім'ями учнів. В нових умовах суспільного, освітнього й технічного розвитку законодавство України чітко визначає межі відповідальності сім'ї за навчання і виховання дітей: саме батьки чи особи, які їх замінюють, зобов'язані постійно дбати про своїх дітей, створювати належні умови для розвитку їх природних здібностей, зміцнення фізичного здоров'я, отримання загальної освіти та інше.[6]

Сім'я - це первинне природне середовище, джерело духовної та матеріальної підтримки для дитини. З-поміж багатьох функцій, які виконує сім'я, найважливіша - виховна. Однак кризові явища, притаманні сучасному українському суспільству, економічні труднощі гальмують адаптацію сім'ї як соціального інституту до нових умов, негативно позначаються на її виховній ролі. Сьогодні сім'я не готова взяти на себе всю відповідальність за соціалізацію дітей. Сім'я не є ізольованим мікросередовищем: багатоканальні зв'язки з'єднують її з суспільством; різноманітні зовнішні чинники впливають на її виховну функцію. Важливе місце тут належить закладам освіти, педагогам, які завдяки фаховій освіті володіють необхідними психолого-педагогічними знаннями, професійними вміннями і навичками, виступають важливою складовою в педагогічному трикутнику "дитина - батьки - вчитель". В сучасних умовах координацію виховних дій сім'ї покладено на освітній заклад і від того, як організована і реалізована робота з батьками учнів значною мірою залежить успішність процесу навчання і виховання дітей. Важливим завданням є широке залучення батьків, усіх дорослих членів сім'ї до співпраці з педагогічним колективом, до активної участі в житті навчального закладу, класу. Встановлення і підтримання педагогічної співдії "діти-батьки-педагоги" необхідно вибудовувати на принципах взаємоповаги, довіри, відповідальності та рівноправному партнерстві. Основою такої співдії має стати єдність у ставленні до дитини як до найвищої цінності. Останнім часом спостерігається певне звуження цього аспекту діяльності освітнього закладу і вчителя, самоусунення педагогічних колективів від роботи з сім'ями учнів.[3] На часі організація роботи з батьками дітей різних вікових груп, в родинях з різним типом сімейного неблагополуччя, формування психолого-педагогічної культури всіх дорослих членів сім'ї на новій методологічній основі із застосуванням інноваційних педагогічних технологій. Мова йде про такий зміст педагогічної діяльності вчителя, який спрямовується на підвищення готовності батьків до виховання дітей, на усвідомлення ними важливості відповідального батьківства, на передачу всім дорослим членам родини певної психолого-педагогічної, фізіолого-гігієнічної, правової тощо інформації, на формування у них відповідних практичних умінь і навичок.

### Основні напрямки співпраці батьків і школи

Сучасна сім'я значно відрізняється від сім'ї, у якій виховувалися наші батьки та й ми самі: інший уклад, матеріальна забезпеченість, загальна культура й освіта. Як показують дослідження, реалії сьогодення розвинули такий феномен як аномію, тобто такий психічний стан індивіда і всього суспільства, коли старі ідеологічні основи, нормативи і ціннісні орієнтації та соціально-психологічні орієнтири поведінки виявляються зруйнованими, а нові формуються хаотично і безсистемно. Внутрішньосімейна атмосфера стає несприятливою для дитини, для формування її позитивних особистісних якостей. Знижується дієвість виховної функції сім'ї, оскільки батьки практично не можуть потрібним чином впливати на дітей, а інколи просто не знають як впливати. Робота з сім'єю – окремий напрям у діяльності практичного психолога. Спостереження свідчать, що відсутність достатньої духовної близькості дитини з батьками з перших років життя несприятливо позначається на розвитку її особистості. Відомо, що універсальних принципів виховання немає і не може бути. Кожна ситуація в сім'ї унікальна. Дітям потрібно, щоб поруч були ті, хто може і досягти успіху, і терпіти невдачі. Саме у своїх батьків діти набувають свій перший досвід, переймають моделі свого подальшого життя, які, на жаль, не завжди бувають прийнятними. Для сучасної сім'ї дуже важливо побудувати адекватні взаємовідносини між її членами. А, особливо, між батьками та дітьми.

Сім'я по праву вважається головним чинником і умовою розвитку і виховання дитини. Саме тут вона народжується (бажана або небажана), тут отримує зачатки фізичного і духовного розвитку (позитивні або негативні), перші знання про навколишній світ, тут формуються перші навички та вміння у всіх видах діяльності, початкові критерії оцінки добра, істини, краси. Тут протікає велика

частина її життєдіяльності, закладаються основи її відносин зі світом, тобто починається процес виховання.

Сім'я зі школою створює той найважливіший комплекс факторів виховує середовища, який визначає успішність або неуспішність всього навчально-виховного процесу. Сучасна сім'я розвивається в умовах якісно нової суперечливої суспільної ситуації. З одного боку, спостерігається поворот суспільства до проблем сім'ї, розробляються і реалізуються комплексні цільові програми із зміцнення та підвищення її значущості у вихованні дітей. З іншого боку, спостерігаються процеси, які призводять до загострення сімейних проблем. Це, перш за все, падіння життєвого рівня більшості сімей, вирішення проблем економічного, а часом і фізичного виживання, посилює соціальну тенденцію самоусунення багатьох батьків від вирішення питань виховання і особистісного розвитку дитини.

Отже, в складних сучасних умовах сім'ї потрібна систематична і кваліфікована допомога з боку школи. Процес взаємодії сім'ї і школи спрямований на активне включення батьків у навчально-виховний процес.

**Основним завданням** практичного психолога у роботі з батьками є збагачення їх знаннями про психічні особливості, сенситивні і кризові періоди кожної вікової групи, допомога у створенні атмосфери позитивних взаємин між дорослими й дітьми.

## **Розділ I. Формування психолого-педагогічної культури батьків**

### **Сучасні форми взаємодії з батьками**

Різноманіття соціальних проблем, супутніх перетворенням в суспільстві, сьогодні значною мірою торкнулося сім'ї, нерідко дестабілізуючи її життєві функції і знижуючи її виховний потенціал. Сім'я особливий соціальний інститут, головним призначенням якого є виховання, освіта і соціальний захист людини. Від того, який устрій життя сім'ї, залежать спрямованість і характер сімейного виховання. Виховний ресурс батьків знаходиться в прямій залежності від рівня сформованості педагогічної культури батьків як однієї із складових сімейного устрою життя. Нерозуміння батьками процесу розвитку дитини, невміння розпізнавати його характер, неадекватне реагування на його поведінку приводять до серйозних помилок і невдач в сімейному вихованні і розвитку особистості. Результати опитування, проведеного серед батьків, показали, що дві третини опитаних визнають недостатність своїх педагогічних і психологічних знань, і як наслідок складність в спілкуванні з дітьми. Психолого-педагогічна культура батьків основа збагачення виховного потенціалу сім'ї, найважливіший ресурс розвитку особистості дитини. З одного боку, для того, щоб сім'я стала дійсно стабільною, могла виконувати свої соціально значущі функції, потрібне серйозне і усебічне сприяння сім'ї, відповідна допомога і підтримка. Сьогодні питання сімейного виховання, педагогічної освіти досить яскраво висвітлюється у філософських, соціологічних і психолого-педагогічних працях. В той же час, аналіз в цьому контексті сімейної проблематики показує, що досі немає єдиної точки зору на зміст і шляхи формування психолого-педагогічної культури батьків, критеріїв і параметрів оцінки їх рівнів. Наукові дослідження по формуванню психолого-педагогічної культури нечисленні, фрагментарні, не відбивають проблеми батьків школярів, не демонструють системного підходу до вирішення цієї проблеми в сучасних умовах.

Соціально відповідальні батьки багато зусиль витрачають для того, щоб їхні діти вирости доскональними особистостями, максимально самореалізувалися в житті. Однак ці зусилля не завжди дають очікувані результати, що великою мірою залежить і від системи сімейних цінностей, рівня особистісної культури кожного з батьків, у тому числі педагогічної культури.

**Психолого-педагогічна культура батьків** — компонент загальної культури, який акумулює в собі накопичений попередніми поколіннями досвід виховання дітей у сім'ї. Виявляється вона в розумінні та усвідомленні батьками своєї відповідальності за виховання дітей, у ставленні до них, в оцінюванні їхньої поведінки, у реальній діяльності та спілкуванні з ними, а також у здійсненні продуктивних зв'язків з іншими виховними інститутами (дошкільними закладами, школою, позашкільними закладами). Для цього дорослі мають бути не лише належно вихованими, а й педагогічно освіченими. Бо, як стверджують психологи, навіть найсерйозніші прорахунки педагогів не позначаються так фатально на розвитку особистості дитини, як неправильна поведінка батьків. Тому виховання батьків необхідне і для успішності процесу виховання дітей, і

для здоров'я суспільства. Психолого-педагогічна культура батьків є складною і динамічною системою. Її утворюють такі компоненти:

- 1) психолого-педагогічні знання — уявлення батьків про вікову динаміку розвитку дитини, самоцінність періоду дошкільного дитинства, про основні завдання виховання. Виявляються вони у ставленні до дитини, в оцінюванні її поведінки, реальній діяльності та спілкуванні з нею;
- 2) педагогічна і психологічна компетентність — здатність зрозуміти потреби дітей, раціонально спрямувати зусилля і засоби на уміння бачити перспективи розвитку дитини;
- 3) психолого-педагогічна рефлексія — вміння батьків аналізувати, критично оцінювати власну виховну діяльність, знаходити причини своїх педагогічних помилок;
- 4) емпатія — співпереживання, адекватна реакція на вчинки й почуття дітей.

**Психолого-педагогічна культура батьків** — це осмислений, а іноді й неусвідомлений досвід власного дитинства, результат освіти, самоосвіти, психологічного розвитку особистості. Особливо вона актуалізується з народженням дитини, яка своєю появою на світ, своїми кроками у світ і по життю стимулює бурхливий розвиток психолого-педагогічної культури батьків. Нерідко батьки виходять у своєму розвитку на необхідний рівень психолого-педагогічної культури тоді, коли їхні діти стали дорослими, осмислюючи власні промахи, помилки, нереалізовані можливості. Це ще раз підтверджує важливість ролі дідусів і бабусь у спрямуванні процесу виховання дітей у сім'ї, накладає особливу відповідальність на працівників дитячих дошкільних закладів за роботу з батьками дітей стосовно збагачення педагогічних знань, підвищення психолого-педагогічної культури.

Отже, формування психолого-педагогічної культури сучасної сім'ї – це процес виховання і перевиховання дорослих: батьків, інших членів родини, навіть опосередковано дітей, який може бути корисним і необхідним навіть тим батькам, які, виховуючи дітей, не відчують певних проблем. Обговорювати зазначені проблеми потрібно, насамперед, на батьківських зборах. (Додаток 1д ). Формування психолого-педагогічної культури батьків у сучасному закладі освіти можна здійснювати як через різноманітні заходи на батьківських зборах (лекції, обмін досвідом родинного виховання, диспути, дискусії, консультації і т. д.), так і через університети педагогічних знань, лекторії для батьків, позакласний педагогічний всеобуч, консультативні пункти, тренінги тощо.

Та все ж найбільш доцільною формою психологічного всеобучу батьків вважається та, за допомогою якої психолог відходить від традиційного монологу, поєднує індивідуальну роботу з групами батьків (малі батьківські збори, консультації), психологічне спілкування з окремими членами родини, широко залучає психолого-педагогічне консультування членів родини з питань навчання і виховання дітей, тестування та анкетування батьків і дітей, тренінги, практикуми, рольові та ділові ігри і т. д., що спрямовані на встановлення в сім'ях міцних морально-етичних зв'язків між дорослими і дітьми, атмосфери взаєморозуміння, співробітництва, емоційної співпричетності один до одного.

Ініціатором й організатором ефективної взаємодії із сім'єю є і школа. Ця взаємодія підпорядкована інтересам розвитку дитини, у кожному конкретному випадку обумовлюється її особливостями і особливостями сім'ї, в якій вона виховується. Вона потребує специфічних знань, такту, високої психолого-педагогічної культури її учасників — батьків і вчителів.

Психолого-педагогічна освіта батьків покликана збагатити родинне виховання, сприяти зміцненню всіх його ланок, передусім психолого-педагогічної компетентності. Особлива відповідальність покладається на педагогів та психологів щодо педагогічної освіти тих батьків, у сім'ях яких є труднощі взаємодії.

## Як підвищити педагогічну культуру батьків

В останні роки в роботі з підвищення педагогічної культури батьків застосовуються найрізноманітніші форми, які базуються на активних та інтерактивних методах, сучасних технологіях і покликані сприяти не лише підвищенню виховної функції сім'ї, а передовсім поліпшенню внутрішньосімейної атмосфери.

### Форми, методи та прийоми роботи з батьками учнів

#### Традиційні форми роботи з батьками

##### I. Індивідуальні:

1. Відвідування сім'ї;
2. Запрошення до школи;
3. Індивідуальна консультація;
4. Індивідуальна допомога психолога
5. Листування з батьками;
6. Індивідуальні зустрічі «розмова по душах».
7. Відвідування сім'ї.

##### II. Групові:

1. Зустрічі за «круглим столом».
2. Батьківські збори.
3. Психолого-педагогічні консультації
4. День відкритих дверей.
5. Конференції батьків.
6. Психологічні тренінги
7. Батьківський лекторій для різних груп ризику (неповні сім'ї, багатодітні, малозабезпечені, батьки опікуваних дітей).
8. Школа молодих батьків.
9. Спільні свята.
10. Сімейні конкурси.

У роботі з батьками учнів використовують різноманітні види й методи. Наводимо основні з них.

**Відвідування батьків удома.** Допомагає встановити зв'язок з усією сім'єю, з'ясувати її загальну та психолого-педагогічну культуру, умови життя учня, його місце в сім'ї і ставлення до нього старших, ознайомитися з досвідом батьківського виховання, дати поради і домовитися про єдині вимоги до школяра. Деякі вчителі помилково вважають, що відвідувати потрібно лише родини, діти з яких створюють певні проблеми у школі. Безумовно, з батьками таких учнів слід передусім встановити тісний контакт, проте відвідувати бажано сім'ї всіх учнів.

**Відвідування учня вдома.** Психолог повинен попереджати про передбачуваний візит із вказівкою мети й дня. Відвідування можливе тільки після одержання дозволу батьків. Відвідування психологом сім'ї повинне залишити в сім'ї гарне враження. Для цього необхідно поговорити на відверті теми, розпитати про традиції, звичаї, спільні справи й лише потім обговорювати причину приходу психолога в сім'ю.

Відвідування дитини вдома — це надзвичайний захід. Небагато батьків готові до того, щоб їх турбували вдома. Однак, якщо спільне шкільне життя тільки починається, необхідно в горі й радості вчитися бути разом.

**Відвідування сім'ї може мати різну мету:** загальне ознайомлення з умовами життя, встановлення єдиних вимог школи і сім'ї до учня, допомога в організації режиму, обговорення з батьками відхилень у поведінці дитини і вжиття необхідних заходів щодо їх запобігання та подолання, залучення батьків до участі в роботі школи, вивчення досвіду виховання в сім'ї та ін. Перш ніж відвідати родину, треба мати початкові відомості про неї та її зв'язки зі школою (особиста справа учня, класний журнал, бесіди з учителями, з самим учнем), відтак з'ясувати основні дані про самого учня, його успішність, поведінку, стосунки з учителями, товаришами. Не

обійтися без ознайомлення з психолого-педагогічною літературою, в якій розкрито мету відвідування сім'ї. Бажано відібрати і порекомендувати батькам літературу відповідно до теми бесіди, яку проведуть з ними.

Успіх відвідування сім'ї залежить не лише від сумлінної підготовки, а й від поведінки психолога. З самого початку зустрічі з батьками необхідно створити атмосферу довір'я і доброзичливості. В сім'ях, які не мають систематичного зв'язку зі школою, візит психолога розглядають як сигнал біди, батьки насторожуються, готуються до захисту дитини. Тому, завітавши в сім'ю, слід одразу ж "зняти" будь-яку настороженість батьків. Бесіду про дітей починають з позитивних сторін їх характеру і поведінки. Залучаючи батьків до бесіди, поступово переходять до обговорення негативного у поведінці учня. Свої судження про нього слід висловлювати спокійно, тактовно, наводячи незаперечні докази і уважно слухаючи пояснення батьків.

Встановлення істинного стану справ дає змогу накреслити спільний план дій школи і сім'ї, домовитися про взаємне інформування про досягнуті успіхи й труднощі. Загальне ознайомлення з умовами життя учня вдома можна проводити за такою схемою: 1. Прізвище, ім'я учня, клас. 2. Склад сім'ї, її тип: повна проста (батьки, діти), повна складна (батьки, діти, бабуся, дідусь), повна, але один із батьків нерідний, неповна. 3. Де і на якій посаді працюють батьки та інші члени сім'ї (якщо вчать - де саме). 4. Скільки років існує сім'я. 5. Житлові та матеріальні умови. 6. Культурний рівень сім'ї (освіта, які читають газети, журнали, наявність домашньої бібліотеки (педагогічної літератури), наявність телевізора, комп'ютера, відвідування осередків культури та ін.). 7. Режим дня школяра. 8. Чи облаштовано робоче місце учня? 9. Хто і як здійснює контроль за виконанням режиму? 10. Трудове виховання в сім'ї. 11. Хто з членів сім'ї більше приділяє уваги дітям? 12. Система виховного впливу: узгодженість усіх членів сім'ї у питаннях виховання дитини, відсутність чи наявність конфліктів щодо виховання дітей, відсутність виховання як системи цілеспрямованого впливу, які заходи заохочення й покарання вживають до дитини, 13. Сімейна атмосфера (доброзичлива, нестійка, байдужа, гнітюча, недоброзичлива). 14. Рівень (відсутність) інтересу і бажання поповнювати свої психолого-педагогічні знання.

**Запрошення батьків до школи.** У разі необхідності психолог запрошує батьків окремих учнів до школи на розмову. Під час бесіди з ними дуже важливо дотримуватися такту, створити атмосферу доброзичливості, довір'я. Щоб викликати батьків на відвертість, треба розмовляти з ними про учня наодинці, переконати їх в конфіденційності розмови. Така бесіда буде корисна і для психолога, і для батьків. Психолог відповідає на запитання батьків, висловлює їм свої рекомендації. Батьки отримують корисні поради і допомогу від психолога, переконуються в його уважному ставленні до них, турботі про їхню дитину. У такій розмові психолог має бути особливо тактовним, пам'ятаючи, що надмірне акцентування на недоліках учня викликає в батьків насторогу, неприязнь, навіть якщо вони відчувають, що він має рацію.

**День відчинених дверей для батьків у школі.** Головна мета — показати роботу школи, привернути увагу батьків до проблем виховання. Вимагає серйозної підготовки: оформлення школи, організації програми свята (концерту, зустрічей у класах, відвідання виставок, спортивних змагань, психологічного консультпункту тощо).

Цей вид роботи потребує єдності школи, батьків, учнів, сприяє згуртуванню шкільного колективу. Цього дня у школі проводять батьківські збори, лекції, консультації, екскурсії по школі, організують виставки, вечори, читацькі конференції. В деяких школах їх присвячують питанням трудового, естетичного виховання дітей у сім'ї та ін. В одних школах день відкритих дверей для батьків проводять щосеместру, в інших - щомісяця. Роботу з його підготовки очолює батьківський комітет і комісія з питань психолого-педагогічної пропаганди. Його доцільно починати з лекції, доповіді, конференції, в яких задіяні всі батьки. Відтак вони працюють диференційовано. Хоч би якою була програма, батьки повинні отримати вичерпні відомості про своїх дітей і поговорити з директором, його заступниками, учителями, класними керівниками, шкільним психологом, соціальним педагогом, шкільним лікарем, органами дитячого самоврядування.

З метою пропаганди психолого-педагогічних знань серед батьків організують бесіди і лекції на різну тематику, їх проводять або для батьків учнів одного класу, або окремо для батьків учнів початкових класів, середніх і старших класів, що дає змогу враховувати вікові особливості дітей. Ці заходи ефективні лише тоді, коли спираються на конкретні факти, проілюстровані

цікавими прикладами з питань сімейного виховання, коли використовується мультимедійна презентація, застосовуються інтерактивні методи: рольові ігри, диспут, конференція, всеобуч тощо.

Глибшому пізнанню методики сімейного виховання сприяють **тематичні вечори і вечори запитань та відповідей**, на які запрошують працівників правоохоронних органів, лікарів, психологів, соціальних працівників, фахівців, які опікуються проблемами виховання молоді.

Для педагогічної пропаганди серед батьків використовують також **диспут**. Він найприйнятніший за умови, що в класі або в школі сформувався дружний батьківський колектив і кожен може відверто висловитися стосовно обговорюваної проблеми. Диспут не лише збагачує батьків знаннями з педагогіки та психології, більш тісним контактам з учителями, а й створює додаткові можливості для врахування індивідуальних особливостей батьків при засвоєнні ними психолого-педагогічної інформації.

Для пропагування психолого-педагогічних знань практикують **конференції**, на яких батьки обмінюються досвідом сімейного виховання з певної проблеми.

**Батьківські конференції.** Важливою формою групової роботи з батьками є конференція. Конференцію доречно проводити як обмін досвідом з виховання дітей або як обмін думками з певної проблеми. Батьківські конференції повинні обговорювати насущні проблеми суспільства, активними членами якого стануть діти. Проблеми конфліктів батьків і дітей та шляхи виходу з них, наркотики, сексуальне виховання в сім'ї — ось теми батьківських конференцій. Батьківські конференції повинні готуватися дуже ретельно, з обов'язковою участю психолога, соціального педагога, які працюють у школі.

До завдань підготовки належить проведення соціологічних і психологічних досліджень з проблеми конференції та їх аналіз, а також ознайомлення учасників конференції із результатами досліджень. Активними учасниками конференції виступають самі батьки. Вони готують аналіз проблеми з позицій власного досвіду. Важливою рисою конференції є те, що вона приймає певні рішення або окреслює заходи щодо вирішення проблеми.

**Підсумкова річна науково-практична конференція батьків з проблем виховання.** Учасники визначають найактуальнішу проблему сімейного виховання (наприклад, "Як формується особистість молодшого школяра", "Як виховувати у підлітків інтерес до здобуття знань" тощо), протягом року вивчають її. У виступах батьки підбивають підсумки теоретичних і практичних досліджень, діляться особистим досвідом.

**Педагогічний лекторій.** Передбачає надання батькам систематизованих знань з теорії виховання, привернення їх уваги до актуальних проблем виховання з допомогою лекцій, бесід.

**Позакласний педагогічний всеобуч.** Спрямований на ознайомлення батьків з проблемами виховання дітей різних вікових груп, починаючи роботу з першого класу. Заняття проводять заступник директора з виховної роботи і психолог школи. Аналіз педагогічної практики в нашій школі показує, що найкращі результати дає така організація *педагогічного всеобучу батьків*, яка передбачає обов'язкові для батьків бесіди за сталим планом і програмою; групові та індивідуальні консультації, педагогічні практикуми, батьківські загальношкільні і класні збори, активне залучення до участі у виховній роботі з класом до виконання доручень батьківського комітету.

**«Батьківський клуб»** — мета: систематизувати знання батьків, що сприятиме більш плідному їх використанню у вихованні дітей. Допомогти батькам та дітям засвоїти якнайбільше гармонійно-доброзичливих типів взаємодії, сприяти створенню позитивного мікроклімату та взаєморозуміння в родині.

**Університет педагогічних знань.** Передбачає більш серйозну підготовку з теорії виховання. Заняття відбуваються у формі лекцій та семінарів. Батьки беруть активну участь в обговоренні проблем.

**Ознайомлення батьків з психолого-педагогічною літературою.** Передбачає відбір і надання рекомендацій щодо психолого-педагогічної, науково-популярної літератури для батьків відповідно до проблем, які є в учнів певного класу, чи в окремої дитини.

**Листування.** Передбачає періодичне надсилання батькам листів про успіхи учня в навчанні, старанність, уважність та відповідальність за доручення. Можна повідомити про певні його труднощі, попросити про зустріч. Варто висловити щиру подяку за хороше виховання дитини. Лист передають батькам через їх дитину, попередньо ознайомивши її із змістом.



**Консультації батькам.** Передбачають надання конкретних психолого-педагогічних рекомендацій, порад з актуальних для батьків питань. **Індивідуальні консультації.** Індивідуальні консультації проводяться з ініціативи батьків або з ініціативи психолога. Приводом для запрошення батьків на консультацію є результати спостережень психолога за дитиною, проблеми спілкування дитини із класом і педагогами, конфліктна ситуація й ін. У ході індивідуальної консультації психолог повинен уважно слухати батьків і всім своїм поведінням сприяти тому, щоб вони охоче розповідали про свою дитину якнайбільше. Чим більше відомостей класний керівник, психолог, соціальний педагог або заступник директора з виховної роботи має про кожну дитину, тим більше шансів створити нормальні умови для становлення її особистості. Кожна консультація психолога з батьками обов'язково закінчується рекомендаціями з виховання дитини. Рекомендації можуть бути письмовими або усними. Індивідуальна консультація повинна мати ознайомлювальний характер і сприяти створенню позитивного контакту між матір'ю/батьком і психологом. Психолог повинен дати батькам можливість розповісти йому все те, із чим вони хотіли б ознайомити його, у неофіційній обстановці, і з'ясувати необхідне для своєї професійної роботи з дитиною, зокрема: 1) особливості здоров'я дитини (анамнез); 2) її захоплення, інтереси, режим; 3) переваги сімейного спілкування; 4) поведінкові реакції; 5) особливості характеру; 6) мотивація навчання; 7) моральні цінності сім'ї, традиції; 8) проблема звернення до психолога.

**Бесіди.** Бесіду найкраще використовувати з метою попередження конфліктних ситуацій між окремими дітьми, педагогами й сім'єю. Використовувати бесіду в роботі з батьками необхідно для того, щоб налагодити довірливу атмосферу, виявити складні точки дотику в конфліктних ситуаціях. Результати бесіди не повинні ставати відомими, якщо хтось із учасників бесіди цього не хоче. У бесіді класний психолог повинен більше слухати й чути, а не захоплюватися повчаннями та порадами.

**Класні батьківські збори.** Є важливим колективним видом роботи класного керівника з батьками учнів, їх проводять 1-2 рази на семестр. Такі збори сприяють формуванню громадської думки батьків, об'єднанню їх в єдиний колектив. **Класні батьківські збори** - традиційна форма роботи. Батьківські збори можуть бути: організаційними; поточними або тематичними; підсумковими; загальношкільними і класними. У формуванні проблемної тематики може допомогти психолог. До проведення зборів він проводить опитування батьків і дітей, використовуючи діагностичні методики вивчення соціально-психологічного клімату в сім'ї. Психолог відвідує батьківські збори з тематичною лекцією, повідомляє про результати діагностичних досліджень, проводить групові консультації, тренінгові заняття, психологічні всеобучі, діагностичні дослідження, круглі столи, конференції тощо. Батьківські збори закономірно вважаються в середовищі вчителів не менш складним «жанром», ніж уроки або позакласна робота. Тут зустрічаються дві сторони — педагоги й батьки — для того, щоб вислухати один одного й обговорити основні проблеми третьої, головної сторони — дітей. Психолог має стати у цій справі головним консультантом, радником або незалежним експертом. При проведенні або участі у батьківських зборах необхідно дотримуватися рекомендацій з проведення батьківських зборів: а) Батьківські збори мають інформувати батьків, а не констатувати помилки і невдачі дітей у навчанні; б) Тема зборів має враховувати вікові особливості дітей; в) Збори повинні мати як теоретичний, так і практичний характер: аналіз ситуацій, тренінги, дискусії тощо; г) Збори – не місце для обговорення та осуду учнів. Є багато варіантів проведення батьківських зборів. Тематика і методика зборів мають враховувати вікові особливості учнів, рівень освіченості і зацікавленості батьків, завдання виховання, що стоять перед школою.

**Поточні батьківські збори** — це збори із традиційним порядком денним: результати успішності, результати проведених заходів і свят, походів тощо. **Тематичні батьківські збори** — це збори, присвячені актуальній темі, в обговоренні якої зацікавлена абсолютна більшість батьків. Тематичні батьківські збори, як правило, носять просвітницький характер і спрямовані на розширення знань батьків у сфері виховання дітей. Присутність психолога на таких зборах — обов'язкова. **Підсумкові батьківські збори** — це збори, у завдання яких входить підбиття результатів розвитку дитячого колективу за певний час. У ході таких зборів батьки мають можливість оцінити досягнення учнів класу, власної дитини, порівняти минулі результати з тими, яких досягнуто. Підсумкові батьківські збори можна проводити в різній формі (традиційній чи інноваційній),

залежно від теми й мети самих зборів.

Тематика зборів визначається загальними завданнями виховання, умовами навчально-виховної роботи в класі, рівнем психолого-педагогічної культури та кругозору батьків. Збори можуть відбуватися у вигляді лекцій або доповідей класовода, вчителів-предметників, психолога; виступів самих батьків та обміну досвідом виховної роботи з дітьми, із залученням учнів, показом їхніх колективних робіт і художньої самодіяльності, демонстрацією кінофільмів. Підготовка до зборів залежить від змісту і форми їх проведення. Готуючись до них, психолог має проаналізувати психолого-педагогічну літературу з даної проблеми, провести діагностичні дослідження у класі, проспостерігати за учнями на уроках та перервах, поспілкуватись з вчителями-предметниками, підготувати виступ та рекомендації батькам.

Доповідь або виступ психолога слід виголошувати вільно. Зважаючи на особливості аудиторії, психолог має бути тактовним, не допускати повчального тону, різкості у критиці помилок. Якщо збори проводять у формі обміну досвідом виховання та розвитку дітей у сім'ї, треба уважно і спокійно вислухати всі виступи і зауваження батьків. У заключному слові психолог тактовно відповідає на запитання й висловлює конкретні пропозиції. Психолог має запросити батьків, які хочуть ознайомитися із результатами діагностичних досліджень своєї дитини на консультацію, призначити час зустрічі. Рішення, прийняті батьківськими зборами, стосуються і батьків, які з тих чи тих причин не змогли прийти на збори. Інформацію про батьківські збори, тези, рекомендації можна розмістити на сайті школи.

Подібну підготовчу роботу проводять і перед **загальношкільними батьківськими зборами**, на яких обговорюють питання, що стосуються всіх батьків. Процес налагодження взаємодії з батьками ефективний за дотримання психологом певних правил та вимог. До них належать: а) використання заходів, спрямованих на підвищення авторитету батьків. У спілкуванні з батьками слід уникати категоричного тону, який може спровокувати образи, роздратування. Нормою мають стати стосунки, засновані на взаємоповазі. Цінність їх полягає у розвитку почуття власної відповідальності, вимогливості, громадянського обов'язку як учителів, так і батьків; б) довіра до виховних можливостей батьків, підвищення рівня їх психолого-педагогічної культури й активності у вихованні. Психологічно батьки готові підтримати потреби школи. Навіть ті батьки, які не мають педагогічної підготовки й освіти, з розумінням і відповідальністю ставляться до виховання дітей; в) такт, неприпустимість необережного втручання в життя сім'ї. Психолог — особа офіційна, але за специфікою своєї роботи може стати свідком стосунків, які приховуються від сторонніх. Якою б не здавалася йому сім'я, він повинен бути тактовним, ввічливим, інформацію про сім'ю використовувати лише для допомоги батькам у вихованні дитини; г) життєстверджуючий, мажорний настрій при вирішенні проблем виховання, опора на позитивні риси дитини, орієнтація на успішний розвиток особистості. Формування особистості дитини передбачає подолання труднощів, протиріч у її житті. Важливо, щоб це сприймалося як вияв закономірностей розвитку (нерівномірність, стрибкоподібний характер, причинно-наслідкова обумовленість, вибіркове ставлення дитини до виховних впливів), тоді складнощі, протиріччя, несподівані результати не викликатимуть розгубленості у психолога. Рівень психолого-педагогічної освіченості батьків також залежить і від традицій у сім'ях, в яких виростили вони, набутих знань, життєвого досвіду, здатності до саморозвитку. Майже завжди, на сучасному етапі особливо, у зв'язку з переходом до нового типу суспільства, утвердження нових суспільних, етичних цінностей, а також із процесами глобалізації, одним із свідчень якого є Інтернет, педагогічна освіченість батьків нерідко відстає від реальної педагогічної ситуації, суспільних потреб, очікувань дитини. Тому школа має дбати про постійний розвиток їх психолого-педагогічних знань. Відповідну роль у психолого-педагогічному навчанні батьків відіграє їх самоосвіта — читання науково-популярної літератури з питань сімейної педагогіки, тематичні радіо- і телепередачі.

**Батьківські тренінги.** На відміну від звичайного навчання, що впливає на пізнавальну сферу (сферу свідомості), *тренінг* дозволяє модифікувати особистісні риси й установки, що мають більш глибокий зв'язок із поведінкою. Ця форма роботи досить нова, і проводити її повинен практичний психолог, який добре володіє методикою такої роботи. При вмілому використанні тренінгу результат помітний відразу. Тренінг може бути спрямований на навчання навичкам ефективної взаємодії дорослих і дітей, підвищення впевненості в собі, виявлення обдарованості,

удосконалювання комунікативних та мовленнєвих навичок. Під час інтерактивного навчання батьки вчать бути демократичними, спілкуватися з іншими, критично мислити, приймати продумані рішення.

В останнє десятиліття виникли **нові види виховної роботи**, що передбачають активну співпрацю з батьками під час їх проведення. Це передусім усні журнали, прес-конференції, зустрічі "за круглим столом", батьківські університети, виконання батьками практичних завдань, ознайомлення з психолого-педагогічною літературою, перегляд фільмів на різні теми, вечори сімейних традицій, виставки "Світ захоплень нашої сім'ї", прикладної, декоративної творчості, родинних альбомів, колекцій, випуск тематичних газет. Використовують також інші традиційні й нетрадиційні види пропагування педагогічних знань. До нетрадиційних належать: педагогічний десант; дерево родоводу (зустрічі поколінь); у сімейному колі (індивідуальні консультації, зустрічі з лікарями, психологами, юристами); родинний міст (зустрічі з батьками та обговорення проблем виховання); народна світлиця (звернення до народних традицій); день добрих справ (спільна трудова діяльність педагогів, батьків і дітей); вечір великої розмови (участь педагогів, батьків, учнів в організації відпочинку, ігри, вистави та ін. (альбом-естафета "Як ми відпочиваємо" - досвід організації відпочинку в родині); дискусійний клуб; клуб "Сімейних традицій"; сімейна скринька (з досвіду родинного виховання); аукціон ідей сімейної педагогіки; батьківський ринг (вирішення психолого-педагогічних ситуацій); батьківська школа (клуб, в якому проводяться диспути, обмін досвідом, випускаються газети, бюлетені та ін.); азбука родинного виховання (обговорення проблем виховання, виступи спеціалістів); дні довіри (консультації різних фахівців); сімейні свята в класі (спільні святкування днів народження дітей, календарних, народних свят).

### **Робота з батьками в Хмельницькому колегіумі імені Володимира Козубняка**

З-поміж багатьох функцій, які виконує сім'я, найважливішою є виховна. Однак катаклізми, що відбуваються у сучасному українському суспільстві, та економічні труднощі гальмують адаптацію сім'ї як соціального інституту до нових умов сьогодення, негативно позначаються на її

виховній ролі. Вочевидь, що сьогодні сім'я не готова взяти на себе всю відповідальність за виховання, розвиток та соціалізацію дітей.

Проте сім'я не є ізольованим мікросередовищем: багатоканальні зв'язки з'єднують її з суспільством; різноманітні зовнішні чинники впливають на її виховну функцію. Важливе місце тут займають заклади освіти, педагоги, які завдяки фаховій освіті володіють необхідними психолого-педагогічними знаннями, професійними вміннями і навичками, є важливою складовою в педагогічному трикутнику «дитина — батьки — вчитель». Важливу функцію координації виховних дій сім'ї за сучасних умов покладено на освітній заклад, і від того, як організована і реалізована робота з батьками кожного навчального закладу і кожного його окремого класу, значною мірою залежить успішність процесу навчання і виховання дітей. Суттєвим за своєю значущістю завданням є широке залучення батьків, усіх дорослих членів сім'ї до співпраці з педагогічним колективом, до активної участі в житті навчального закладу, класу.

Установлення та підтримка педагогічної співдії «діти — батьки — педагоги» повинні вибудовуватися на принципах взаємоповаги, довіри, відповідальності та рівноправного партнерстві. Основою такої співдії повинна стати єдність у ставленні до дитини як до найвищої цінності. Зміст педагогічної діяльності у зазначеній співдії повинен спрямовуватися на підвищення готовності батьків до виховання дітей, на усвідомлення ними важливості відповідального батьківства, на передачу всім дорослим членам родини певної психолого-педагогічної, фізіолого-гігієнічної, правової та іншої інформації, на формування у них відповідних практичних умінь та навичок.

Практична робота психолога з батьками дітей в нашій школі реалізується через колективні та індивідуальні форми взаємодії: а) Психолого-педагогічна освіта; б) Батьківсько-педагогічний аналіз (вивчення сім'ї з метою виявлення її можливостей з виховання своїх дітей, аналіз проміжних і кінцевих результатів їхньої спільної діяльності); в) Батьківська співучасть у роботі психолога (формування активної педагогічної позиції батьків); г) Батьківська співтворчість.

Організацію роботи з батьками у нашій школі умовно можна поділити на такі *напрямки*:

- 1) моніторинг сімей учнів, їх виховного потенціалу; 2)
- залучення батьків, усіх дорослих членів родини до навчально-виховного процесу як рівноправних учасників, інтеграція зусиль і гармонізація взаємин педагогічного колективу і громадськості щодо створення сприятливих умов для ефективної роботи освітнього закладу;
- 3) формування психолого-педагогічної культури сучасної сім'ї та допомога батькам в їх психолого-педагогічній самоосвіті;
- 4) корекція виховної діяльності родин із різним типом сімейного неблагополуччя.

Організація роботи з батьками в нашому колегіумі — багатоаспектна і має значні психолого-педагогічні можливості, вона є невід'ємною складовою структури виховної роботи, а саме родинно – сімейним напрямком виховання.

При роботі з батьками ми використовуємо диференційований підхід.

Диференційований підхід будується на виділенні 5-ти типів сімей, згрупованих за принципом можливості використання їх морального потенціалу для виховання своєї дитини.

Виділяють такі типи сімей:

**1 тип.** Сім'ї з високим рівнем моральних відносин. У них здорова моральна атмосфера, діти отримують можливість для розвитку своїх здібностей. Часте втручання педагога тут не потрібно, хоча окремі поради і застереження, пов'язані з особливостями виховання, не виключаються.

**2 тип.** Сім'ї, які характеризуються нормальними відносинами між батьками, але при цьому не забезпечують позитивну спрямованість у вихованні дітей. Діти можуть бути в центрі «особливих» турбот батьків, у зв'язку з чим у дитини розвиваються егоїстичні тенденції, що безумовно потребує уваги педагога.

**3 тип.** Конфліктні сім'ї. У таких умовах батькам не до дітей, вони самі не можуть розібратися в своїх відносинах. Ні про яке розумному вихованні немає й мови, все пущено на самоплив. Потрібно активну педагогічний вплив, щоб змінити мікроклімат у родині, не втратити росте в ній людини.

**4 тип.** Зовні благополучні сім'ї, в яких процвітає бездуховність, відсутні справжні моральні цінності, емоційний зв'язок поколінь часто порушена. Але деякі діти добре засвоюють психологію зовнішнього благополуччя, тому виховна робота з такими сім'ями особливо важка.

**5 тип.** Неблагополучні сім'ї, для яких характерні грубість, скандали, аморальну поведінку. Такі сім'ї потребують постійної уваги педагога, громадськості, а іноді й активного втручання, щоб захистити інтереси дітей.

### ***Основні напрямки співпраці сім'ї та школи***

1. Налаштувати тісний зв'язок школи з батьками
2. Активізувати роботу батьківського сектора щодо роз'яснення законодавства України з питань освіти.
3. Добиватись впливу органів місцевого самоврядування на батьків, діти яких порушують Статут школи.
4. Аналізувати стан навчальних досягнень учнів і виявити причини байдужого ставлення батьків до навчання і виховання власних дітей.
5. Пропагувати педагогічні знання, що зумовлять підвищення педагогічної грамотності.
6. Допомогати батькам в оволодінні системою умінь, необхідних для організації діяльності дитини вдома.
7. Впроваджувати форми роботи з сім'єю, що сприяє гуманізації взаємовідносин "педагоги-батьки".
8. Батьки і вчителі повинні стати партнерами, активними співучасниками творчого процесу виховання учнів.

Отже, сучасна сім'я все більше стає головною ланкою у вихованні дитини. Вона має забезпечувати її достатні матеріальні та педагогічні умови для інтелектуального, фізичного, морального та духовного розвитку. У державній програмі «Освіта. Україна XXI століття» серед пріоритетних напрямків реформування освіти відзначено, що в основу національного виховання мають бути покладені принципи єдності сім'ї і школи, наступності та спадкоємності поколінь, прищеплення поваги до батьків, жінки-матері, організація родинного виховання та освіти як важливої ланки виховного процесу і забезпечення педагогічного всеобучу сім'ї.

Важливим компонентом у моделюванні виховної системи родини є визнання всіх членів сім'ї суб'єктами виховного процесу. Дитина в сучасних умовах виховується не тільки членами сім'ї, а й усім соціумом через засоби масової інформації, а також шляхом впливу виховних систем різних навчально-виховних закладів, унаслідок чого перестає сприймати авторитет батьків. *І якщо батьки перестають працювати над собою, займатися самовдосконаленням, то дуже швидко з'явиться конфлікт між старшим і молодшим поколінням.* Саме це і визначає необхідність надання психолого-педагогічної підтримки сім'ї. Навчання батьків слід здійснювати спільно з дітьми на базі навчально-виховного закладу, використовуючи активні форми і методи роботи з батьками — турніри, ділові ігри, тренінги тощо. Психолого-педагогічне середовище розвитку дитини створюється в процесі сімейного виховання та залежить від типу сім'ї. Розуміння цього педагогами сприяє поглибленню зв'язків із родиною, пошуку можливостей щодо корекції сімейного виховання, підвищення психолого-педагогічної культури батьків, захисту дитини від несприятливого впливу неблагополучної сім'ї.

### ***Тренінг***

**Ключові поняття:** педагогічна культура батьків, групове спілкування, співробітництво (кооперація), психотерапевтичні завдання, теорія конструктивізму, теорія психологічної герменевтики, концепція особистісних змін.

У ході тренінгу групове спілкування, співробітництво (кооперація) учасників спрямовуються на розв'язання різноманітних особистісних проблем, зміну внутрішніх (негативних, неадекватних) установок, розширення знань і формування досвіду позитивного ставлення до самого себе та до оточуючих, насамперед дітей. Під зміною внутрішніх установок розуміється особистісний перехід до нових можливостей, нової ідентичності, який відбувається, коли індивід не може діяти на

на явному в нього рівні і змушений «відмовитись від колишніх цінностей і принципів, колишніх способів існування й шукати нових, раніше невідомих і незнаних, але таких, які дозволяють вижити у важкій ситуації та перейти до нового, більше ефективного способу функціонування».

Тренінгові заняття передбачають застосування типової сукупності дій, за допомогою яких розв'язується певне психотерапевтичне завдання. Сукупність дій, які входять до «техніки», може бути досить великою, але може обмежуватись тільки однією дією чи навіть навмисною бездіяльністю.

Завдяки

взаємодії ідей партнерів по спілкуванню конструюється значення реальності, адже індивіди по-різному ставляться до тих самих подій, фактів, явищ. Залучаючись на рівні групи до обговорення проблеми, індивіди переходять на принципово новий рівень комунікації, на нові позиції, що інтегруються в новий загальний конструкт. Предметом обговорення, його продуктом є проблема. Набуваючи певних змін, вона викликає відповідні зміни в поглядах, установках індивіда, змінює його відчуття об'єктивної реальності. Усе це відбувається, як стверджують представники психологічної герменевтики (Р. Барт, С. Мергенталер, Н. Чепелева), через зміну нарративу особистості. Тобто, «нарративний модус розуміння допомагає людині більш глибоко усвідомити, осмислити власний досвід, а також змінити себе через зміну власної історії, власного нарративу». Кожний індивід має власну «карту» реальності, в якій узагальнено його досвід у формі нарративів. Водночас його цікавить, наскільки ця «карта» та переживання узгоджуються з «картами» інших людей (П. Лушин). Необхідно забезпечити спілкування, взаємодію таких «карт», що сприятиме генеруванню нової «карти» реальності. Саме в цьому герменевтики і вбачають основну мету психологічної

допомоги.

Основними характеристиками особистісних змін виступають дисоціація або відмирання існуючих основ «Я-образу» (індивідуальної ідентичності); невизначеність основ подальшого розвитку особистості й переборення цієї невизначеності через конструювання нової ідентичності, що виявляється в новому «Я-образі». Як стверджує один із представників таких ідей на вітчизняному ґрунті П. Лушин, процес особистісних змін несе в собі як позитивні, так і негативні характеристики. Перші обумовлені виникненням якісно нових якостей, що дозволяє індивіду перейти на суттєво новий рівень функціонування, відкрити в собі прихований до цього часу потенціал розвитку. Негативні зміни пов'язані з утратою минулої стабільності, руйнуванням усталених поглядів, що викликає хаос, невизначеність у вибудовуванні власної життєдіяльності.

Ґрунтуючись на викладених підходах, було розроблено комплекс тренінгових занять з підвищення психолого-педагогічної культури батьків, які потребували психолого-педагогічної допомоги у вихованні дітей, установленні та розвитку позитивних внутрішньосімейних взаємин як передумови забезпечення належного рівня соціалізації юнаків і дівчат.

*Мета тренінгових занять* - формування в батьків особистісних новоутворень, покликаних забезпечити належну реалізацію ними виховної функції як важливого чинника соціального розвитку дітей старшого шкільного віку.

Тренінгові заняття передбачають розв'язання сукупності завдань:

1. Виявлення й опрацювання проблем, які мають батьки у вихованні дітей;
2. Розширення наявного в них досвіду вибудови внутрішньосімейних взаємин з дітьми на основі прийняття нових моделей поведінки та відносин;
3. Формування прагнення до підвищення педагогічної культури через соціальну просвіту та самоосвіту.

Загальні правила проведення тренінгових занять:

- надання учасникам допомоги, а не оцінювання їх діяльності;
- усіляке заохочування батьків до пошуку адекватних, морально зумовлених рішень, а не нав'язування їм готових моделей поведінки;
- ставлення до учасників на засадах співробітництва, коли кожний з них відчуває, що його поважають і цінують, а не маніпулюють ним, примушуючи обирати певний вид дій;
- забезпечення атмосфери комфорту (вільне висловлювання думок, ідей, здійснення дій і вчинків);

- запропоновані вправи не є алгоритмом, а моментом «переживання» досвіду певної поведінки.

### Тренінг батьківської ефективності

**Мета:** ознайомлення учасників з теоретичними основами феномену батьківства, формування в батьків особистісних новоутворень, покликаних забезпечити належну реалізацію ними виховної функції як важливого чинника соціального розвитку дітей старшого шкільного віку.

**Завдання тренінгу:** висвітлити структуру та властивості батьківської позиції, розкрити соціально-психологічні чинники формування батьківства, ознайомити з напрямками просвітницької та психокорекційної роботи з батьками в рамках теоретичних концепцій, привити батькам навички конструктивного спілкування, оптимального вирішення конфліктних ситуацій у сім'ї, відпрацювати і закріпити учасниками тренінгу ефективні моделі поведінки у сімейному мікросередовищі.

#### Схема занять:

1. Вступне слово психолога (запропонувати тему зустрічі, зібрати інформацію, якою володіє група з цього питання.)
2. Вправи для розминки, вправи, які допомагають створити особливу ігрову атмосферу, а іноді виконують роль «переправи» до теми заняття.
3. Основна частина заняття, в якій вправи, ігри, творчі завдання. Пов'язані з розкриттям теми і підпорядковані меті заняття.
4. Підсумки (висловлювання учасників по колу, аналіз виконаної роботи).
5. Резюме психолога (за необхідності може бути у формі притчі або реальної історії).
6. Домашнє завдання.
7. Прощання.

#### Зміст

№	Зміст	Форма	Час
I Заняття			
	<b>Мета:</b> створити сприятливий мікроклімат у групі; інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин; основи гармонійного спілкування у родині; активізувати взаємодію учасників групи; спрямовану на взаємодопомогу; створювати ігрові ситуації	Організація групи. Гра «Візитка»	10 хв
		Бесіда «Роль і значення сім'ї в нашій житті»	15 хв
		Гра «Чи добре ми знаємо свою дитину»	15 хв

що допоможуть оцінити співробітництва у взаєминах.	Домашнє завдання	5 хв
<b>II Заняття</b>		
<b>Мета:</b> активізація потреби в додаткових заняттях із запропонованої та стимулювання творчої та соціальної активності батьків у сфері життєдіяльності міжособистісних взаємин; навчати учасників стратегії ефективної комунікації; діагностика життєвого сценарію батьківського його аналіз.	Бесіда «Усі ми родом з дитинства»	10 хв
	Дискусія «Ось я у твої роки...»	15 хв
	Вправа «Життєві сценарії»	15 хв
	Підбиття підсумків роботи	5 хв
<b>III Заняття</b>		
<b>Мета:</b> з'ясувати, що таке конфлікт; на основі особистих спостережень виявити причини конфліктів; навчити батьків розв'язувати конфліктні ситуації, толерантно поводитися під час конфліктів і за можливості уникати їх; сприяти вихованню гуманного ставлення до інших.	Уведення у проблему	5 хв
	Круглий стіл: «Конфлікти у нашому житті»	15 хв
	Диспут «Авторитет та авторитарність»	15 хв
	Робота в парах: «Інтерв'ю»	10 хв
	Підбиття підсумків заняття	5 хв
<b>IV Заняття</b>		
<b>Мета:</b> надати профілактичну допомогу батькам з проблеми неприйнятної поведінки дитини; навчити батьків робити усвідомлений вибір стратегій виховання поведінки у своїй сім'ї, нести за відповідальність; навчити акцентувати увагу батьків на поведінці (вчинках), а не на особистості дитини; навчити учасників стратегії ефективної комунікації.	Ділова гра «Нестандартна дитина»	5 хв
	Вправа «Берег дитинства»	10 хв
	Вправа (за Ш. Дейноу)	10 хв
	Вправи на складання плану життя	15 хв
	Узагальнення, підбиття підсумків заняття	5 хв
<b>V Заняття</b>		
<b>Мета:</b> виявлення й опрацювання проблем, які мають батьки у вихованні дітей; розширення наявного в них досвіду в будові внутрішньосімейних взаємин з дітьми на основі прийняття нових моделей поведінки та відносин; формування прагнення до підвищення педагогічної культури через соціальну просвіту та самоосвіту.	Вправа «Вивчення прикладу з практики»	5 хв
	Дискусія «Минуле й сучасність»	15 хв
	Вправа «Поради поштою»	20 хв
	Домашнє завдання	5 хв
<b>VI Заняття</b>		



<p><b>Мета:</b> інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин; основи гармонійного спілкування у родині; формувати комунікативні навички; розвиток взаєморозуміння, довіри.</p>	Круглий стіл «Іноді хочеться побути самоті...»	10 хв
	Рольова гра «Вечір у колі сім'ї»	15 хв
	Тест «Чи вмію я слухати іншого?»	15 хв
	Підбиття підсумків	5 хв
<b>VII Заняття</b>		
<p><b>Мета:</b> розвиток критичного мислення; познакомити батьків з психологічними віковими особливостями підлітків; обговорити з батьками основні проблеми, якими стикаються діти у підлітковому віці; допомогти батькам визначити правильні методи виховання підлітків.</p>	Бесіда «Ми живемо у прискореному темпі життя, прагнемо долучити до цього наших дітей»	10 хв
	Ділова гра «Акваріум»	15 хв
	Індивідуальна вправа «Який я батько (мати)»	5 хв
	Загальне обговорення проблеми	10 хв
	Домашнє завдання	5 хв
<b>VIII Заняття</b>		
<p><b>Мета:</b> актуалізація сформованих уявлень про родину, її роль у житті людини; особливості сімейних взаємин; увести ігрову проблемну ситуацію; розвинути навички практичних дій.</p>	Психологічний етюд «Співрозмовник»	15 хв
	Психологічний етюд «Мене слухають»	15 хв
	Рольова гра «Готуємось до свята»	10 хв
	Узагальнення та підбиття підсумків	5 хв
<b>IX Заняття</b>		
<p><b>Мета:</b> обговорити з батьками значення любові і віри для виховання в дитині доброти, впевненості, щедрості, емпатії; віднайти шляхи до батьківського щастя.</p>	Бесіда «Гарна дитина»	15 хв
	Диспут «Як ми оцінюємо власну дитину?»	20 хв
	Підбиття підсумків	10 хв
<b>X заняття</b>		
<p><b>Мета:</b> інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин; основи гармонійного спілкування з людьми; обговорити ситуації, вирішення яких сприятиме поліпшенню внутрішньої атмосфери.</p>	Бесіда «Помилки сімейного виховання»	5 хв
	Ситуація для обговорення «Стосунки батьків і дітей»	10 хв
	Диспут «Помилки у вихованні, яких колись допускали»	10 хв
	Ділова гра «Як виховувати дитину сьогодні, щоб завтра їй жилося добре»	15 хв
	Домашнє завдання	5 хв

XI Заняття		
<b>1 Мета:</b> виявлення причин суперечес конфліктів, які виникають; визнач конструктивних способів виходу конфліктних ситуацій, особливс адекватного вираження своїх почутт переживань; розвиток нав конструктивної взаємодії, взаєморозум соціальної сприйнятливості, довіри.	Бесіда «Конфлікти та труднощі, пов'язаними»	10 хв
	Рольова гра «Упевнений у собі»	15 хв
	Мозковий штурм «Проблеми, викликають конфлікти між батьками і дітьми»	15 хв
	Домашнє завдання	5 хв
XII Заняття		
<b>1 Мета:</b> знайомство з різними видами емоц почуттів; відображення власних емоці переживань і станів; формування адекват способів вираження негативних почут емоцій; навчання успішної взаємодії.	Бесіда «Стрес і його наслідки. Способи подолання стресової ситуації»	5 хв
	Вправи для роботи зі своїми емоціями	10 хв
	Опрацювання «Правил спілкування»	10 хв
	Рольова гра «Установлення контакту з партнером по спілкуванню»	15 хв
	Підсумки заняття. Самоосвітні заняття	5 хв

### Заняття 1

**Мета:** створити сприятливий мікроклімат у групі; інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин як основи гармонійного спілкування у родині; активізувати взаємодію учасників групи, спрямовану на взаємодопомогу, взаємоповагу; створювати ігрові ситуації, що допоможуть оцінити роль співробітництва у взаєминах.

#### Хід заняття

#### I. Організація групи

#### Гра «Візитна картка»

Психолог пропонує кожному учаснику заповнити невелику анкету-візитку та приколоти її до свого одягу. Анкета-візитка може містити такі пункти: *Ім'я. Прізвище. Знак зодіаку. Професія. Улюблений колір. Улюблена страва. Хобі. Інше.*

Після цього учасники прогулюються по кімнаті та розглядають «візитки» один в одного. Якщо якийсь пункт збігається, вони потискають один одному руки. Коли всі познайомилися, психолог пропонує відповісти на такі запитання:

- Що ви відчули, коли побачили щось схоже з вашим записом в іншого?
- А коли побачили відмінності?
- Відповіді учасників.

Психолог у кінці гри робить узагальнення: розповідає, що люди зазвичай відчувають у подібних випадках. Коментарі та висловлювання не повинні носити оцінний характер.

#### II. Бесіда «Роль і значення сім'ї в нашому житті»

Психолог. Про значення сім'ї в житті людини написано багато книжок наукового й

публіцистичного змісту. Їх автори намагаються з'ясувати, для чого людині потрібна сім'я, чому люди прагнуть до її створення, навіщо придумують правила сімейного життя.

Для жінки сім'я - це можливість нормального існування у складному світі, спокій і впевненість у собі, матеріальна та моральна підтримка. Чоловіку сім'я дає стимул до життя, допомагає в подоланні негараздів. Для дитини сім'я важлива тим, що саме вона дає перші й найважливіші знання про життя, тут вона одержує повноцінне виховання. Сім'я створює матеріальні й моральні умови для її зростання, формує моральні життєві засади та статево-рольові установки.

Даючи характеристику сім'ї, ми називаємо її великою чи маленькою, повною або неповною, зрілою чи проблемною, благополучною й неблагополучною, щасливою й нещасливою.

Людина може бути щаслива в сім'ї, де всі щасливі й мають можливості для розвитку та вдосконалення. Кожний її член створює сімейне щастя, не полишаючи цієї складної справи все життя.

Сучасна жінка багато проблем з успіхом бере на себе, відмежовуючи від них чоловіка. Цей процес має дві сторони: позитивну, яка полягає в тому, що жінка наближається до ролі, яку їй належить відігравати, та негативну - завоювання чоловічих позицій.

У кожного члена сім'ї існують певні ролі. Чоловік - це ще й батько, голова, годувальник, стратег, який визначає шляхи та напрямки розвитку сім'ї на роки вперед. Жінка - дружина, мати, господиня дому, тактик, який детермінує щоденний розвиток сім'ї. Вона - сімейний дипломат. Професіоналізм жінки в сім'ї вимірюється тим, яка вона дружина, мати, кохана; чи справно веде домогосподарство, чи затишно почуває себе чоловік, чи приваблива вона для нього. Дитина - це поєднуюча ланка між чоловіком і жінкою, помічник батька й матері, яка вносить у їхнє життя радість, надає сенсу їхньому існуванню. Якщо немає одного з членів, сім'я може бути щасливою лише в тому випадку, коли хтось бере на себе роль відсутнього.

### **III. Гра «Чи добре ми знаємо свою дитину»**

Психолог пропонує батькам подумати й у письмовій формі дати відповіді на такі запитання:

- Улюблена страва дитини.
- Чим вона найбільше любить займатись?
- Що насамперед робить, коли повертається зі школи?
- Які якості найбільше поцінує в людях?
- Її найулюбленіше свято?
- Найулюбленіший колір?
- Який навчальний предмет подобається найбільше?
- Що її може порадувати?

Обговорення відповідей

### **IV. Домашнє завдання**

- Проаналізуйте стан вашої сім'ї. Як у ній розподіляються ролі? Наскільки вона щаслива? Що необхідно зробити для її подальшого успішного розвитку?
- Поспостерігайте вдома за дитиною, поставте їй ті самі запитання, які вам пропонувались під час гри. Зверте співпадання (неспівпадання) відповідей.
- Запропонуйте дитині відповісти на такі ж запитання, але стосовно батьків. Подивіться, чи співпадають вони з дійсністю. (Чи знає вас ваша дитина?)

## **Заняття 2**

**Мета:** активізація потреби в додаткових заняттях із запропонованої теми; стимулювання творчої та соціальної активності батьків у сфері життєдіяльності, міжособистісних взаємин; навчання учасників стратегії ефективної комунікації; діагностика життєвого сценарію батьків та його аналіз.

**Хід заняття**

### **I. Бесіда «Усі ми родом з дитинства»**

Вступне слово психолога. Батьки і діти... Різні покоління, різні смаки, різні погляди... Та, попри цю різноманітність, неоднаковість проявів у життєвих ситуаціях, існує тісний зв'язок між старшими та молодшими. Це відбувається тому, що діти безпосередньо й точно сприймають нас, батьків, повертаючи нам дзеркальне відображення нашої особистості з усіма її сильними та слабкими сторонами. Тому, паралельно з дорослішанням, повсякчас розширювати коло своїх інтересів, аби прищепити дитині потяг до пізнання, потребує самовдосконалення, здатності до любові, прагнення до вияву чуйності, уваги, доброти...

Але як цього досягти? Як знайти ту стежку, що приведе до серця дитини, допоможе нам краще зрозуміти один одного?

Одним зі шляхів у цій непростій справі може стати «подорож у власне дитинство». Частіше пригадуйте себе слабкими й беззахисними, невмілими й недовірливими, егоїстичними й жорсткими, боягузливими та жадібними... Але не забувайте пригадати і свою чуйність, доброту, щирість, відкритість. Пригадайте випадки, коли ви боялись визнати свою провину, повідомити про погану оцінку. Як тоді не хочеться йти додому, у будь-який спосіб відтягується розмова з батьками.

Можливо, ваш син чи донька відчують аналогічні побоювання. Допоможіть їм подолати цей бар'єр відчуження.

Навіщо така подорож? Для того, аби краще зрозуміти свою дитину сьогодні, зараз, у цей самий період її життя, коли ви їй так потрібні. Спогад - це місток до порозуміння, пише Володимир Леві. «Якщо важко з дитиною, якщо відчуваєте, що не розумієте її, лише хвилину на день віддайте спогаду про себе самих у тому самому віці, у становищі, близькому, подібному, бодай у чомусь схожому. Зусилля не пропаде, знайдеться, можливо, несподіване рішення...», - підказує психолог.

Діти вірять нам і довіряють нашому досвіду. Вони готові нескінченно слухати про наше минуле. «Виявляється, мами, тата і навіть бабусі й дідусі також були такими, як ми. Що ж вони робили, уміли, що відчували?» - так, можливо, думають наші діти. І щиро дивуються, знаходячи щось дуже близьке, знайоме, коли слухають розповіді «здалеку».

## **II. Дискусія «Ось я у твої роки...»**

### **Уведення у проблему**

Психолог. Досить часто говоримо дітям - і малим, і великим, - дорікаючи їм у тому, що вони, на нашу думку, щось не так зробили, не за тією молоддю йдуть, не ті цінності сповідують... Не так, як ми в їхньому віці чи як інші люди... Не будемо вдаватися у суть претензій, шукати правих чи винних. Мова про інше: за позитивними аргументами ми частіше звертаємося у власне минуле. Ось тут і виникає запитання: а чи всякий приклад - зразок? Чи правомірно «кликати назад», адже часи й мораль змінюються, і навіть дуже стрімко... Як витримати життєву діалектику: з одного боку, треба наставляти, з іншого - кожен має прожити власне життя... Чи обов'язково, якщо вчитись, то маючи за зразок дорослих? Приклад - аргумент, приклад - ілюстрація, приклад - доведення... Чи такий багатогранний зразок?

*Запитання для обговорення:*

Чи будь-який зразок викликає бажання його наслідувати? Який зразок сильніший - позитивний чи негативний? Чи є у ваших дітей зразок для наслідування? І як він виник: ви дали його дитині чи вона сама його обрала?

## **III. Вправа «Життєві сценарії»**

Психолог. Відомий американський психолог Ерік Бєрн розвинув теорію про те, що кожна людина створює свій життєвий сценарій на основі рішень, прийнятих у ранньому дитинстві. Як правило, ми не усвідомлюємо силу впливу, який справляє сценарій на наше життя, оскільки установки виникли так давно, що ми сприймаємо їх як частину своєї особистості. Але вплив залишається значним: перебуваючи в умовах стресу, ми схильні чинити так, ніби здійснюємо фрагмент сценарію, створеного в минулому, а не виходимо з даного моменту.

Подумайте про сценарій вашої дитини. Ви могли би повправлятися з нею, можливо, навіть

перетворивши це на сімейну гру. Якщо це неможливо, спробуйте виконати вправу з позиції вашої дитини. Якими би були її відповіді? В яких випадках ваші сценарії можуть зіткнутися й призвести до конфлікту?

Наприклад, ви переконані в тому, що «тільки все найкраще є дійсно добрим». Це означає, що вам важко прийняти від своєї дитини щось менше, ніж ідеальне. Дитина досить швидко зрозуміє, що ідеалу досягти неможливо, і може вирішити: оскільки вона ніколи не зможе бути «найкращою», то не варто й намагатися. Обов'язково почнуться зіткнення: ви будете вважати дитину лінивою й недостатньо розумною, а вона буде вважати ваші вимоги невинувато високими.

Використайте цей опитувальник (за Ш. Дейноу) для визначення свого сценарію. У кожному переліку тверджень виберіть одне, яке найбільш прийнятне для вас.

1. (а) Я завжди намагаюсь робити все краще, ніж раніше.  
(б) Я задоволений, оскільки вважаю, що роблю найкраще з того, чого можу досягти зараз.  
(в) Я рідко думаю про те, що роблю; я просто займаюсь тим, що має бути зроблене.
2. (а) Я не буду задоволений, поки не досягну досконалості в тому, що роблю.  
(б) Для мене більш важливо радіти своїй роботі, ніж бути кращим у ній.  
(в) Я ніколи не досягну добрих результатів; мабуть, я просто пливу за течією разом з іншими.
3. Якби ви намалювали картину, то ви б:  
(а) Вирішували, чи варто вам залишити її; викинули б, якби вирішили, що вона недостатньо добре намальована.  
(б) Повісили б її туди, де ви могли б дивитись на неї та милуватись нею.  
(в) Мабуть, узагалі не почав би малювати, оскільки в мене нічого не вийде.
4. (а) Я вважаю, що друзі повинні поводитись правильно; в іншому випадку я не збираюсь товаришувати з ними.  
(б) Я розумію, що друзі можуть іноді підводити мене, але не дозволяю цій обставині порушувати нашу дружбу.  
(в) У мене практично немає близьких друзів.

*Аналіз результатів діагностики (батьки аналізують свої відповіді на питання опитувальника)*

Психолог. Вибір тверджень групи (а) свідчить про те, що ви встановили для себе досить високу планку. Ваш сценарій - «тільки краще - є достатньо добрим». Хоча на перший погляд це схоже на сценарій для переможця, часто виявляється так, що ті, хто ним користується, відчувають себе знедоленими. Проблема полягає в тому, що висота і/або нереальність вашої планки часто несе вам розчарування.

Попадання до групи (б) вказує на те, що ви або маєте гнучкий сценарій, або усвідомили недоліки та переваги своєї ролі й відходите від поведінки «за сценарієм». У цьому випадку ви більш схильні висувати перед собою реальні, досяжні цілі й сприймаєте себе як гідну особистість, незважаючи на свої помилки.

Попадання до групи (в) свідчить, що ви не вважаєте себе людиною, яка чогось варта в цьому світі.

Сценарій типу (а) створить вам багато проблем. Наприклад, ви могли висунути перед собою мету стати «ідеальним» батьком/матір'ю. Це означає, що ваші діти теж мають стати «ідеальними»: як інакше ви зможете досягти своєї мети? Оскільки ніхто не може бути «ідеальним», то на певному етапі вас чекає глибоке розчарування. Ви будете постійно осуджувати себе та своїх дітей, керуючись своїми надзвичайно високими принципами. За виникнення конфліктів ви будете розглядати їх як битви, в яких ви маєте одержати перемогу, а не як звичайні проблеми, які треба вирішити.

Сценарій типу (в) призводить до інших проблем. Якщо вам важко дивитись на себе як на гідну людину, яка має свої права, то вам ще важче ставитись таким чином до інших людей. У випадку конфлікту у вас виникнуть ускладнення з правами та повноваженнями, тому ви будете уникати зіткнень або поступатись. У будь-якому випадку результатом стане ваше обурення й розчарування.

Сценарій типу (б) уявляється найбільш задовільним. У ньому зазначається: що б ви не робили, самі ви залишаєтесь гідною людиною. Якщо ви знаєте про це, то вам не треба посылатися на інших (у тому числі й власних дітей) для підтвердження своєї гідності. Ви можете дозволити іншим бути самим собою, а коли виникнуть проблеми, спробуйте знайти взаємоприйнятне рішення. Ви розумієте, що шлях до розв'язку полягає в розумінні та компромісах, а не в суперечках і примусі.

Психолог. Визначивши свій можливий сценарій, запитайте себе, які частини сценаріїв типу (а) і (в) вам хотілося би поміняти, щоб наблизити їх до сценарію типу (б). Запишіть, що б ви могли зробити для здійснення цих змін.

*Батьки висловлюють свої думки.*

І знов-таки: поставте ті самі запитання своїй дитині або спробуйте «влізти в її шкіру». Знання власного сценарію та розуміння його співвідношення зі сценарієм вашої дитини допоможуть вам набути влади над ситуацією.

#### **IV. Підбиття підсумків роботи**

##### **Заняття 3**

**Мета:** з'ясувати, що таке конфлікт; на основі особистих спостережень виявити пичини конфліктів; навчити батьків розв'язувати конфліктні ситуації, толерантно поводитися під час конфліктів і за можливості уникати їх; сприяти вихованню гуманного ставлення до інших.

**Хід заняття.**

#### **I. Уведення у проблему**

Вступне слово психолога. Конфлікт - це зіткнення думок, точок зору з конкретного приводу. Іноколи він відбувається миттєво, а іноколи затягується на тривалий час, іноколи проходить локально, а іноколи «розходиться колами». Завжди має привід і причину й завжди правого й винного. У соціальних конфліктах - міжнародних, міжнаціональних, міжконфесійних, міждержавних - завжди мають місце конфлікти особистісні, між людьми. Міжособистісні конфліктні часті й самі по собі, хоч і драматизовані іноді соціальними... А хіба рідко відбуваються конфлікти самого із собою?

#### **II. Круглий стіл: «Конфлікти у нашому житті»**

*Питання для обговорення:*

Психолог: Які, на вашу думку, складності для розв'язання? Як ви вважаєте: чи можливе співіснування людей без конфліктів між ними? Чи потрібна безконфліктність? У суперечці шукають правого чи істину? Конфлікт між поколіннями - об'єктивна неминучість, результат нашої загальної невихованості? Що найчастіше призводить до конфлікту - різні точки зору, обставини? У вашому житті було, звичайно, чимало всіляких конфліктів. Якими ви пишаєтесь (якщо допустити таке слово)? Яких соромитесь? Чому ви віддаєте перевагу: уникнути від можливого зіткнення з іншими людьми, вступити в конфлікт, довести його до «переможного кінця»? На що орієнтуєте власних дітей?

*Батьки висловлюють власні думки*

#### **III. Диспут «Авторитет та авторитарність»**

Психолог. Авторитет та авторитарність - однокореневі слова, тобто ті, що виходять з якогось першопочаткового смислу й водночас взаємовиключні, оскільки і без того тому, хто користується повагою оточуючих, зовсім немає потреби бути жорстким з ними, подавляти їх власним Я, а людям, схильним подавляти інших, важко розраховувати на авторитет. Чи згодні ви з таким твердженням?

*Батьки висловлюють свої думки по колу.*

#### **IV. Робота в парах: «Інтерв'ю»**

Психолог об'єднує батьків у пари і пропонує учасникам взяти один в одного інтерв'ю, використавши наступні питання:

*Питання для обговорення:*

Де і чому ви відчули себе авторитетним: на роботі, у сім'ї, у побуті? Чи доводилось вам проявляти авторитарність? До чого це призвело? Що є характерним для вашого ставлення до чоловіка (дружини), дітей? Воно вас задовольняє? А сім'ю?

*Батьки діляться думками з приводу почутого, разом із психологом роблять висновок, що необхідно знати, як поводитися в таких ситуаціях, тобто уміти розв'язувати конфлікти.*

**V. Підбиття підсумків заняття.** ( психолог підводить до думки про дуже обережне, виважене й мудре поведіння під час конфлікту у сім'ї)

#### **Заняття 4**

**Мета:** надати профілактичну допомогу батькам з проблеми неприйнятної поведінки дитини; навчити батьків робити усвідомлений вибір стратегій виховної поведінки у своїй сім'ї, нести за нього відповідальність; навчити акцентувати увагу батьків на поведінці (вчинках), а не на особистості дитини; навчити учасників стратегій ефективної комунікації.

#### **Хід заняття**

##### **I. Ділова гра «Нестандартна дитина»**

**Уведення у проблему** (вступне слово психолога)

Радість і горе сім'ї, учителів - нестандартна дитина! (Лише умовно припустимо таке словосполучення: не буває стандартних дітей, кожна з них своєрідна, і кожна по-своєму.) «Усі діти, як діти: бігають, граються, сперечаються, б'ються. А цей (ця) усе в собі, усе в душі, замкнутість, нелюдимість, ні з ким не ділиться», - жаліється мати.

Інший варіант: «Усі діти, як діти: читають, розмірковують, співпереживають. А цей (ця) кидається в бій, аби сперечатись, аби впіратися». Ні, тут нема патологій, нема й потреби звертатись до спеціаліста. Частіше замислюється, знає більше, ніж ровесники, реактивний при опитуванні, може виправити дорослого, указати йому на помилки, загострено справедливий, агресивний у захисті слабшого, із задоволенням веде за собою інших...

##### **II. Вправа «Берег дитинства»**

Психолог пропонує об'єднатися батькам у дві групи. Перша група учасників пригадує як вони поводити себе у школі у дитячі роки, А друга група - які у них у дитинстві були інтереси, захоплення, місця відпочинку (дозвілля). Свої спогади батьки записують на фліп-чарті.

Психолог запитує батьків: (Проблемні запитання для проведення гри):

Хіба ви такими не були? А з такими зустрічались? Як же бути? Загасити прояв індивідуальності? Рівняти під формулу «такий, як усі»? Заохочувати своєрідність, стимулювати неординарність - виділяти з інших? А від вашого рішення залежить майбутнє нестандартної дитини! Як би ви вчинили?

*Батьки, висловлюють свої спогади*

##### **III. Вправа (за Ш. Дейноу)**

Психолог:

1. Візьміть ручку й папір та складіть список усіх проблем, що турбують вас у зв'язку з дитиною. Записуйте все, що приходить на думку, - і значуще, і незначне.
2. Опишіть свої думки та почуття стосовно визначених вами проблем. Записи можуть бути, скажімо, такими: «Що я зробив неправильно?», «Я поганий батько/мати», «Як я міг стати таким

невезучим? Інші ж батьки щасливі зі своїми дітьми», «Я не дозволю дитині здобути перемогу наді мною» тощо.

3. Складіть список усіх способів, до яких вдалися з метою розв'язання виникаючих проблем. Ось деякі зі стратегій, котрі ви могли застосовувати:

- Заохочення та підкуп (У тебе будуть додаткові кишенькові гроші, якщо...», «Якщо ти будеш добре поводитись, я дозволю тобі піти на день народження...»).
- Контроль («Покажи, що ти зробив», «Чим займався, коли прийшов зі школи?», «З ким це ти розмовляєш по телефону?»).
- Покарання («Наступного тижня ти не матимеш жодних розваг»).
- Розпорядження («Протягом усього вечора будеш виконувати всі господарські справи»).
- Інші відомі засоби «розв'язання» проблем.

Психолог. Пригадайте місяць, що минув. Які методи ви застосовували, щоб змусити дитину поводитись певним чином? Які з них виявились дієвими? Чи продовжуєте ви користатися ними?

*Обговорення висловлених батьками думок.*

#### **IV. Вправи на складання плану життя (у контексті взаємодії з дітьми та їхнього виховання) на місяць, на півроку, на рік (О. Жилкіна)**

Психолог пропонує батькам на аркушах паперу зробити прогноз життєдіяльності своєї сім'ї при наявності якоїсь вади, а потім такий прогноз без цієї вади. Подумати й визначити, що для цього треба зробити.

Батьки знайомлять учасників із програмами розвитку своєї родини (за бажанням)

- У разі необхідності проводяться індивідуальні консультації.

#### **V. Узагальнення, підбиття підсумків заняття**

##### **Заняття 5**

**Мета:** виявлення й опрацювання проблем, які мають батьки у вихованні дітей; розширення наявного в них досвіду вибудови внутрішньосімейних взаємин з дітьми на основі прийняття нових моделей поведінки та відносин; формування прагнення до підвищення педагогічної культури через соціальну просвіту та самоосвіту.

#### **Хід заняття**

##### **I. Вправа «Вивчення прикладу з практики»**

1) Психолог пропонує батькам розібрати конкретний приклад із сімейного життя.

Якось напередодні Нового року забігла я до своїх друзів, щоб запросити їх до себе на новорічну ніч. Удома була вся сім'я: чоловік, його дружина та їхня єдина дочка Настя, якій тоді виповнилося 16 років. Зустріли мене гостинно, хоча всі троє відчували себе трохи ніяково: тільки мій дзвінок у двері перервав суперечку, яка незабаром спалахнула з новою силою - дочка повідомила батьків, що буде зустрічати Новий рік з новими друзями, а ті не хотіли відпускати її на цю вечірку.

Іти туди дівчинка збиралася сама, і тільки сама. Супровід батьків, які прагнули хоча би поглянути на нових друзів, був, на її переконання, абсолютно небажаний.

Батько спочатку не висловлював категоричної заборони. Він намагався з'ясувати: скільки там буде людей і хто саме - тільки молодь чи дорослі теж? Як довго триватиме вечірка? Та коли я прийшла, усі ці запитання були позаду. Голова сім'ї прийняв рішення: свою дочку він нікуди не пустить. Але спершу його відмова прозвучала таким ласкавим тоном, що Настя просто не повірила, вирішивши, що батько не хоче відразу здавати своїх позицій. Тому вона продовжувала відстоювати свою думку до останнього, однак, коли батько не витримав і перейшов на крик, розплакалась і побігла до себе в кімнату.

Мати, поки тривала суперечка, зберігала мовчання...



Пізніше я дізналася, що цього дня Настя так і не вийшла зі своєї кімнати, проплакала, поки не заснула. Батьки теж рано лягли спати: коли такий настрій, то вже не до новорічних святкувань.

На цьому історія ніби-то й скінчилася. З матір'ю Настя ще намагалась порозумітися, а з батьком більше не сперечалась. І в подальшому намагалась уникати будь-яких контактів.

2) Психолог пропонує батькам зробити аналіз даного випадку (Що відбувалося? Що було позитивним, що - ні? Що можна було зробити краще? Що б ви зробили інакше?).

3) Учасники порівнюють різні точки зору.

4) Власні приклади батьків (Яким чином була вирішена аналогічна ситуація? Що цінного винесли із власної практики?).

5) Узагальнення, підбиття підсумків.

## **II. Дискусія «Минуле й сучасність»**

### **Уведення у проблему**

Психолог. Порівняйте цінності та спосіб життя своїх батьків із цінностями та способом життя своїх бабусі й дідуся. Ви побачите, як вони змінювалися залежно від обставин. І цей процес є нескінченним. Триває він і сьогодні. Тому не дивуйтеся, що існує певна різниця в поглядах на ті самі речі у вас і ваших дітей. Ви намагаєтесь її подолати і... відчуваєте своє безсилля. Це відбувається тому, що неможливо по-справжньому змінити особистість іншої людини, якщо вона цього не хоче. Тому будь-які спроби виправити дитину методами, котрі вона не сприймає, не дадуть позитивного результату. Але не думайте, що з цієї ситуації немає виходу. Спробуйте змінити себе - свій спосіб сприймання, свою реакцію на слова чи поведінку дитини. Для цього складіть перелік тих проявів у ваших взаєминах з дитиною, які ви хотіли б змінити. Поміркуйте над адекватністю способів, до яких ви вдавались і які не принесли реальних результатів. Їх треба змінити.

*(У разі необхідності з батьками проводяться індивідуальні консультації у спеціально відведений для цього час.)*

## **III. Вправа «Поради поштою»**

Батьки об'єднуються у групи по 5-6 осіб. Кожному видається конверт, на якому написано основне речення: «Моя проблема пов'язана з умінням будувати стосунки з дитиною й полягає у...» У середині конверта - кілька чистих карток.

Одержавши конверт, кожен учасник дописує на ньому свою проблему й передає його сусіду справа, який знайомиться з проблемою (записаною на конверті) і на чистій картці пише її можливе вирішення. Картка вкладається в конверт і він передається далі. Коли кожний конверт обійде повне коло, їх «відправники» читають запропоновані їм шляхи вирішення заявлених проблем.

**Заключне обговорення.** Обмін думками - як у групах, так і перед усією аудиторією.

## **IV. Домашнє завдання**

Психолог. Поспостерігайте за сином (дочкою): як він (вона) ставиться до ваших вимог. Якщо приймає їх, то подумайте, чому? Якщо відмовляється виконувати, чим обґрунтовує це?

### **Заняття 6**

**Мета:** інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин як основи гармонійного спілкування у родині; формування комунікативних навичок; розвиток взаєморозуміння, довіри.

#### **Хід заняття**

### **I. Круглий стіл «Іноді хочеться побути на самоті...»**

#### **Уведення у проблему**

Психолог. А. де Сент-Екзюпері говорив про «розкіш людського спілкування». Чи завжди воно

благо? А якщо воно примусове, вимушене, нав'язливе? Ви ніколи не зазнавали потреби в усамітненні, бажання побути на самоті? Дуже важливо дитині чи дорослому спілкуватися, жити серед людей. А хіба не треба допомогти дитині, підліткові у спілкуванні із собою, стимулювати роздуми над собою, здатність пробудити й почути голос совісті?

### **Питання для обговорення:**

- Як це краще зробити, щоб не нав'язувати себе, не лізти в чужу душу?
- Чи правильно недооцінювати розкіш усамітнення?

*Батьки висловлюють свої думки*

## **II. Рольова гра «Вечір у колі сім'ї»**

### **Психолог:**

#### 1) Повідомлення теми гри та її змісту.

Син або дочка приходять зі школи. Їм хочеться розслабитись після напруженого дня, не хочеться вислуховувати й виконувати будь-які вимоги старших. Усі бажання зводяться до того, щоб дивитись телевизор, тримаючи перед собою тарілку з їжею, зачинитись у своїй кімнаті та слухати музику або через Інтернет надсилати повідомлення знайомим. Вони хочуть пізно лягати спати й не відповідати на запитання батьків типу «Куди ти йдеш?», «Коли повернешся?».

«Дитина», яка живе в них усередині (за Е. Вольфом), не хоче вішати одяг у призначені для цього місця, не кажучи вже про допомогу по господарству й виконання домашніх завдань. І, що є досить очевидним, їм не хочеться спілкуватися з батьками, які повсякчас бурчать і щось вимагають.

Батьки, повертаючись додому після роботи, також прагнуть хоч на якийсь час стати «дітьми»: відчувати себе комфортно й затишно у своїй домівці, не вислуховувати вимог чи проблем від своїх близьких. Мабуть, кожному з вас знайома така ситуація.

І дитина, і батьки живуть разом, постійно перетинаються в кімнаті, на кухні...

#### 2) Розподіл ролей (батьки, діти, представники старшого покоління; експерти).

#### 3) Проведення гри.

*Обговорення. Підбиття підсумків.*

## **III. Тест «Чи вмію я слухати іншого?»**

Психолог пропонує батькам дати максимально відверті відповіді на десять запитань, які оцінюються за такою шкалою: «майже завжди» - 2 бали, «у більшості випадків» - 4 бали, «іноді» - 6 балів, «рідко» - 8 балів, «майже ніколи» - 10 балів.

1. Чи намагаєтесь ви припинити бесіду в тих випадках, коли тема (а то й співбесідник) нецікава вам?
2. Чи дратують вас манери вашого партнера по спілкуванню?
3. Чи може його невдалий вислів спровокувати вас на різкість або грубість?
4. Чи уникаєте ви розмови з невідомою чи маловідомою людиною?
5. Чи маєте звичку перебивати того, хто говорить?
6. Чи робите вигляд, що уважно слухаєте, а самі думаете зовсім про інше?
7. Чи змінюєте ви тон, голос, вираз обличчя залежно від того, хто ваш співбесідник?
8. Чи змінюєте ви тему розмови, якщо вона торкається неприємних для вас речей?
9. Чи виправляєте ви мову людини, якщо вона неправильно вимовляє слова, назви тощо?
10. Чи буває у вас поблажливо-менторський тон з відтінком зневажливості та іронії стосовно того, з ким ви спілкуєтесь?

Після виконання тесту батьки підраховують бали: чим більша їх кількість, тим більшою мірою в людини розвинуте вміння слухати. Якщо набрано більше 62-х балів, це результат слухача «вище середнього» рівня.

Психолог робить інтерпретацію результатів, відповідає на запитання батьків, дає практичні рекомендації, щодо покращення рівня комунікативних зв'язків у родині.

#### **IV. Підбиття підсумків**

##### **Заняття 7**

**Мета:** розвиток критичного мислення, познайомити батьків з психологічними віковими особливостями підлітків, обговорити з батьками основні проблеми, з якими стикаються діти у підлітковому віці, допомогти батькам визначити правильні методи виховання підлітків.

#### **Хід заняття**

##### **I. Бесіда «Ми живемо у прискореному темпі й прагнемо долучити до цього наших дітей»**

Вступне слово психолога. Звертаючись до психолога, батьки досить часто жаліються, що в них не вистачає часу на виконання всього того, що необхідно дитині. Дійсно, не можна не погодитись із тим, що в сучасних батьків не так уже й багато вільного часу. Однак, як засвідчують спостереження, збільшення тієї кількості часу, який дорослі проводять разом зі своїми дітьми, саме по собі не призводить до підвищення ефективності виховання. Не час обмежує батьківську любов, увагу, зацікавленість дитиною та її справами.

Отже, проблема часу полягає не стільки в його кількості, скільки у змісті, у психологічному аспекті, у характері спілкування та взаємодії батьків і дітей.

Час дітей і батьків різний: у перших усе в майбутньому, у других багато вже в минулому... Дитина хоче якнайскоріше звільнитись від опікування батьків, а вони намагаються якнайдовше її утримати. Може, саме тому нам часто здається, що в дитини завжди багато часу, а нам його так не вистачає. Багатьом батькам притаманне почуття постійної втоми, вони відпочивають, але ніяк не можуть відпочити; почуття напруги не зникає. Такі сім'ї живуть у безперервному поспіху, постійно намагаються ще щось устигнути й постійно не встигають.

Такі відчуття часто породжуються різноманітними психологічними причинами. Зазвичай це супроводжується неусвідомленим ставленням людини до свого часу, вона, так би мовити, неусвідомлено хоче звільнитись від цього тягаря, чекає кращих часів, заперечує своє реальне життя, не живе, а тільки збирається жити. Такий стан дорослих відбивається і на їхньому спілкуванні з дітьми. У сім'ї панує атмосфера постійного поспіху; діти щодня чують: «Давай скоріше, скоріше їж, знову зупинився, хутчіше, уже йдемо, я побігла», «Ой, знову запізнююся, скоріше, не затримуй мене».

Іноді ми примушуємо дітей поспішати з інших причин - нам хочеться, щоб вони швидше стали дорослими. «Скоріше б навчився сидіти, ходити, розмовляти, читати, писати...»

Зрозуміло, що все це буде, але чи не стоїть за цим чекання «дитини завтрашнього дня»? Чи не заперечуємо ми сьогоднішнє життя, сьогоднішній день дитини, а разом із цим і її саму? Адже коли так довго очікуване завтра настає, ми знову чекаємо нового завтра, віддаючи лише невелику данину тому, що все є сьогодні, зараз... Може, ми відчуваємо втому тому, що не вміємо любити сьогоднішній, нехай ще недосконалий, день нашої дитини і наш власний сьогоднішній день?!

*Батьки висловлюють свої думки*

##### **II. Ділова гра «Акваріум»**

Психолог, для обговорення однієї проблеми (наприклад, проведення вихідного дня) об'єднує батьків у три групи. Одна з них ставить стільці в коло, сідає на них та обговорює проблему протягом 10-ти хвилин. Кожний з учасників висловлює свою думку, як краще організувати вихідний день. Друга група мовчки спостерігає. В її учасників виникають свої думки, тобто критичність мислення стає джерелом нових пропозицій. Потім групи міняються місцями. Друге обговорення відбувається за тими ж правилами. Далі ще один цикл: 5 хвилин дається кожній групі

для прийняття власної концепції. Третя група - експерти, які уважно слухають висловлювання кожної групи. Робиться їх аналіз. Обирається найбільш оптимальний варіант.

Питання для обговорення:

- Ваші враження від проведеної гри?
- Що Вам сподобалося? Що ні?
- Чи готові Ви більше ніж зазвичай проводити часу з дитиною? Чому?

### **III. Індивідуальна вправа «Який я батько (мати)»**

Психолог. Існує серія тренувальних вправ, які допомагають батькам краще усвідомити власний «образ». Так, приміром, на їхню думку, він (вона) добрий батько (мати), досить комунікабельна людина, любить своїх дітей, намагається якомога краще виховувати їх. Але контакти з ними, їх змістове наповнення й наслідки не завжди вас задовольняють, а іноді викликають і негативні почуття. Чому це відбувається? Може, якісь особливості вашого характеру, особисті риси та якості певним чином впливають на ці стосунки? Спробуйте з'ясувати це.

Психолог пропонує батькам заповнити картки. «Подумайте та проаналізуйте свої відповіді».

#### **Картка 1**

Які мої якості (риси) необхідні для успішної взаємодії з дитиною, її виховання?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Які мої якості (риси) негативно впливають на наші взаємовідносини з дітьми?

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

#### **Картка 2**

Які мої якості (риси), що виявляються в контактах з дітьми, мені подобаються?

- 1.
- 2.

Які мої якості (риси), що виявляються в контактах з дітьми, мені не подобаються?

- 1.
- 2.

Психолог. Проаналізуйте свої відповіді. Продумайте, що треба зробити, щоб позбутись наявного негативу й набути побільше позитивних емоцій від контактів з дітьми, досягти належних результатів у їх виконанні.

*Батьки висловлюють свої думки (за бажанням)*

### **IV. На завершення проводиться загальне обговорення проблеми.**

### **V. Домашнє завдання**

Спробуйте реалізувати сприйняті вами зміни власної особистості у своїй сім'ї.

**Мета:** актуалізація сформованих уявлень про родину, її роль у житті людини, особливості сімейних взаємин; уведення ігрової проблемної ситуації; розвиток навичок практичних дій.

## **Хід заняття**

### **I. Психологічний етюд «Образ співрозмовника» (за С. Болтівцем)**

Вступне слово психолога.

Інструкція для батьків: уявіть вираз обличчя дитини, коли ви збираєтеся звернутись до неї. Спробуйте якомога точніше відтворити його за допомогою міміки. Скажіть і покажіть:

1. Про що, на вашу думку, дитина розмірковувала до вашого звернення?
2. Якою має бути її перша реакція на ваше звернення?
3. Способи попередження негативної чи неприємної відповіді (назвати).
4. Образ дитини, якщо ви будете на її місці (розказати та показати).
5. Вияв приємних для вас наслідків звернення:

- якщо дитина бажала поспілкуватись, але не наважувалася зробити це першою;
- якщо ваше звертання виявило спільність інтересів, бажань;
- якщо дитина сама ввійшла у ваше становище й виявила зацікавлену увагу та шанобливість.

*Обговорення вправи*

### **II. Психологічний етюд «Мене слухають» (за С. Болтівцем)**

Метою цієї вправи є вироблення вміння утримувати увагу співрозмовника (дитини) протягом 1-3-х хвилин мовлення.

Батьки об'єднуються парами.

#### **Психолог проводить попередній інструктаж**

1. Слід утримувати свій погляд, дивлячись в очі співрозмовників, а не відводити їх убік, на інший предмет або, що найгірше, - втуплювати в підлогу чи черевики того, до кого ви звертаєтесь. Це однак не означає, що погляд мовця має бути незворушно-некліпаючим.
2. Утримування погляду має збігатися з вимовленим словом, фразою, певним закінченим циклом говоріння.
3. Заключний етап утримання погляду на очах співрозмовника має дати відповідь на запитання: можна продовжувати говоріння, розпочинаючи новий його мікроцикл, чи співрозмовник виявляє бажання припинити слухання - сказати щось у відповідь, подякувати й піти, заперечити, запитати.

Після цього батькам (одному з учасників кожної пари) психолог пропонує розпочати розмову. Потім учасники міняються ролями.

Психолог разом із батьками проводить обговорення результативності вправи. Аналізує виявлені недоліки і шляхи їх подолання.

### **III. Рольова гра «Готуємось до свята»**

- 1) Повідомлення теми рольової гри: «Незабаром у мами (тата) день народження».
- 2) Розподіл ролей: батько, мати, дитина (16 років), молодша дитина (8 років) знайомі батьків (2-3 особи). За бажанням можна ввести ще ролі дідуся й бабусі чи когось іншого з родичів.
- 3) Програвання ситуації.

Аналогічна гра проводиться за темою «Незабаром день народження дитини (старшої, молодшої)». Крім (або на додаток до) ролей «знайомі батьків» вводяться ролі «друзі дітей».

- 4) Висловлювання експертів, які визначаються перед початком гри.
- 5) Загальне обговорення за такими напрямками:

- чи була різниця у ставленні членів родини до події, що мала відбутися, залежно від її

- «героя» (дорослий, дитина). Якщо так, то в чому вона виявлялась;
- «роль» дітей у «дорослому» святі;
- взаємини між «хазяями» та «гостями» (у кожному варіанті);
- що було позитивним;
- що було негативним;
- як можна змінити негативний чинник.

б) Підбиття підсумків.

#### IV. Узагальнення та підбиття підсумків заняття в цілому.

##### Заняття 9

**Мета:** обговорити з батьками виняткове значення любові і віри для виховання в дітях доброти, впевненості, щедрості, емпатії; віднайти шляхи до батьківського щастя.

#### Хід заняття

##### I Бесіда «Гарна дитина»

Вступне слово психолога. Чи часто ми говоримо про свою любов близьким людям? У будь-якому випадку, не так часто, як цього хотілося б. І найрідше, як це не парадоксально, ми говоримо про любов власним дітям, хоча вони найдорожчі для нас. Іноді на подібні розмови немає часу, а іноді не вистачає слів. І все ж спробуйте розповісти своїм дітям, як сильно ви їх любите, як пишаєтесь ними, як радієте їхнім успіхам.

Послухайте, що пише мама про свої стосунки з донькою.

«Поділюся з вами таємницею. Хоча мій чоловік був яскравим брюнетом з карими очима і я добре розуміла, що його гени сильніші за мої, усе ж таки «замовляла» сірооку та русяву (як я сама), із сильним характером, але разом із тим досить жіночу й ласкаву доньку. І чудо здійснилося...

Як справжня жінка, моя донька вже із самого дитинства заперечувала будь-які брючки, шорти та штанці. Найвищою її мрією були сукні з оборочками, рюшечками та мереживом, про які колись мріяла і я.

Незабаром Марійка почала гратись «у маленьку маму». А прикладом для неї було моє життя - те, що я робила для неї та для сім'ї кожного дня. Доки всі її ляльки та звірятка не були нагодовані й покладені спати (обов'язково з казкою й колисковою), донька теж не лягала.

Ішов час. Ось уже Марійці вісім років. Брюки вже не заперечуються так категорично, ляльок вона не тільки вкладала спати, а й шила їм вишукане вбрання, а облаштування іграшкових будиночків почала суміщати з допомогою мені в господарстві. І хоча овочі для салату в мою відсутність донька нарізала завеликими шматками, і килим пилюсила «місцями», а ліплячи вареники, залишала для начинки кілька «шляхів для відступу», - усе це не біда! Головне, що в Марійки було бажання допомагати - полегшувати чийсь працю! Мабуть, марно, коли вона, наприклад, поспішала до школи, я іноді тихенько застинала її ліжко, а донька, виходячи з ванни, запитувала: «Мамо, ну навіщо ти мені знову допомагаєш, адже ти теж поспішаєш на роботу?!». Зате ввечері, коли Марійка начебто вже спала, а я все ще порядкувала на кухні, вона насправді готувала для мене сюрприз - розстелена постіль і, як на малюнках, відгорнутий кутик ковдри. І записка: «Мамусю, я тебе дуже-дуже люблю! Цілую. Напиши мені відповідь. Твоя донька Марійка». А вранці вона загадково посміхалася.

Але ще важливіше, як мені здається, було не пропустити інший момент у вихованні доньки - між нами завжди мають бути чесні й довірливі стосунки, у нас не повинно бути таємниць одна від одної. На всі запитання Марійки (навіть найбільш «пікантні») я намагалась відповідати відразу і щиро. У всякому разі, коли я подарувала їй французьку Дитячу сексуальну енциклопедію, дочка після тривалої паузи здивовано запитала: «Ти сама мені це даєш, і не будеш мене сварити?». Зате тепер ніяких смішків, і якщо мою дитину щось хвилює, то за порадою й допомогою вона без коливань звертається до мене, а не кидається до своїх старших подруг. Усе, як і повинно бути.

Зараз Марійці 15 років. Вона одночасно навчається у спеціалізованій школі та у школі мистецтв.

На щастя, у цій щоденній суєті не втратила ні сили характеру, ні жіночості. І обніме, й прихилиться, а іноді, наче випадково, просто у плече чмокне. А нещодавно Марійка своїм запитанням просто спантеличила мене: «Чому діти перестають любити своїх матусь? Я так боюсь тебе розлюбити!». Мабуть, спілкуючись з однокласницями, вона помітила в їхніх розмовах ці тривожні нотки. І ще донька сказала, що не хоче рости. На моє здивоване: «Чому?» - відповіла: «Якщо я расту, то ти старієш...».

Кожного вечора, перед сном, я обов'язково бажаю Марійці доброї ночі. Це вже стало своєрідним ритуалом - я сідаю на краєчок її ліжка, обнімаю її, цілую. І кожного вечора чую ніжний голосок своєї «принцеси» у рожевих рюшечках і білосніжному мережеві: «Матусю, ти така гарна! Я так тебе люблю!».

Психолог дає завдання: пригадайте, може, колись і вам не вистачало такої відвертості у спілкуванні зі своєю матір'ю? Можливо, їй важко було зробити цей крок назустріч, а ви так його чекали. У вас ще є шанс уникнути цієї помилки у взаєминах з дітьми.

Тож відповімо на деякі запитання, які допоможуть скласти картину взаємин з вашою дитиною.

- Чи було бажаним народження вашої дитини?
- Ви щодня цілуєте свою дитину, говорите ласкаві слова або жартуєте з нею?
- Ви щовечора розмовляєте з дитиною по щирості й обговорюєте прожитий нею день?
- Раз на тиждень проводите з нею дозвілля (кіно, концерт, театр, відвідування родичів, похід на лижах та ін.)?
- Чи обговорюєте ви з дитиною сімейні проблеми, ситуації, плани?
- Чи обговорюєте ви з дитиною її імідж, моду, манеру одягатися?
- Чи знаєте ви її друзів (чим вони займаються, де живуть)?
- Чи в курсі ви про дозвілля своєї дитини, хоббі, заняття?
- Чи в курсі ви щодо закоханості або симпатій дитини?
- Чи знаєте ви про її недругів, недоброзичливців, ворогів?
- Чи знаєте ви, який її улюблений предмет у школі?
- Чи знаєте ви, хто улюблений учитель вашої дитини?
- Чи знаєте ви, який у неї нелюбимий учитель у школі?
- У разі суперечки ви першим ідете на примирення, починаєте розмову?
- Ви не ображаєте й не принижуйте своєї дитини?

## II. Диспут «Як ми оцінюємо власну дитину»

**Психолог.** Існують два види негативних оцінок: загального характеру й суттєві. Які з них ви вважаєте більш доцільними з позицій етикету?

Психолог розповідає батькам приклади оцінювання дій дитини:

1) Ти завжди така неохайна, хоч прибери в кімнаті.

Або: У тебе в кімнаті повно бруду, треба його прибрати.

2) Ти, як завжди, не думаєш, що робиш.

Або: На жаль, ти не подумав, перш ніж так учинити.

3) Як тобі не набридне ця ненормальна музика? Вимкни її, будь ласка.

Або: Ти не міг би трохи приглушити звук?

4) Будь ласка, закінчуй свої вічні суперечки, вони ні до чого не приведуть.

Або: Мій дорогий любителю сперечатися, давай спробуємо розібратись у ситуації. Можливо, я неправа.

Загальне обговорення.

### **III. Підбиття підсумків**

#### **Заняття 10**

**Мета:** інформувати про психологічні закономірності та механізми ефективних способів міжособистісних взаємин як основи гармонійного спілкування з людьми; обговорити ситуації, вирішення яких сприятиме поліпшенню внутрісімейної атмосфери.

#### **Хід заняття**

##### **I. Бесіда «Помилки сімейного виховання»**

Вступне слово психолога. Найбільш поширені помилки в розвитку внутрішньосімейних взаємин виникають через незнання й нерозуміння важливості міцних взаємин між батьками та дітьми. Перша з них полягає в тому, що дорослі не розуміють дитину, не знають особливостей її етапного розвитку, психофізичні особливості.

Розуміти дитину - означає усвідомлювати, чому вона чинить так, а не інакше. Наприклад, деякі батьки бачать лише негативний бік у тому, що дитина сказала неправду, і не замислюються про причину, що привела до таких дій. Можливо, дитина прагне самоствердження й визнання, їй не вистачає схвалення. За цих умов доцільніше допомогти дитині в пошуку засобів для самоствердження, у розкритті її позитивних якостей, що заслуговують схвалення.

Інша поширена помилка полягає в тому, що батьки не усвідомлюють, що дитина постійно нас оцінює та вчиться робити це в дорослих. Попри нашу відмінність, суперечливість, неоднаковість у життєвих ситуаціях, діти безпосередньо й точно сприймають нас, повертаючи нам дзеркальне відображення нашої особистості з усіма її сильними та слабкими сторонами.

Своїми власними оцінками батьки можуть навчити дитину бути терплячою, тактовною у висловлюваннях, навчити помічати в інших не лише недоліки, а й достоїнства. Тому паралельно з дорослішанням дітей самим батькам слід багато працювати над власним самовдосконаленням. Вони мають прагнути до розширення власних інтересів, аби прищепити дитині потяг до пізнання, потребу до власних досягнень, здатність до любові, зокрема й до власних майбутніх дітей.

Ще одна помилка - це неувага батьків до проблем дитини, переконаність у тому, що вони не мають суттєвого значення. Але для дитини її проблеми є досить серйозними й такими, що потребують вирішення. У неї є свої негаразди та радощі, вона може глибоко любити й ненавидіти. Від готовності батьків допомогти дитині залежить її переконаність у необхідності допомагати людям, відгукуватись на їхні прохання.

Виховуючи дитину, необхідно навчати її в будь-якій ситуації залишатися чесною та порядною людиною. Випускаючи дорослого сина чи доньку в самостійне життя, батьки мають забезпечити їх мінімумом необхідних знань, технічних навичок, професійних умінь. Зрозуміло, що певну частку цих завдань переймають на себе навчальні заклади, однак саме батьки несуть відповідальність за підготовленість дитини до самостійного життя.

##### **II. Ситуація для обговорення «Стосунки батьків і дітей»**

Психолог. У яких родинях стосунки між батьками й дітьми тепліші, щиріші? Так, де дорослі граються з дітьми. Відомий американський психолог Бенджамін Спок пише: «...якщо батько хоче, аби його син виріс справжнім чоловіком, він не повинен накидатись на хлопчика, коли той плаче, соромити його..., змушувати його займатись лише спортом. Батько має із задоволенням проводити час зі своїм сином, даючи йому відчути, що він «свій хлопець»... У батька із сином мають бути свої спільні секрети». А це вже серйозна гра у вірність, відданість, надійність друга.

##### **III. Диспут «Помилки у вихованні, яких колись усі допускали»**

###### **Проблеми для обговорення**



**Обіцянка більше не любити.** «Якщо ти не будеш таким, як я хочу, я більше не буду тебе любити».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** обіцянка не любити свою дитину - один з найбільш дієвих засобів виховання. Однак ця погроза, як правило, не здійснюється. А дитина чудово відчуває фальш. Набагато краще сказати: «Я буду тебе все одно любити, але твою поведінку не схвалюю».

**Байдужість.** «Роби що хочеш, мені все однаково».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** ніколи не треба показувати дитині, що вам байдуже, чим вона займається. Дитина відчуває вашу байдужість і відразу ж почне перевіряти, наскільки вона справжня. І, скоріше за все, перевірка буде полягати у здійсненні за відомо поганих учинків. Тому краще замість байдужості налагодити з дитиною дружні стосунки, навіть якщо її поведінка вас не задовольняє.

**Занадто суворості.** «Ти маєш робити те, що я тобі сказав, тому що в сім'ї я головний».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** діти обов'язково повинні розуміти, чому та навіщо від них вимагається щось робити. Переконавання краще за суворість. У разі необхідності можна сказати так: «Ти зараз робитимеш так, як я кажу, а ввечері ми спокійно обговоримо - чому і навіщо».

**Дітей треба балувати.** «Мабуть, я зроблю це сама. Моїй дитині це не вдасться зробити так, як слід».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** розбещеним дітям дуже важко доводиться в житті. Не можна тримати єдину дитину під ковпаком батьківської любові, адже в подальшому це може призвести до серйозних проблем. Повірте, коли батьки усувають майже кожен камінчик з дороги дитини, від цього вона не відчуває себе щасливішою. «Спробуй зробити це сам, а якщо не вийде, я тобі із задоволенням допоможу», - ось один з варіантів поміркованого ставлення до дочки чи сина.

**Грошова.** «Більше грошей - краще виховання».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** любов не можна купити за гроші - звучить досить банально, але це так. Часто буває, що в сім'ї з невисоким достатком робиться все, щоб задовольнити будь-яке бажання дитини. Однак ви не повинні відчувати докорів совісті через те, що не можете виконати всі її забаганки. Зовсім не гроші роблять дитину щасливою, а усвідомлення того, що вона для вас найкраща.

**Наполеонівські плани.** «Моя дитина буде займатись музикою (тенісом, живописом), я не дозволю їй утратити свій шанс».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** на жаль, діти не завжди оцінюють зусилля батьків. І доволі часто чудове майбутнє, намальоване дорослими у своїй уяві, руйнується небажанням дитини займатися, скажімо, музикою. Поки дитина ще мала, вона слухається дорослих, але потім... прагнучи вирватись із клітки батьківської любові, починає виражати протест доступними їй засобами - це може бути і вживання наркотичних речовин, і просто захоплення важким роком у нічні години. Тому, заповнюючи день дитини корисними та потрібними заняттями, не забувайте залишати їй трохи часу для власних справ.

**Надто мало часу для виховання дитини.** «На жаль, у мене зовсім немає для тебе часу».

*Батьки висловлюють свої думки.*

**Думка психолога:** дорослі часто забувають просту істину - якщо вже народили дитину, треба і час для неї знайти. Навіть якщо ваш день розписаний до хвилини, знайдіть увечері півгодини, щоби поспілкуватися з сином чи дочкою, розпитати про їхні справи, можливі проблеми. Їм це

необхідно.

#### **IV. Ділова гра «Як виховувати дитину сьогодні, щоб завтра їй жилось добре»**

**Проблема для обговорення:** хто більше захищений у житті і може успішно долати проблеми, негаразди?

- Той, хто в дитинстві був повністю захищений від біди та невдач своїми близькими.
- Той, хто був самостійним у вирішенні своїх проблем.
- Той, хто розв'язував їх самостійно, але в будь-який час міг розраховувати на підтримку батьків.

#### **V. Домашнє завдання**

Проаналізуйте свої взаємини з дитиною: як вони розвиваються; який зміст ви вкладаєте у спілкування з дитиною, іншими членами сім'ї; якою б ви хотіли бачити свою дитину в майбутньому.

### **Заняття 11**

**Мета:** виявлення причин суперечок і конфліктів, які виникають; визначення конструктивних способів виходу з конфліктних ситуацій, особливостей адекватного вираження своїх почуттів і переживань; розвиток навичок конструктивної взаємодії, взаєморозуміння, соціальної сприйнятливості, довіри.

#### **Хід заняття**

##### **I. Бесіда «Конфлікти та труднощі, пов'язані з ними»**

Вступне слово психолога. Досить часто наше життя затьмарюють сварки, образи, конфлікти, які спричиняють невдоволеність, тривогу, розбурхані нерви, небажання працювати та спілкуватися з певними людьми. Конфліктів не уникнути - адже люди всі різні, мають різні думки, бажання, інтереси, що неминуче призводить до їх зіткнення. До речі, є така закономірність: чим різноманітніші люди, які вступають у взаємини, тим вищий творчий потенціал такого колективу, тим плідніша їхня взаємодія та краще її результати. Але вища й вірогідність конфліктів. Помилковою є думка, начебто при конфліктній ситуації краще робити вигляд, ніби нічого не сталося.

Ігнорувати конфлікт неможливо - усе одно обидві сторони підсвідомо використовуватимуть будь-яку можливість «уколоти», завдати прикрасі один одному. Так поступово псується атмосфера, люди марно витрачають сили й час, які можна було б використати більш корисно.

Конфлікт між батьками та дітьми зазвичай викликається незгодою останніх з думкою дорослих, оцінкою, діями, вимогами, що виявляється у невдоволенні, різких репліках, скаргах. При цьому не докладається жодних зусиль, щоб розв'язати суперечність, яка виникла й може негативно позначитись на внутрішньосімейних взаєминах. Скажімо, заява дитини «Мені це не подобається» ігнорується, її думка типу «Я так не вважаю» - відкидається, відчайдушне «Не хочу!» не береться до уваги.

Ранній дитячий вік, підлітковість та юність наповнені помилками, які спричинені незнанням, невмінням, зумовлені пошуками оригінальності в поведінці. Тому пряме засудження, різка заборона не дають належного ефекту й не мають позитивної перспективи. Такі методи лише руйнують взаємини з дітьми.

Розв'язання конфлікту - справа творча: необхідно врахувати та проаналізувати значну кількість компонентів ситуації. Тому, якщо в даний момент виникає бажання припинити розпалювання конфліктного «вогнища», але не вбачається конкретного виходу із ситуації, що склалась, можна відкласти остаточне розв'язання на деякий час. Однак буває й таке. Батьки кажуть: «Повернемося до цього пізніше», але не вказують, коли саме. Така невизначеність часто залишає конфлікт невирішеним.

Добрі слова, ласкаве ставлення до дітей під час конфлікту значно знижують напругу ситуації. При назріванні конфлікту або напружених стосунках можна звернутись до дитини із проханням

про якусь послугу. Це підкреслює її значущість і допомагає знизити взаємне невдоволення.

«Не хочу», «не буду», «мені не подобається» треба брати до уваги, адже в цих словах - волевиявлення дітей, яке не можна придушувати, принижувати. Дитяче «не хочу» - показник якоїсь помилки дорослих. І якщо вони не знають, якої саме, краще піти на поступку: «Добре! Давай зробимо інакше».

Батьки, які не бояться йти на компроміс, найчастіше легко виходять з конфлікту. І навпаки, конфлікт затягується, якщо вони не спроможні або заперечують компроміс. Несподівана оригінальна реакція на конфліктну ситуацію також допоможе його розв'язанню. У такому випадку установка на опір, на боротьбу втрачає сенс, і дитина зазвичай погоджується з дорослими.

Причиною конфлікту часто стає неврахування особливостей дитячого психологічного розвитку. Навіть дорослим важко відразу переключатися з одного на інше, особливо якщо це різнополюсні дії. Що ж уже казати про дітей. Тому, як правило, будь-яка різко висунута вимога породжує в неї невдоволення й опір. З'являється напруга. Дорослі, звертаючись до дітей, вступаючи з ними у спілкування, мають це враховувати й давати їм час для такого переходу.

У спілкуванні з дитиною, особливо в оцінці якихось її дій, краще застосовувати описові слова - вони пропонують дитині знайти власне рішення проблеми. У такий спосіб можна уникнути проблеми вини й зацентувати увагу на іншому, на тому, що треба зробити.

У взаєминах з дітьми батьки часто бувають непослідовні. Про це іноді важко зізнатися навіть самим собі. Але якщо сьогодні говориться одне, а завтра - інше, учора вимагається робити так, а післязавтра по-іншому, то діти відразу зрозуміють головне: порядку в сім'ї немає, і перестануть слухатись. Якщо судження й вимоги часто змінюються, то будь-яка людина, а не тільки дитина, рано чи пізно перестане їх сприймати. Тому, якщо все ж таки через якісь обставини доводиться міняти вимоги, неодмінно треба пояснити дітям: чому?

Приховувати своє роздратування, негативні емоції, категоричну незгоду не можна, та й не вдасться, коли діти поведуть себе погано. Але треба пам'ятати, що гнів не повинен ставати головним виховним засобом. Гнів неефективно й руйнівно впливає на взаємини батьків і дітей. Якщо піти цим шляхом, то, можливо, і можна розв'язати якісь проблеми сьогодення, завтра втрати будуть значно серйозніші - повага дітей. Роздратування може непомітно стати звичкою, а потім і невід'ємною рисою характеру.

Суперечок, критичних ситуацій не стане менше з роками, але діти стануть більш самостійними та критичними, тому вже змалку треба вчитись розмовляти з ними спокійно, що б не сталося. Зрозуміло, усе одно будуть сварки, але треба вміти й миритися. Не відмовчуватись, не переживати, ховаючи очі, а вибрати час, знайти потрібні слова для щирої, відвертої розмови.

Якщо дитина захоплюється не тим, ким би хотілося батькам, не треба залишати її без батьківського благословення, не слід відкрито критикувати, висловлювати беззаперечну заборону. Нехай захоплюється й розчарується, змінює заняття - це її право. Необхідно спробувати дізнатись, чому син чи дочка не хочуть наслідувати своїх батьків. Хоча б одне припущення має бути. Не може дитина просто так, через випадковий каприз відмовлятися від того, що їй пропонується. Навіть малюку недостатньо категоричної відмови; він хоче знати, чому. Тим більше такої заборони не зрозуміють старші діти, якщо у відповідь на продумане прохання одержать коротке «ні». Неодмінно треба стежити за інтонаціями, добирати слова, щоб відмова не сприймалась як примха, каприз, абсолютизм влади. Найчастіше ображає не сама заборона, а тон, яким вона проголошується. Не слід жалкувати часу на пояснення причин негативної відповіді: так діти легше приймуть відмову. Незалежно від того, як дитина прореагує на відмову, треба намагатись не сваритися, не погрожувати й не застосовувати покарання. Примусити, звичайно, можна і маленького і великого. І якщо навіть він зробить те, про що просять, потім обов'язково винайде методи боротьби й навчиться уникати неприємних для нього дій і справ.

Психолог: послухайте два діалоги та зробіть висновки щодо вміння позитивно спілкуватись і попереджати виникнення конфліктів.

**Діалог А.**

**Мати.** Куди це ти зібралась так одягнута о десятій годині вечора буднього дня? Скільки можна шлятися? Брала б краще приклад зі своєї сестри!

(Мати відразу починає звинувачувати.)

**Дочка.** Мамо, завжди ти чіпляєшся! Я просто йду погуляти з собакою. Чому ти завжди думаєш, що я роблю щось погане? Ти завжди порівнюєш мене з Марійкою, а я цього терпіти не можу!

(Дочка, обороняючись, заявляє, що мати завжди звинувачує її та робить узагальнення.)

**Мати.** Ой, погуляти з собакою! І я повинна вірити? Знову брешеш! Напевно, кавалер чекає тебе на вулиці!

(Мати немов не чує слів дочки та знову нападає.)

**Дочка.** Завжди ти мене звинувачуєш! Урешті-решт, гуляти з собакою - це просто мій обов'язок. Ти ніколи мене не слухаєш! Ти мене ненавидиш, ось що.

(Дочка заходить ще далі в узагальненні, підігріваючи обстановку.)

**Мати.** Ніякої поваги! Ти мене тримаєш за наглядча. Іди негайно у свою кімнату. Можливо, там ти надумаєш вибачитися за свою поведінку. Тільки й можеш, що нерви матері псувати».

(Повний розрив відносин.)

### **Діалог Б.**

**Мати.** Куди це ти зібралась так одягнута о десятій годині вечора буднього дня? Скільки можна шлятися? Брала б краще приклад зі своєї сестри!

(Мати відразу починає звинувачувати.)

**Дочка.** Я просто йду погуляти з собакою.

(Дочка не пробує захистити себе.)

**Мати.** Та невже, у такому вбранні! Швидше можна подумати, що ти йдеш на кіностудію імені Довженка зніматись у головні ролі.

(Мати не відповідає, а як і раніше, звинувачує.)

**Дочка.** Ти ж сама знаєш, що гуляти з собакою - це просто мій обов'язок, але мені неприємно, коли сміються над тим, як я вбрана.

(Дочка не звинувачує матір.)

**Мати.** Я знаю, але мене по-справжньому дратує, коли ти робиш із себе двадцятип'ятирічну жінку.

(Продовжує звинувачувати.)

**Дочка.** Я не хочу тебе турбувати, мамо. Але не розумію, що саме тобі діє на нерви.

(Не йде в наступ, а бере до відома слова матері.)

**Мати.** Я просто хочу, щоб ти мала пристойний вигляд. Одягни, будь ласка, що-небудь, що прикриває коліна, і йди.

(Не зовсім конструктивне спілкування, але погляньте, як добре донька розрядила обстановку.)

## **II. Рольова гра «Упевнений у собі»**

Психолог об'єднує присутніх у групи. Кожному члену групи пропонується продемонструвати в запропонованій ситуації різні варіанти відповідей: невпевнену, агресивну, упевнену.

Агресивна відповідь характеризується тим, що людина одразу ж нападає на іншу, тон розмови різкий, створюється конфліктна ситуація.

Невпевнена відповідь характеризується тим, що людина починає виправдовуватись, просити, «заглядати в очі», принижуючи свою гідність.

Упевнена відповідь характеризується тим, що людина твердо, ясно, упевнено розкриває свою

позицію та ставлення до проблеми й наполягає на її позитивному вирішенні.

*Батьки розігрують ролі. Висловлюють свої думки.*

### **III. Мозковий штурм «Проблеми, що викликають конфлікти між батьками та дітьми»**

Психолог пропонує назвати проблеми, що найчастіше стають причиною непорозумінь між батьками та дітьми, викликають конфліктні ситуації. Запропонувати засоби їх подолання.

*Батьки записують свої думки на фліп-чарті.*

*Психолог роз'яснює, дає практичні рекомендації щодо вирішення проблем.*

### **IV. Домашнє завдання**

1. Проаналізувати причини виникнення конфліктів у своїй сім'ї та засоби, що застосовуються для їх подолання.

2. Грунтуючись на одержаних у ході заняття знаннях, спробувати попередити виникнення конфлікту, застосувати його конструктивне розв'язання.

### **Заняття 12**

**Мета:** знайомство з різними видами емоцій і почуттів; відображення власних емоційних переживань і станів; формування адекватних способів вираження негативних почуттів і емоцій; навчання успішної взаємодії.

#### **Хід заняття**

#### **I. Бесіда «Стрес і його наслідки. Способи подолання стресової ситуації»**

##### **Уведення у проблему**

Вступне слово психолога. «Стрес - це не просто життя, це аромат і смак життя, - писав засновник теорії стресу, канадський учений Г. Сальє. - Повне звільнення від стресу означає смерть».

Нервове збудження, емоції - це нормальна відповідь організму на зовнішні вимоги. Активізація життєвих сил допомагає людині успішніше долати труднощі, вона потрібна і корисна. Уникати треба впливів, які грубо руйнують саму спроможність до адаптації. Коли організм постійно одержує дозу фізичного чи психічного впливу, що перевищує деяку сформовану норму, він «ламається», відбувається нервовий зрив.

Учені розробили таблицю стресів, оцінивши в одиницях кількість життєвої енергії, яка використовується на переживання тієї чи іншої події. Навіть дрібні сварки й образи забирають не менше одинадцяти одиниць життєвих сил, розірвання шлюбу коштує 73 одиниці, смерть близької людини - не менше 100. Сексуальні ускладнення забирають 33 одиниці, і навіть зміна звичного режиму харчування вимагає 15-ти одиниць енергії. І якщо на людину одночасно «упаде» близько 700 стресових одиниць, вона загине.

По-різному переживають стрес чоловіки й жінки. Відчуваючи небезпеку, жінки заздалегідь малюють збільшені трагічні картини катастрофи, що наближається. Такий «розтягнутий» у часі стрес дозволяє легше пережити лихо, якщо воно дійсно відбувається. Чоловіки ж у випадку хвороби або важкого переживання за всієї уявної міцності організму гірше долають раптові навантаження. Така занижена «чутливість» дозволяє чоловіку надійніше зберігати душевну рівновагу, бути опорою сім'ї в разі назрівання конфлікту.

Для попередження стресів важливо навчитись управляти своїми емоціями. Саморегулювання емоцій також потребує обов'язкової концентрації на них уваги або зосередження. Зосередження на емоціях (наших почуттях) дозволяє отримати необхідну інформацію про їх зміст та інтенсивність.

Вплив емоцій на психічну діяльність і фізіологічні функції організму дуже великий. Залежно від сили та тривалості емоцій, особливо якщо вони негативні, реакція організму може супроводжуватись різними змінами в органах і системах та їх розладами, утратою енергії.

Безконтрольні негативні емоції часто дезорганізують психічну діяльність, викликають

різноманітні гострі та хронічні захворювання. У стані емоційного збудження та гніву людина настільки втрачає контроль над собою, що починає поводити себе відповідно до ситуації. Джерелом такої поведінки часто може стати конфліктна ситуація. Тому емоційний самоконтроль, управління та оволодіння навичками емоційного контролю є невід'ємною частиною «правильного» спілкування.

## **II. Вправи для роботи зі своїми емоціями**

Психолог пропонує батькам вправи для зняття емоційного напруження, навчання прийомам регуляції власного емоційного стану.

### ***A. Самонавіювання***

**Формули для самонавіювання:** негайно заспокоюсь; перестань думати про неї; усе вирішиться; дихаю рівно; дихаю спокійно; і як це я міг розладнатися? заспокоєний, зібраний; голова ясна; можу спокійно міркувати; не піддавайся цій думці; усе буде добре; це не варте хвилювання; тривог немає, можу спокійно все обдумати.

### ***Б. Прийоми позитивного спілкування***

Приєм «відкривання шлюзів». Передбачає такі висловлювання:

- Це цікаво, розкажи ще щось про це.
- Ти не хочеш ще щось розповісти про це?
- Як цікаво те, про що ти говориш!
- Схоже, ти це здорово відчув!
- Ти хочеш мені про це розповісти?

**Приєм «з'ясування».** Використовується для того, щоб виявити увагу до співрозмовника, показати свою зацікавленість в його оповіді. Тут пропонуються такі звернення:

- Ти маєш на увазі, що...
- Не міг би ти пояснити, як ти розумієш...
- Я не зрозумів, що ти тільки що сказав, чи не міг би ти пояснити ще раз.

**Приєм «відображення почуттів».** Якщо необхідно виявити розуміння емоційного стану іншої людини, можна скористатись такими виразами:

- Здається, ти дуже радий тому, що...
- Здається, ти дуже хвилюєшся через те, що...
- Ти видаєшся роздратованим (ображеним) у зв'язку з...

### ***В. Методи захисту***

1. Не провокувати агресію на себе:

- не говорити «командним тоном»;
- не використовувати при зверненні такі вирази, як «ти повинен», «ти мусиш це зробити»;
- не використовувати своє положення: «я старший за віком», «я розумніший», «мені видніше»...

2. Щиро демонструвати повагу, розуміння, зацікавленість, уважно слухати й дивитись у вічі співрозмовнику.

3. Не ставити себе в позицію начальника, тобто в позицію сили.

4. Дотримуватись рівноправних стосунків у спілкуванні.

5. Ставити конкретні запитання (наприклад: «Коли це буде виконано...», «Хто відповідає...», «Які потрібні засоби...», «Скільки потрібно...») та давати конкретні відповіді.

6. Якщо відчуваєте злість або гнів - з'ясуйте його реальну причину. У момент безпосереднього відчуття негативних емоцій під час бесіди чи конфлікту поставте собі запитання: «Що я хочу одержати в результаті?».

### III. Опрацювання «Правил спілкування»

Психолог пропонує батькам:

1. Умійте щиро вибачатись: я був (була) неправий (неправа)...; це було нерозумно з мого боку; я не виявив (виявила) до тебе належної уваги, вибач мені; ти зникнув (зникнула) через мене у присутності інших людей.
2. Умійте використовувати засоби спілкування: навчіться слухати із співпереживанням; навчіться самовиражатись; навчіться бути впевненим у собі.
3. Умійте використовувати взаємовідносини «усі виграють»: розглядайте проблему з точки зору іншої людини; визначте головні питання, які треба вирішити; знайдіть найбільш допустимі рішення; визначте можливі альтернативні шляхи знаходження рішення.
4. Умійте уникати невиправданих сподівань: навчіться чітко виражати свої сподівання; не приписуйте іншим власних почуттів, думок, учинків; навчіться коректно ставити запитання.
5. Умійте уникати помилок в оцінці оточуючих людей: нерівність; упередженість; поверховий погляд.

### IV. Рольова гра «Установлення контакту з партнером по спілкуванню»

1. Створення партнеру атмосфери безпеки, цікавості до його точки зору (перенесення центра уваги із себе на партнера; розмова про те, що цікавить партнера; часте повторення імені партнера; вияв своїх почуттів, усмішка).

*Батьки розігрують ролі.*

2. Вільне, упевнене поведіння, підтримка рівності позицій (урахування, що ваша точка зору не єдина; уникнення межових оцінок будь-чого; не перебивати, не насміхатися; відповідати за те, що робите).

*Батьки розігрують ролі.*

3. Використання правил та засобів спілкування (уміння щиро вибачатись; уміння використовувати правила спілкування; уміння уникати невиправданих сподівань; уміння уникати помилок в оцінці оточуючих людей; уміння використовувати взаємовідносини «усі виграють»; уміння використовувати засоби спілкування).

*Батьки розігрують ролі, висловлюють свої враження.*

### V. Підсумки заняття.

#### Самоосвітні завдання

- Якщо ви уважно вивчили теоретичну частину матеріалів Т. Кравченко, то напевно зрозуміли, що інтерактивні технології, методи та форми проведення тренінгових занять із батьками можуть бути успішно використані в будь-якій дорослій аудиторії. З огляду на це проаналізуйте можливості їхнього використання в системі підвищення педагогічної майстерності педагогів вашого навчального закладу.
- Опрацюйте систему тренінгових занять. Як на вашу думку, чи є підстави порекомендувати класним керівникам таку форму роботи з батьками?

### Тренінгове заняття для батьків

#### “Два світи”

**Мета:** усвідомлення різниці між «світом» дитини і дорослого, емоційних переживань, мотивації поведінки; набуття навичок аналізу причин поведінки дитини, з огляду на позицію дитини.; ознайомлення з поняттями «прийняття» дитини, особливостями батьків, які приймають і не приймають дитину, впливом негативних установок.

#### Хід заняття

1. Привітання батьків.
2. Презентація мети заняття.
3. Вправа-знайомство. «Аматорське фото – сімейний фотоальбом».

Мета: познайомити учасників, сприяти згуртуванню групи, створенню позитивної атмосфери й комфорту.

Батьки виконують малюнок «Моя сім'я», використовуючи різні асоціації.

### **I. Вправа «Дерево сподівань».**

Мета: одержати інформацію, що стосується сподівань учасників тренінгу.

Учасники на аркушах записують свої очікування від заняття.

### **Інформаційна частина «Особливості дитячого світу».**

Ми часто вважаємо, що діти мають нас і навколишній світ розуміти так само, як дорослі, але це — найбільша омана. Діти роблять свої висновки з огляду не тільки на те, що ми їм говоримо, а й на те, що ми при цьому робимо, як поведимося з іншими людьми. Наш особистий приклад часом більше виховує, ніж навчання.

Особливості дитячого світу порівняно зі світом дорослих:

- відсутність сформованих поглядів;
- швидкість перетворення;
- емоційність;
- висока мінливість;
- необтяженість побутовими турботами;
- відкритість;
- імпульсивність;
- злиття із зовнішнім світом;
- життя реальними подіями;
- повнота співчуття.

Часто батькам здається, що дитина погано поводить себе через бажання зробити щось погане навмисно, однак так буває далеко не завжди. В основі будь-якої небажаної негативної поведінки дитини жуть бути:

- вимога впливу або комфорту;
- бажання показати свою владу або демонстративну непокору;
- помста, відплата.

### **II. Вправа «Білль про права»**

Учасники об'єднуються у 2 групи («Діти», і «Батьки»).

Мета кожної групи – скласти список своїх прав. Потім вони по черзі називають ці права один одному. При цьому кожне право може бути внесене в остаточний список тільки тоді, коли воно прийнято іншою стороною. Кожна сторона може відхилити якесь право або наполягати на його зміні.

#### ***Права батьків***

- Давати поради, вказівки.
- Контролювати виконання обов'язків.
- Заохочувати.
- Вибирати разом з дитиною школу, секції, гуртки.
- Захищати свою дитину, піклуватися про неї.
- Отримувати любов, повагу, увагу з боку дитини.
- Карати.
- Любити дитину.
- Мати право на помилку.

#### ***Права дітей***

1. Приймати або не приймати поради.
2. Мати і виражати свою думку, не зважаючи на батьківську.
3. Вибирати свій імідж і спосіб дозвілля.
4. Отримувати любов і увагу з боку батьків.
5. Любити батьків.
6. Вибір друзів та їжі.



7. Помилятися і бути пробаченим.

### III. Інформація про дві території.

«Я маю знати про дитину все...», «У нього (неї) не має бути ніяких таємниць від мене»,—так вважають багато батьків. Як бачимо, рівень контролю за дитиною досить високий. З чим це пов'язано?

Давайте розглянемо на малюнках дві території—дорослу й дитячу.

Найкраще ця модель може бути продемонстрована на прикладі «території матері». На рисунку 1 видно, що в період виношування плоду територія дитини цілком належить матері, знаходиться під її контролем.

Рисунок 2 показує, що поява на світ лише трішки змінює ситуацію — за територією дитини (ліжечко, бажання) так само потрібен невсипущий контроль.

Але подальші події (рисунок 3) розгортаються таким чином, що дитина все частіше й частіше починає виходити з поля зору матері, і, зрештою, метою її розвитку стає самостійність.

Звичайно, цей процес поступовий та індивідуальний, з постійною передачею прав і відповідальності в міру готовності дитини діяти незалежно від матері, однак уся проблема в тому, наскільки батьки готові надати ці права. Іноді на цих «територіях» можуть відбуватися цілі бої — дитині доводиться боротися за обстоювання своєї самостійності, або, навпаки, ситуація «маминого крильця» її дуже влаштовує, зате маму дуже обтяжує соціальна неспроможність дорослої дитини.

### IV. Вправа «Риси моєї дитини».

№	Що мене засмучує в моїй дитині	Що мене тішить у моїй дитині
1		
2		
3		

### V. Вправа «Мова прийняття».

Дуже часто говорить про безумовне прийняття дитини всіх її проявах. Цілком зрозуміло, що це викликає в батьків подив і навіть протест. Усі батьки ставлять перед собою виховну мету; виховати самостійність, відповідальність, навчити дитину акуратності, контролювати свою агресивність. Часто батьки, які намагаються демонструвати своє безумовне прийняття, не можуть виявити ці риси, і в результаті мають справу з досить егоцентричною особистістю дитини.

Е. Фромм ще в 50-ті рр. писав про важливість як безумовної, так і умовної любові. Так, батьки

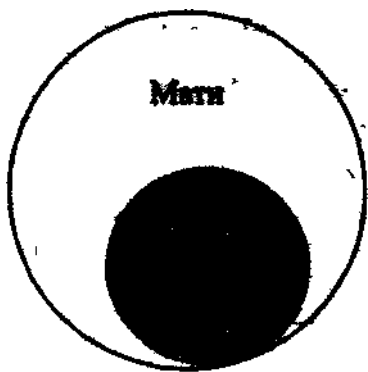
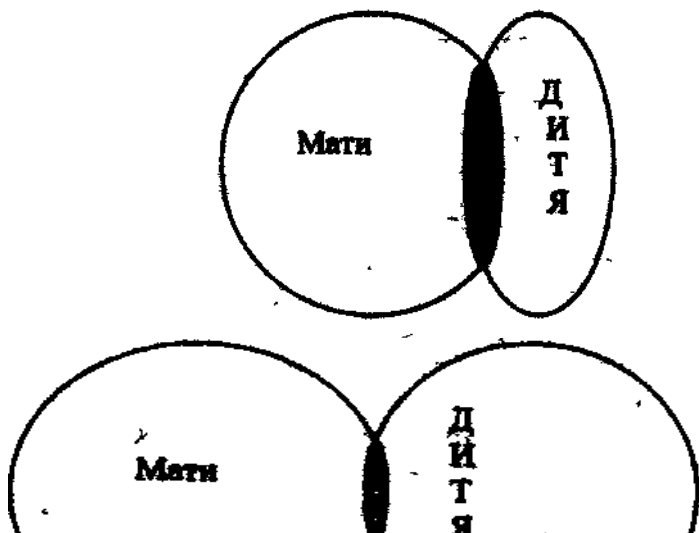


Рис. 1

Додаток 1



мають право любити дитину за щось, показуючи їй важливість якихось її ознак. Якщо раніше можна було говорити, що носієм безумовної любові (або любові до безумовних понять) є мати, а умовної — батько, то зараз кожний з батьків може виконувати обидві ці функції. Хоча в конкретній родині ситуація може складатися по-різному, загалом любов батька все одно більш умовна, а у формуванні ставлення до дитини з боку матері велику роль відіграє її перший досвід спілкування з нею. Саме в перші роки життя дитині необхідна велика любов, її безумовне прийняття, що формує довіру до світу й почуття впевненості в собі. Недарма в багатьох народів дитині до 5—6 років дозволяють багато, а потім настає період навчання соціальних вимог і заборон.

Якщо мати виховує дитину одна, їй доводиться поєднати в собі різні риси. Насправді людина живе у світі, де їй щось подобається, а щось — ні, вона переживає різні почуття й щодо своєї дитини: позитивні і негативні.

Одним з критеріїв діагностики прийняття дитини може стати те, наскільки швидко і легко батьки заповнювали графу «Що мене засмучує в моїй дитині?». Якщо легко вписували «-», але важко «+», навряд чи такі батьки приймають свою дитину такою, якою вона є. Однак навіть батьки, які вважають, що приймають свою дитину такою, якою вона є, далеко не завжди можуть показати дитині своє прийняття. Адже його необхідно демонструвати. Саме тому дуже важливо навчитися говорити «мовою прийняття», не використовуючи негативних установок.

*Ознаки мови прийняття.* Оцінка вчинку, а не особистості, похвала, комплімент, ласкаві слова, підтримка, вираження зацікавленості, порівняння з самим собою, схвалення, згода, позитивні тілесні контакти, посмішка, контакт очей, доброзичливі інтонації, емоційне долучення, заохочення, вираження своїх почуттів, відображення почуттів дитини.

*Ознаки мови неприйняття.* Відмова від пояснень, негативна оцінка особистості, порівняння не на краще, зауваження щодо невідповідності батьківським очікуванням, ігнорування, команди, накази, акцентування на невдачі, образа, погрожування, покарання, жорстка міміка, загрозливі пози, негативні інтонації.

**VI. Вправа «Дерево підсумків»** (на намальованих яблуках батьки записують свої враження від заняття).

#### **Легенда В.Сухомлинського «Хто найкращий майстер на землі».**

Це було дуже давно. В одному селі в Україні дівчата і жінки вирішили показати свою майстерність. Домовилися, що в неділю усі прийдуть на сільський майдан і кожна принесе найкраще, що вона зробила своїми руками: вишитий рушник, мереживо, скатертини, одяг...

У призначений день усі дівчата і жінки прийшли на майдан, принесли безліч цікавих речей. У старих, які повинні були назвати найкращих майстринь, очі розбігалися.

Дружини й дочки багатіїв принесли вишиті золотом покривала, тонкі мережані фіранки, на яких були вив'язані дивовижні птахи. Але переможницею стала дружина бідняка Марина. Вона не принесла ні вишитого рушника, ні мережив. Хоча все це чудово вміла робити. Вона привела п'ятирічного сина Петруся. А він приніс жайворонка, якого сам вирізав з дерева, приклав жайворонка до губ, і той защебетав, як живий. Усі завмерли, ніхто не поворухнувся. Всіх зачарувала пісня, і раптом у блакитному небі заспівав живий жайворонок, якого привабив спів із землі...

#### **Слова-побажання батькам.**

Пам'ятайте, що дитина — це дзеркало життя своїх батьків. Як у краплі води відбивається сонце, так і в дітях відображається духовне багатство мами і тата. Робіть усе, щоб дитинство і майбутнє ваших дітей було прекрасним. Любові та взаєморозуміння, успіхів і щастя вам і вашим дітям!

## Стежиною батьківської мудрості

### Тренінг для батьків

**Мета:** поглибити знання батьків з питань морального виховання; дати можливість батькам поділитися своїм досвідом сімейного виховання; підвести їх до аналізу особистого педагогічного досвіду; ознайомити присутніх із стилями спілкування в родині; формувати відповідальне ставлення батьків до виховання фізично і психологічно здорового підростаючого покоління.

**Обладнання:** маркерна дошка або ватман для запису інформації; маркери, фломастери, кольорові олівці; папір формату А4, А3, авторучки, роздаткові матеріали, технічні засоби, диски із записами.

*Час проведення:* 1,5 години.

### Структура заняття

№	Зміст заняття	Тривалість	Примітки
1	Вступ, постановка проблеми	5 хвилини	
2	Вправа «Знайомство»	15 хвилини	
3	Конкурс «Народна мудрість»	5 хвилини	
4	Вправа «Мух краще ловити на мед»	5 хвилини	
5	Інформаційне повідомлення «Стилі виховання»	15 хвилини	
6	Обговорення. Результати анкетування	5 хвилини	
7	Вправа «Батьківські настанови»	15 хвилини	
8	Вправа «Батьківські тривоги» Перегляд відеороліка	10 хвилини	
9	Вправа «Лист у майбутнє»	5 хвилини	
10	Аналіз заняття, підведення підсумків	5 хвилини	
11	Історія для натхнення.	5 хвилини	

### Хід заняття

*Батьки заходять до зали під музичний супровід (пісня «Батько і мати» у виконанні Назарія Яремчука) і займають місця за столами.*

#### **Вступ.**

Шановні батьки! Ми раді вітати вас сьогодні на наших батьківських зборах. В такій теплій, доброзичливій атмосфері ми з вами і поговоримо про найважливіше в житті для людини – батьківську любов.

*Родина, рід... Які слова святі! Вони потрібні кожному в житті. Бо всі ми з вами ніжні гілочки на дереві, що вже стоїть віки. Це дерево – наш славний родовід, Це батько, мати, прадід твій і дід...*

Сім'я для малої дитини – це Космос, де мама – Сонце, тато – Місяць, а численні родичі – планети. Саме тут вона черпає сили і енергію для життя, вчиться мудрості, набирається досвіду. В

дитячому серці зароджуються, вкорінюються моральні почуття – любов до людей, милосердя, доброта, що є сутністю вихованої людини. Мати і батько – головні природні вихователі дитини. Недарма в народі кажуть: «Яблучко від яблуні недалеко падає», «Яке дерево, такі й віти, які батьки, такі й діти», «Як не навчить батько – не навчить і дядько», «Від доброго дерева добрий пагінець відійде, од добрих батька й матері піде добра дитина». Через сім'ю наші діти виходять у суспільство. У сім'ї їм вручають естафету досвіду поколінь, яку вони повинні нести далі, щоб передати її своїм дітям, а отже – майбутньому. Жоден виховний заклад не може дати дітям того, що дає нормальна сімейна атмосфера: спілкування дітей з батьком та матір'ю. Діти уподібнюються дорослим, копіюють їх, орієнтуються на їхню поведінку, як на взірець.

Кажуть, діти – дорогоцінність, а ще більша дорогоцінність їх виховати, так як сам процес виховання – безперервна робота серця, розуму і волі батьків. «Не думайте, що ви виховуєте дитину тільки тоді, коли з нею розмовляєте чи повчаєте, чи караєте її. Ви виховуєте її кожної миті свого життя, навіть тоді, коли вас немає вдома» говорив А.С. Макаренко.

Усі ми вважаємо себе люблячими батьками, і це природно. Ми дійсно любимо своїх дітей. Сьогодні ми з вами повинні усвідомити те, що ваша любов принесе дитині більше щастя, якщо вона буде постійно бачити і відчувати її. «Наші діти – це наша старість. Правильне виховання – це наша щаслива старість, погане виховання – це наше майбутнє горе, це наші сльози, це наша провина перед іншими людьми, перед усією країною» .

*Сім'я...Що значить це – то кожен знає, Хто зріс в сім'ї і хто її не має,  
І як тут не приховуй, не таї, Залежить наше щастя від сім'ї.*

Кожна сім'я щаслива по – своєму...Хто вони? Які вони?

Про себе просимо розповісти. Настав час представити свої сім'ї.

#### **Вправа «Знайомство»**

*Мета* - сприяти згуртованості учасників за допомогою розповіді про свою сім'ю, створення доброзичливої атмосфери.

*Час* – 15 хвилин

*Хід виконання* – учасники сидять в колі. Ведучий пропонує за допомогою презентації кожному учаснику по черзі представити свою сім'ю всій групі і розповісти про сімейні традиції, обереги тощо.

#### **Правила роботи в групі**

*Мета* – акцентування уваги учасників на дотриманні правил роботи у групі та регламентації роботи; *Час* – 5 хвилин; *Хід виконання*

– **Ведучий:** Щоб наша зустріч була продуктивною, треба дотримуватися певних правил.

Я зачитаю їх, а ви оберете ті, що підходять нам для ефективної взаємодії:

1. Говорити довго і не за темою
2. Говорити чітко і конкретно
3. Перебивати одне одного
4. Правило «піднятої руки»
5. Бути пасивним і похмурим
6. Бути активним, брати участь у всіх видах діяльності
7. Правило гарного настрою

Отже, правила ми з'ясували.

#### **Конкурс «Народна мудрість»**

*Мета* – активізація учасників шляхом використання творів усної народної творчості.

*Час* – 5 хвилин

*Хід виконання* – **Ведучий:** Важко переоцінити вплив сім'ї, родини на розвиток, навчання і виховання дитини. Від народження дитини і до кінця свого життя батьки турбуються про долю дітей. Мати не тільки береже, а й навчає усьому: охайності, працьовитості... батько – захисник роду, годувальник сім'ї. Батькове слово – закон. Це було відомо здавна і знайшло своє відображення у крилатих фразах, афоризмах, у багатьох піснях, примовках, прислів'ях говориться про це. Пропонуємо вам взяти участь у конкурсі «Народна мудрість». Хто першим дає відповідь, отримує бал.

*Необхідно продовжити прислів'я про схожість батьків і дітей.*

- Яке дерево, такі в нього й квіточки, які батьки... **(такі їхні діточки)**

- Який корінь, такий і пагінець, які самі... **(такі й сини)**
- Який кущ, така й калина, яка мати...**(така й дитина)**
- Який дуб, такий й тин...**(який батько, такий син)**
- Не навчив батько, не навчить...**(і дядько)**
- Коли дитину не навчиш у пелюшках, то не навчиш... **(і в подушках)**
- Коли тато каже «так», а мати – сяк, росте...**(дитина, як будяк)**
- Що вчать удома діти, те знають і...**(сусіди)**
- Умів дитя народити, уміє...**(і навчити)**
- Як під сонцем квітам...**(так із матір'ю дітям)**
- Як мати рідненька, то й сорочка...**(біленька)**
- На сонці тепло, а біля матері...**(добре)**

*Про покарання і про те, як мати сприймає біди своїх дітей*

- Мати сильно махне...**(та легенько вдарить)**
- Мати однією рукою б'є...**(а другою гладить)**
- У дитини заболить пальчик, а в матері...**(серце)**

*Як слід ставитися до батьків*

- Добрі діти – батькам вінець, а злі діти...**(кінець)**
- Добрі діти доброго слова послухають, а лихі й...**(дрючка не бояться)**
- Коло батька чемно вітаються, коло матері..**(вклоняються)**

Родина – основа зростання здорової дитини, це світ, в якому людина навчається жити. Саме родина вводить людину у світ стосунків з іншими, виконуючи функції, які в різний час і в різних народів оцінювалися по – різному. Ставлення батьків до своєї дитини залежить від багатьох обставин: від культурних традицій власних родин, їх дитинства, від національних традицій родинного виховання, від індивідуальних особливостей батька й матері. У родині стосовно дитини створюються певні установки, які визначають емоційну атмосферу і стиль взаємин.

#### **Вправа «Мух краще ловити на мед»**

*Мета* – показати, що підхід з позиції сили не завжди є найефективнішим засобом спілкування та виховання, спонукання дітей до зміни поведінки.

*Час* – 5 хвилин.

*Хід виконання* – Ведучий пропонує учасникам розділитися на пари, стати обличчям один до одного, одному члену пари записнути руку в кулак і тримати кулак перед напарником. Повідомляє завдання одному з кожної пари – якомога швидше розтулити кулак партнера. Через 10 секунд ведучий зупиняє вправу і констатує, що більшість учасників намагалися змусити партнерів розтулити долоню силою, проте чим більшої сили вони докладали, тим більшим був опір. Ведучий запитує, чи застосував хто – небудь інший спосіб спонукати партнера розтулити долоню (наприклад, чемно попросити). Як правило, комусь з учасників спало на думку використати цей найпростіший спосіб. З приводу цієї вправи ведучий ініціює обговорення ефективності різних методів, фокусуючи увагу на корисності дій без примусу, за умов поваги до інших.

#### **Інформаційне повідомлення «Стилі виховання»**

*Ведучий:* У кожній сім'ї свій своєрідний стиль спілкування. Власне, вміння взаємодіяти з дітьми – дуже важлива річ. Ви можете запитати, де знайти час на спілкування, адже сьогодні динаміка життя надто швидка. Усе відбувається поспіхом. Пригадайте, як починається ранок у вашому домі. Зранку ви віддаєте дітям накази, нагадуючи, як вони мають поводитися протягом дня. Наступного разу зустрічаємося з дітьми вже ввечері. Спільна вечеря, розмова створюють сімейний комфорт. Саме такі хвилини можуть згуртувати і зміцнити сім'ю. Однак, знову спілкування обмежується короткими фразами. Хіба ж можна поспілкуватися, коли ввімкнений телевізор, і якась жінка вже втретє рекламує переваги прального порошку? Дослідники стверджують, що батьки розмовляють із дітьми приблизно 15-20 хвилин на день. Із них 10-12 припадає на роздавання наказів.

Важливо знати стиль батьківської поведінки.

*Мета* – познайомити батьків з різними стилями виховання

*Час* – 15 хвилин

*Хід виконання* – ведучий пропонує учасникам переглянути кілька відеосюжетів з фрагментами казок з певною моделлю сімейного спілкування (казки «Попелюшка», «Чипполіно», «Малюк і Карлсон», «Буратіно»)

Ведучий наголошує на тому, що є: авторитетний, авторитарний, ліберальний та індиферентний стилі виховання (**додаток 1**)

- Який стиль виховання прийнятий у ваших сім'ях?

Ведучий знайомить учасників із результатами анкетування на тему «Мій стиль виховання дитини в родині» (**додаток 2**)

**Ведучий:** Важливу роль у емоційно – особистісному зростанні дитини відіграють батьківські настанови. Батьки – найбільш значимі для дитини люди, тому мають зауважувати те, як вони звертаються до дитини, уникати настанов, які можуть негативно відбитися на її поведінці. З'явившись, настанова не зникає й у «сприятливий» момент життя впливає на поведінку та почуття.

### **Вправа «Батьківські настанови та їх наслідки для особистості дитини»**

*Мета* – познайомити батьків із різноманітними видами батьківських настанов та показати їх вплив на формування особистості дитини. *Час* – 5 хвилин.

*Хід виконання* - Ведучий об'єднує учасників у підгрупи і кожній підгрупі пропонує розглянути таблицю, в якій подані найпоширеніші негативні батьківські настанови та можливі їх наслідки для формування особистості дитини. Учасники повинні перефразувати негативні настанови в позитивні і зафіксувати їх у таблиці (**додаток 3**).

### **Закінчення «Батьківські тривоги»**

**Ведучий:** Прийде час, і ваші діти матимуть свої сім'ї, самі стануть батьками. Якою вони уявляють свою майбутню сім'ю, як вони виховуватимуть своїх дітей? Які принципи успадкують від вас, своїх батьків, а що робитимуть інакше?

*Перегляд відеоролика, коментар ведучого (додаток 4)*

### **Лист до себе у майбутнє**

*Мета* – дати можливість учасникам відпочити. *Час* – 5 хвилин.

*Хід виконання* – ведучий повідомляє завдання кожному учаснику – написати лист, який зараз буде заклеєний і відкритий лише через 2 роки. Учасники мають коротко описати, які вони зараз, яка їх сім'я, що їх цікавить, що вони думають стосовно свого майбутнього своєї родини, чим займатимуться, хто буде поряд з ними, що вони хочуть побажати собі та рідним на майбутнє.

**Ведучий:** Шановні батьки, наші діти приготували для вас подарунки (*дитячі роботи у вигляді «долоньок»*).

Пам'ятайте, що дитина – це дзеркало своїх батьків. Як у краплі води відбивається сонце, так і в дітях відбивається духовне багатство мами й тата. Робіть усе, щоб дитинство й майбутнє ваших дітей було прекрасним. Любіть своїх дітей не за те, що вони гарні, розумні, здібні, а просто так, просто за те, що вони у вас є.

### **Історія для натхнення.**

*Мета* – активізація процесу самопізнання та самоактуалізації учасників. *Час* – 5 хвилин.

Батько повернувся додому з роботи.

- Тату, таточку, нарешті ти прийшов, - кинувся йому на шию син. Але батько був настільки втомлений, що в нього не було сил обійняти свою дитину.

- Тату, подивися на вулиці вже так пізно і темно. Я так тебе чекав! Я хотів запитати у тебе . . .

- Питай . . . - сказав байдуже батько.

- Я хотів запитати, скільки ти заробляєш за одну годину на своїй роботі?

- Син, та ти егоїст! Як можна задавати такі питання? Це моя особиста справа.

- Тато, я ж не спав, я ж чекав тебе, щоб задати тобі це запитання. Скільки ти заробляєш в годину?

- 50 . . . - відповів тато. - А тепер марш в ліжку! Син подивився на нього великими блакитними очима і попросив:

- Тато, позич мені, будь ласка, 30. Я тебе дуже прошу.

Це роздратувало батька, і він накричав на сина. Через деякий час батько подумав: «Я стільки часу проводжу на роботі, а син вперше просить у мене гроші . . . Може йому дійсно щось потрібно». Тоді він прийшов у дитячу і запитав:

- Сину, ти не спиш ще?

- Ні, тато, ще не сплю. Батько присів біля сина на ліжку: - Вибач мене, я тут подумав, може тобі дійсно щось потрібно . . . Ось тримай, тут рівно 30.

- Таточку! Спасибі, тату! Хлопчик узяв ці гроші і підняв подушку, де вже лежало кілька зім'ятих

купюр. Потім він взяв усі гроші, полічив і подивився на батька. Батько, побачивши, що в сина є гроші, розлютився:

- У тебе ж вже є гроші, а ти просиш у мене ще . . .

- Тато - перебив його син. - Я просив у тебе гроші, тому, що у мене не вистачало. А тепер тут рівно 50! Можна я куплю в тебе годину твого часу. Прийди, будь ласка, завтра раніше на годину і повечеряй з нами.

### **Вправа «Аплодисменти»**

*Мета* – зняття емоційної втоми, поліпшення настрою. *Час* – 5 хвилин.

*Хід виконання* – **Ведучий:** Ми з вами добре попрацювали. І на завершення я пропоную уявити на одній долоні посмішку, на іншій – радість. А щоб вони не втекли від нас, їх треба міцно – преміцно поєднати в аплодисменти. До нових зустрічей!

## **Додаток 1**

### **Стилі батьківської поведінки**

**Авторитетний.** Високий рівень. Теплі стосунки. Діти дуже добре адаптовані, впевнені у собі, мають високу самооцінку. Така родина вирізняється високою відповідальністю за дитину і свідомим ставленням до її виховання. Тут дитині виражають любов і доброзичливість, грають і розмовляють на теми, що її цікавлять. Дитина знає, що таке «треба» і уміє себе дисциплінувати. В умовах такої родини росте повноцінна людина з відчуттям власної гідності і відповідальності за рідних.

**Авторитарний.** Високий рівень. Віддають накази та чекають їх безумовного контролю виконання. Холодні. Закриті для постійного спілкування з дітьми, встановлюють жорсткі вимоги та правила, не допускають їх обговорення, дозволяють дітям лише незначною мірою бути незалежними від них. Діти в таких родинях відлюдкуваті, боязкі та похмурі, невибагливі та дратівливі, хлопчики можуть стати некерованими та агресивними, а дівчатка – пасивними та залежними. Допускаються фізичні покарання. Діти самотні та нещасливі. У подальшому в таких родинях виростають або невпевнені в собі, невротизовані люди, або агресивні і авторитарні – подібність своїм батькам.

**Ліберальний.** Низький рівень. Слабо або взагалі не регламентують поведінку контролю дитини, безумовна батьківська любов. Теплі стосунки. Відкриті для спілкування з дітьми. Дітям надана необмежена свобода за умови незначного керівництва з боку батьків. Батьки не встановлюють будь-яких обмежень. Діти схильні до неслухняності та агресивності. У присутності людей поводять себе імпульсивно. Родина будує стосунки з дітьми на принципі всездозволеності. Дитина в такій родині будує стосунки на рівні вимог «Дай!», «Хочу!», «Не хочу!», «Буду – Не буду!». Відсутнє поняття «Треба». У родині формується незадоволений навколишнім егоїст, який не вміє вступати в позитивні взаємини з іншими людьми, конфліктна і важка людина. Вона буде нещаслива серед людей.

**Індиферентний.** Низький рівень. Не встановлюють для дітей ніяких обмежень. Байдужі до власних дітей. Холодні. Закриті для спілкування. Обтяжені власними проблемами, а тому не залишається сил для виховання. Така родина відчужена, незацікавлена в дитині. У такій родині дорослі або байдужі до своєї дитини, або активно уникають спілкування з нею і вважають за краще тримати її на відстані.

## **Додаток 2**

### **АНКЕТА**

*Шановні батьки! Просимо Вас висловити Вашу думку щодо стилю виховання дитини в родині. Будь ласка, прочитайте питання, які наведені нижче, та із трьох відповідей за кожним питанням оберіть ту, яка більше відповідає Вашому звичному батьківському поводженню. Заздалегідь спасибі за співпрацю!*

1. Дитина вередує за столом, відмовляється їсти те, що завжди їла. Ви:

- а) дасте дитині іншу страву;
- б) дозволяєте вийти із-за столу;
- в) не випускаєте із-за столу, доки вона все не з'їсть.

2. Ваша дитина, повернувшись із прогулянки, розплакалася, з'ясувавши, що втратила у дворі свою стару улюблену іграшку. Ви:

- а) підете у двір і пошукаєте іграшку;
- б) посумуєте разом з дитиною про її втрату;
- в) заспокоїте дитину словами: «Не варто сумувати через дрібниці».

3. Ваша дитина дивиться телевизор замість того, щоб виконувати отримане у дошкільному закладі завдання. Ви:

- а) без слів вимкнете телевизор;
- б) запитаете, що необхідно дитині, щоб почати робити завдання;
- в) присоромите дитину за незібраність.

4. Ваша дитина залишила всі іграшки на підлозі, не побажавши їх зібрати. Ви:

- а) заберете частину іграшок у недоступне для дитини місце: «нехай посумує без них».
- б) запропонуєте свою допомогу у прибиранні, примовляючи: «Я бачу, що тобі сумно робити це одному...», «Я не сумніваюся, що твої іграшки слухаються тебе..»;
- в) дитина буде покарана позбавленням іграшок.

5. Ви прийшли за дитиною до дитячого садка, очікуючи, що вона швидко одягнеться, і Ви встигнете зайти до аптеки. Але вона постійно відволікається «тягне» час. Ви:

- а) гримаете на дитину, показуючи своє невдоволення її поведінкою;
- б) говорите дитині, що коли вона так поводиться, ви починаєте нервувати, сприймаючи це як байдужість з її боку до ваших турбот, повідомляєте їй, чого ви чекаєте зараз від неї;
- в) намагаєтеся самі швидше одягти дитину, відволікаючи її від витівок, не забуваючи при цьому присоромити, щоб у неї пробуджувалася совість.

### Додаток 3

Негативні настанов	Можливі наслідки	Позитивні настанов
<i>Не будеш слухатися тобою ніхто не дружитиме</i>	Замкнутість, відчуженість, безініціативність, догідливість.	<i>Будь собою, в кожному друзі</i>
<i>Горе ти моє</i>	почуття провини, низька самооцінка, во ставлення до оточення, конфлікти з батькам	<i>Щастя ти моє, рад моя</i>
<i>Плакса - вакса</i>	стримування емоцій, внутрішня озлоблен тривожність, страхи.	<i>Поплач, стане легше</i>
<i>От дурний, усе хотів віддати</i>	Низька самооцінка, жадібність, проблем спілкуванні з ровесниками, егоїзм	<i>Молодець, що поділив дітками</i>
<i>Не твоє діло</i>	Низька самооцінка, затримка психіч розвитку, тривожність, відчуження, конфлі батьками	<i>А ти як думаєш?</i>
<i>Одягайся тепліше, захворієш</i>	Підвищена увага до свого здор тривожність, страхи, часті прос захворювання	<i>Будь здоровий, загартовуйся</i>
<i>Ти, як твій тато (мама)..</i>	Проблеми у спілкуванні з батьками, впер низька самооцінка	<i>Тато – прекрасна людина! Мама у нас розумниця!</i>
<i>Нічого не вмієш робити</i>	Невпевненість у своїх силах, низька самооці	<i>Спробуй ще, у тебе</i>



<i>недомена!</i>	страхи, безініціативність, низька мотивація досягнень	<i>обов'язково вийде!</i>
<i>Бруднуля, нечупара!</i>	Відчуття провини, страхи, неухважність до зовнішнього вигляду, халатність у виборі др	<i>Як приємно на тебе дивитися, коли ти чистий і охайний</i>
<i>Ти нехороший, маму ображаєш, я піду від тебе до іншої дитини.</i>	Відчуття провини, самотності, страхи, тривожність, порушення сну	<i>Я ніколи тебе не залишу, ти – найкращий</i>
<i>Геть із моїх очей, ста куток!</i>	Порушення взаємин з батьками, потайність, недовіра, агресивність	<i>Йди до мене, з'ясуємо разом</i>
<i>Нікого не бійся, ніком поступайся, завжди до задачі!</i>	Відсутність самоконтролю, агресивні труднощі у спілкуванні	<i>Стримуйся, поважай людей</i>
<i>Усі люди підлі, сподівайся тільки на себе</i>	Труднощі у спілкуванні, страхи, недовірливість, підвищена самооцінка	<i>На світі багато до людей, готових допомогти</i>
<i>Не можна нічого сам робити, спитай дозволу старших</i>	Боягузливність, непевненість у собі, страхи, безініціативність, боязнь старших, несамотійність, нерішучість	<i>Сміливіше, ти все можеш зробити сам!</i>

#### Додаток 4

##### Текст запису на диску

1. Дорогі батьки, пам'ятайте, що ви самі запросили нас до своєї родини. Коли – небудь ми залишимо батьківську оселю, але до того часу навчіть нас, будь - ласка, мистецтва бути людиною.
2. Ми бачимо світ інакше, ніж ви. Просимо вас, поясніть нам: що? коли? і чому? кожен із нас має робити.
3. Наші ручки ще маленькі. Не очікуйте від нас досконалості, коли ми застилаємо ліжко, малюємо, розфарбовуємо або кидаємо м'яча.
4. Дайте нам трохи самостійності, дозвольте робити помилки, щоб ми на них училися. Тоді ми зможемо самостійно приймати рішення у дорослому житті.
5. Ми вчимося у вас усього: слів, інтонацій, голосу, манер. Ваші слова, почуття і вчинки повертатимуться до вас через нас. Тому навчіть нас, будь ласка, кращого. Пам'ятайте, що ми разом не випадково: ми маємо допомагати одне одному.
6. Ми хочемо відчувати вашу любов, хочемо, щоб ви частіше брали нас на руки, пригортали, цілували. Але будьте обережні, щоб ваша любов не перетворилася на милиці, які заважатимуть нам робити самостійні кроки.
7. Любі мої, ми вас дуже – дуже любимо! Покажіть нам, що ви також нас любите!
8. Любіть дитину. Знаходьте радість у спілкуванні з нею. Частіше пригортайте, цілуйте, обіймайте. Дайте їй місце в сім'ї.
9. Розмовляйте з дитиною, цікавтеся справами і проблемами. Нехай не буде жодного дня без прочитаної разом книжки.
10. Дозволяйте дитині малювати, розфарбовувати, вирізати, ліпити, наклеювати.
11. Не виховуйте з дитини лише споживача, нехай вона буде рівноправним членом вашої сім'ї зі своїми правами і обов'язками.

## Плекаймо здоров'я душі Спільний тренінговий захід для учнів 4-7 класів та їхніх батьків

**Мета:** показати цінність родинних стосунків для формування в дітей адекватної самооцінки; навчити батьків зберігати позитивне ставлення до своєї дитини в будь-які моменти її життя, незважаючи на тимчасові негаразди в навчанні або погану поведінку; прищеплювати дітям навички доброзичливого спілкування з однокласниками та членами родини; виховувати позитивне ставлення до школи, учителя та сприяти усвідомленню того, що призначення школи та вчителя таке, як і батьків – виховувати особистість; донести до дитини важливість понять “мир”, “злагода”; вчити взаєморозумінню у сім'ї; розкривати переваги добра над злом, щирості над хитрістю; сприяти формуванню дружніх стосунків у родині.

**Обладнання та матеріали:** психологічні тести -малюнки “Який я зараз”, “Який я вдома”, “Яким я буду” та “Що таке щастя”; тести-завдання до ігор; індивідуальні картки із запитаннями для батьків; “дерево родоводів” учнів класу із сімейними фотографіями; плакатами із прислів'ями про сімейне виховання; іграшки-сувеніри, картки для ігор; результати анкетування батьків і учнів.

**Коментар для психолога (вчителя)** Проведення заходу потребує не тільки організаційної, але й інформаційної підготовки – анкетування учнів та їхніх батьків (див. додатки), а також інтерв'ювання учнів.

### Хід заняття

#### 1. Значення родини

**Психолог.** Найважливіша сторінка людської мудрості – це осягнення розумом і серцем, що значить любити так, щоб був щасливий той, кого ти любиш, щоб щасливим приходив у світ той, кого народжує любов. Від того, як будуть опановувати молоді покоління цю велику мудрість, залежить не тільки особисте щастя. Від цього залежить краса, моральна чистота, щастя всього суспільства.

**Психолог** (звертається до дітей). Чи думали ви коли-небудь, для чого ви народилися?

- Відповіді дітей (щоб жити).

**Психолог.** Як жити?

- Відповіді дітей (у мирі та злагоді з оточенням).

**Психолог.** Сьогодні ми разом спробуємо з'ясувати, як цього можна досягти. Скажіть, будь-ласка, чого ви очікуєте від нашої зустрічі?

- Відповіді дітей психолог фіксує на дошці.

**Психолог.** А тепер ви повинні об'єднатися у три групи - “Осінь”, “Зима”, “Весна”.

- Діти групами сідають за столи.

Звучить запис інтерв'ю дітей на тему “Що мене найбільше засмучує і що найбільше радує у стосунках моєї родини”.

**Психолог.** Шановні батьки! А чого ви очікуєте від нашої зустрічі?

Психолог записує відповіді на дошці, порівнює їх з відповідями дітей. Наголошує, що це мета зустрічі.

**Психолог.** Тема нашого тренінгового заходу – турбота про здоров'я душі. Вона виявляється у любові до дитини, а також любові до родини. Ми, і батьки, і діти, будемо вчитися любити одне одного та обов'язково показувати цю любов усім членам родини.

Головне призначення сім'ї, на мою думку, - навчити любити, дарувати свою любов. Родина, у якій панує любов, виховує добрих, щасливих, милосердних, зігрітих здоров'ям душі людей. А вмінню любити можна навчитися так само, як умінню малювати чи грати на фортепіано. Я сподіваюся, що в наших родинах любов передається від батьків до дітей, а це означає, що дерево роду кожної родини міцнішатиме.

Зверніть увагу, яке велике та могутнє дерево родин нашого класу. Як воно цвіте вашими обличчями, а головне – як воно подобається нашим дітям! Уявіть собі, як світяться їхні очі, коли вони бачать фото своєї родини на ньому. Як їм хочеться показати й розповісти, де, коли сталися зображені події.

Потреба в любові, необхідність дарувати її близьким людям – головне для людини. Це задовольняється, коли ми показуємо близькій людині, дитині, що вона нам дорога, потрібна, що вона просто хороша. Робити це можна різними способами: привітним поглядом, ласкавим дотиком, словами. Від цього залежить здоров'я душі кожної дитини.

Шановні батьки, обіймайте свою дитину кілька разів на день!

**Психолог** (звертається до дітей). Діти, скажіть, хто часто обіймає своїх батьків? А коли це буває?

- Відповіді дітей.

**Психолог.** Чи знаєте ви, скільки потрібно обіймів, щоб просто людина почувалася добре? Не менше, як вісім обіймів на день. Коли ми доторкаємось одне до одного, між нами виникає зв'язок. Дотик дарує радість і підтверджує наше існування.

Обійняти дитину неважко, але іноді ми відмовляємося від цього, коли вважаємо, що вона доросла.

**Бесіда: (питання психолога до дітей)**

- Діти, чи часто вас цілує та обіймає матуся?
- А чому вона так робить? За що?
- Кого цілують просто так?
- Кому це подобається? Кому не подобається?
- Якими лагідними словами називають вас батьки?

**Гра “Закінчи речення”**

Психолог дає кожній групі завдання, яке виконується по колу на спільному аркуші – кожен із дітей дописує свою думку:

- “Найбільше я радію, коли у моїй родині...” (група “Осінь”);
- “Найбільше я засмучуюся, коли у моїй родині...” (групи “Зима”, “Весна”).

Поки діти виконують завдання, психолог працює з батьками.

**Психолог** (звертається до батьків). Мабуть, слід більше уваги приділяти своїм дітям, особливо тим, хто сором'язливий, адже батьківської любові багато не буває. Головне, щоб вона допомагала дитині розвиватися, зростати здоровою, щасливою.

- Психолог пропонує батькам почитати відповіді учнів.

Поміркуйте над відповідями ваших дітей. Обговоріть цю інформацію в родині, а сьогодні під час зустрічі ми пошукаємо разом відповіді на деякі запитання.

**Рольова гра**

Психолог (звертається до дітей). Що на місці батьків ви говорили б щодня своїй дитині? Звертаючись до когось зі своєї групи, продемонструйте це. Умова: обов'язково називайте своє ім'я. А ви, шановні батьки, спробуйте відповісти для себе на такі питання.

- Чи часто ви кажете дитині, що вона талановита, красива, розумна?
- Чи відчуваєте ви незручність, коли хтось хвалить вашу дитину?
- Чи хочеться вам виправитися, коли вам хтось вказує на ваші вади?
- Чи, може, вам більше хочеться відповідати на похвалу?

Часто ми не вміємо правильно оцінити дії нашої дитини, вчинки, не звертаємо увагу на позитивні риси її характеру. А вони у відповідь на це й “відвертаються” від нас.

**2. Похвала та критика для дитини**

**Психолог.** Чи можна сказати, що поняття “похвала” вже застаріло? Звичайно, ні. Але, мабуть, слід уміло користуватися похвалою. Ми знаємо, що ліки призначаються хворому лише в суворій відповідності з рекомендаціями лікаря, який указує години їх приймання, дозування, враховує протипоказання, можливі алергічні реакції. Так само обережно слід поводитися з сильними “ліками” іншого виду: оцінювати й хвалити можна тільки вчинки дитини, а не її саму. Будь-яка похвала складається з двох компонентів: наші слова і висновки дітей. Наші слова мають виражати позитивну оцінку дитячих вчинків, намірів дитини допомогти нам.

Потрібно висловити наше судження в такій формі, щоб дитина могла безпомилково з нього зробити релістичний висновок про себе саму.

Тож вчимося правильно хвалити.

**Вправа “Як правильно хвалити?”**

**Психолог.** Розглядаємо кілька ситуацій.

1. Дитина написала вірші. Як ви її похвалите? (*Батьки відповідають*).

Неправильною буде похвала: “Для твого віку це непогані вірші”.

Правильна похвала: “Я дуже зворушена твоїм віршем” або “Твій вірш мене сильно зворушив”.

Ймовірний висновок, який зробить дитина: “Добре, що я вмію писати вірші”.

2. Дитина вимила посуд. Як ви її похвалите? (*Батьки відповідають*).

Неправильною буде похвала “Ти зробив це краще, ніж...”

Правильна похвала: “Велике спасибі, ти вимив сьогодні весь посуд” або “Я вдячна тобі за вимитий посуд”.

Ймовірний висновок, який зробить дитина: “Я допоміг мамі”.

3. Дитина прибрала на письмовому столі. Як ви її похвалите? (*Батьки відповідають*).

Неправильна похвала: “Ти просто молодець!”

Правильна похвала: “Дякую, що ти витер свій письмовий стіл. Він тепер сяє, як новий!”

Ймовірний висновок, який зробить дитина: “Я добре попрацював, мою роботу оцінили”.

**Психолог.** Для того, щоб краще розібратися в способах виховання дитини, слід звернути увагу на те, коли і як ми схвалюємо і критикуємо її. Необхідно розрізняти похвалу від заохочення, або похвалу від схвалення. У похвалі є завжди елемент оцінки: “Молодець, ти просто геній!”, “Ти в нас найгарніша!”, “Ти такий хоробрий!”

У чому недоліки похвали-оцінки?

*По-перше*, коли батьки часто хвалять, дитина швидко починає розуміти: де похвала, там і догана. В одних випадках її можуть похвалити, в інших – осудити.

*По-друге*, дитина може стати залежною від похвали – очікувати її (“А чому ти мене сьогодні не похвалила?”).

Нарешті, дитина може запідозрити, що ви нещирі, тобто хвалите її з огляду на своє бажання, настрій. Ви матимете рацію, коли скажете, що ми не весь час хвалимо своїх дітей. Можливо, є ситуації, коли треба й покритикувати. Але як? Моя відповідь – розумно. Тож вчимося критикувати дітей.

**Вправа “Як правильно критикувати?”**

1. Дитина розбила тарілку. Якою буде ваша реакція на подію? (*Батьки відповідають*).

Краще було б сказати так: “Тарілка легко б'ється. Хто би міг подумати, що від цієї посудини буде скільки скалок!”

2. Дитина повернулася з прогулянки без рукавички. Якою буде ваша реакція? (*Батьки відповідають*).

Краще б сказати так: “Шкода, що ти загубив рукавичку, адже вона коштує грошей. Сумно, що й казати, хоча це й не трагедія”.

**Психолог.** Якщо дитина своєю поведінкою викликає у вас негативні переживання, скажіть їй про це. Почуття, особливо якщо вони негативні та сильні, не слід тамувати в собі: не треба мовчки терпіти образу, приборкувати справедливий гнів, зберігати спокійний вигляд під час сильного хвилювання. Обдурити такими зусиллями ви нікого не зможете: ні себе, ні свою дитину, яка без зусиль “читає” по виразу обличчя, жестах, інтонації, що все гаразд. Адже саме через ці “несловесні” сигнали передається більше 90 % інформації про наш внутрішній стан. І контролювати їх дуже важко. Через деякий час це накопичення негативних переживань проривається та виливається в різкі слова та дії.

**Шановні батьки! Запам'ятайте, будь – ласка, ось ці десять заповідей.**

1. Якщо дитина живе серед критики – вона вчиться засуджувати інших.

2. Якщо дитина живе серед ворожнечі – вона вчиться “воювати”.

3. Якщо з дитини наслідуються – вона стає невпевненою у собі.

4. Якщо дитина змушена соромитися - вона відчувається винною.

5. Якщо дитину розуміють – вона стає терплячою.

6. Якщо дитина відчуває заохочення – вона пізнає свою цінність.

7. Якщо дитину хвалять – вона пізнає цінність інших.

8. Якщо дитина живе у справедливості – вона стає справедливою.

9. Якщо дитина знаходить визнання – вона буде задоволена собою.

10. Якщо дитина живе серед довіри і приязні – вона знайде в житті любов.

**Психолог.** Ми теж у класі вчимося оцінювати вчинки й виховуємо співчуття. *(Звертається до дітей)*. На дошці намальоване сонечко. Поміркуйте, кому із членів родини ви б подарували його промінець. Чому? Напишіть на маленькому серці *(листівці)* одне важливе слово цієї людини.

- Діти виконують завдання.

**Психолог** *(звертається до батьків)*. Любов та справедливість – ось що потрібно завжди нашим нестримним, запальним, іноді грубим, несправедливим, колючим дітям. І нехай вони з дитинства засвоять істину: посієш добро – зросте любов. Сім'я міцна лише тоді, коли її члени поважають одне одного! Від дітей батьки отримують те, на що заслуговують: любов, розуміння чи ненависть та байдужість.

Є істини, які треба знати всім батькам. Ми їх так і назвемо: “Поради батькам”.

**Діти.** *(озвучують)*

- Ніколи не жалійте мене через те, що я не такий, як усі.
- Даруйте мені свою любов і увагу, але не забувайте про інших членів родини, які її теж потребують.
- Незважаючи ні на що, зберігайте позитивне уявлення про мене.
- Не відгороджуйте мене від обов'язків і проблем – вирішуйте їх разом зі мною.
- Надайте мені самостійність у діях, не контролюйте кожен мій крок.
- Не бійтесь у чомусь відмовити мені, якщо вважаєте мої вимоги надмірними.
- Частіше розмовляйте зі мною. Пам'ятайте, що телевізор, магнітофон, комп'ютер не замінять мені вас.
- Не обмежуйте мене у спілкуванні з ровесниками.
- Оцінюйте мій учинок, а не мене як особистість. Пам'ятайте: сутність людини і її вчинки – не одне й те саме.
- Будьте добрими, але й справедливими.

**Психолог.** Діти! Якби у вас була можливість виконати одне бажання для своєї родини, про що б ви попросили? *(Відповіді учнів)*. Шановні батьки! Якби у вас була можливість перетворитися на чарівників, яку б мрію своїх дітей ви виконали б? *(Відповіді батьків)*.

Я пропоную всім вам – і дітям, і батькам - подивитися на плакат, де на початку заняття були записані очікування від сьогоднішньої зустрічі. Сподіваюся, що ваші очікування справдилися і наша зустріч досягла своєї мети. Щоб закріпити цей успіх, пропоную разом виконати пісню.

## Додаток

### Анкета для батьків

#### Чи здатні ви:

1. Залишити всі свої справи і приділити увагу дитині;
2. Порадитися з дитиною, незважаючи на її вік;
3. Зізнатися дитині в помилці, скоєній стосовно неї;

4. Вибачитися перед дитиною, якщо помилялися;
5. Зберегти спокій, навіть якщо вчинок дитини вивів вас із себе;
6. Поставити себе на місце дитини;
7. Повірити хоча б на хвилинку, що ви – добра фея або прекрасний принц;
8. Завжди утримуватися від слів і виразів, що ранять вашу дитину;
9. Пообіцяти дитині виконати її бажання у відповідь на добру поведінку;
10. Виділити дитині один день, коли вона може робити, що бажає, і поводитися, як хоче, а ви при цьому ні в що не втручаєтесь;
11. Не прореагувати, якщо ваша дитина вдарила, штовхнула або не заслужено образила іншу дитину;
12. Встояти проти сліз, прохань, якщо зрозуміло, що це не примха?

### Анкета для дітей

#### Закінчи речення:

1. Мене найбільше ображає, коли батьки \_\_\_\_\_
2. Мене хвалять, якщо \_\_\_\_\_
3. Мені дають гроші, якщо \_\_\_\_\_
4. Мені дозволяють..., якщо \_\_\_\_\_
5. Я б хотів подружитися з \_\_\_\_\_
6. Я б хотів допомогти (кому) \_\_\_\_\_
7. Хочу швидше бути дорослим, тому що \_\_\_\_\_
8. Не хочу бути дорослим, тому що \_\_\_\_\_
9. Я радію, коли наш клас \_\_\_\_\_
10. Найбільше я радію, коли \_\_\_\_\_
11. Найбільше я засмучуюся, коли \_\_\_\_\_
12. Найбільше я серджуся, коли \_\_\_\_\_
13. Найбільше я ображаюся, коли \_\_\_\_\_
14. Мені добре, коли мене \_\_\_\_\_
15. Мені погано, коли \_\_\_\_\_

### Список використаної літератури

1. Бодалёв А.А., Столин В.В. Семья в психологической консультации. М.: Педагогика, 1989.
2. Бойко В.В. Спілкування та взаємодія в процесі виховання. // Радянська педагогіка. 1988, № 2.
3. Бойко Ю.Р. Работа социального педагога с различными типами семей. К., 2013.
4. Дереклеева Н.И. Батьківські збори у 1-11 класах. // Вербум-М. М., 2001.
5. Дружинин В.Н. Психология семьи. – М., 1996.
6. Елизаров А.Н. Основы индивидуального и семейного психологического консультирования: Учебное пособие. – М.: Ось-89, 2005.
7. Зеньковский В.В. Психология детства. – М.: «Академия», 1996.
8. Капралова Р.М. Работа класного керівника з батьками. М., 1980.
9. Лещинский В.М. Учимся управлять собой и детьми. – М., 1995.
10. Ляудис В.Я. Структура продуктивного учебного взаимодействия. Хрестоматия по педагогической психологии. – М.: «Международная педагогическая академия», 1995.
11. Новайтис Г.А. Муж, жена и ... психолог. – М., 1995.
12. Наш проблемный подросток: понять и договориться / Под ред. Л.А. Редуш. СПб., 2001.
13. Петрищев В. Культура сімейних взаємин між батьками і дітьми» -«Психологічна газета» № 45, 2006.
14. Петряевская Л.Г. Освіта батьків. // М., Владос, Гуманітарний видавничий центр, 1999.
15. Постовий В. Г. «Сучасна сім'я і її педагогіка». — Київ, 1994 р.
16. Рахматшаева В. Грамматика общения. – М.: «Семья и школа», 1995.
17. Рибальченко І.М. Взаємодія з батьками / І.М. Рибальченко. – Х. : Основа, 2007. – 208 с. 18.
- Романовська Д. Батьківський всеобуч. — «Психологічна газета» № 43, 2006.

19. Романовська Д.Д., Совкова СІ. Психологічний супровід організації роботи з батьками в освітніх навчальних закладах: Методичний посібник.— Чернівці, 2003
20. Романовська Д., Собкова С. Профілактична робота і просвіта. - «Психологічна газета» № 44, 2006.
21. Система роботи з батьками: модель співпраці міського відділу освіти і навчальних закладів / [ред. рада : Т. Вороніна, І. Стеценко, М. Мосієнко та ін.]. – К. : Шк. світ, 2008. – 128 с
22. Солавейчик С. Педагогіка для всіх. М., 1987.
23. Стельмахович І. В. Українська родинна педагогіка. — Київ, 1996 р.
24. Сухомлинський В.А. Батьківська педагогіка. // Вибрані педагогічні твори Т.3. М.. 1981.
25. Ушинський К. Д. Про сімейне виховання. — Київ, 1974 р.
26. Фрідман Л.М. Психологія виховання. Книга для всіх, хто любить дітей. М., 2000.
27. Фромм Аллан. Азбука для родителів. – Л.: «Лениздат», 1991.
28. Цабибін С.А. Взаємодія школи і сім'ї (педагогічний всеобуч) // Видавництво «Вчитель», Волгоград, 2004.
29. Щуркова Н.Є. Нове виховання. М., 2001.
30. Юзефик Л. О., Купина Н. М. Організація роботи з батьками. — Тернопіль: Астон, 2002 р.