Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

средняя общеобразовательная школа №2

рп. Октябрьский

РОДИТЕЛЬСКОЕ СОБРАНИЕ

КАК ФОРМА РАБОТЫ ПЕДАГОГА – ПСИХОЛОГА

**Методические рекомендации**

**Подготовила:**

**Педагог - психолог Пинчук Т.Н.**

**рп. Октябрьский**

**2020 г.**

СОДЕРЖАНИЕ

**Введение**…………………………………………………………………………………………3

**I. Организационно - методические аспекты проведения родительских собраний**

* 1. Специфика родительского собрания как формы работы школьного психолога………6
  2. Возможности родительского собрания для психолога…………………………………..8
  3. Формы участия психолога в родительском собрании…………………………………...10
  4. Принципы поведения психолога на родительском собрании как основа профессиональной позиции………………………………………………………………..11

**II.** Практические рекомендации по проведению **родительских собраний**

2.1. Общий план проведения родительского собрания………………………………………16

2.2. Пути построения взаимодействия с родителями………………………………………...16

2.3. Психологические упражнения, используемые на родительских собраниях различной тематики…………………………………………………………………………………………18

2.4. Тематика родительских собраний с участием психолога……………………………….20

**Заключение**…………………………………………………………………………………….24

**Приложение.** Конспект родительского собрания……………………………………………25

**Список литературы**…………………………………………………………………………...37

**ВВЕДЕНИЕ**

В наши дни психолог в школе из явления экзотического стал привычным, он все активнее встраивается в повседневную жизнь школы. К традиционным формам его работы (диагностика, консультирование и т. д.) добавились уроки психологии, предметные психологические недели, психологические проекты. Психолог сотрудничает с учителями, представителями администрации, родителями. Но если педагоги и администрация — это коллеги, с которыми можно общаться в школе, то родители — особая категория. Работа с родителями, при всей её нужности и важности, не является массовой, это, прежде всего, работа по запросу. Однако родители далеко не всегда представляют себе, чем именно занимается школьный психолог, не знают, с какими вопросами можно к нему обратиться, а потому иногда и побаиваются его.

**Целью** данных методических рекомендаций является знакомство педагога – психолога с теоретическими и практическими аспектами организации и проведения родительских собраний.

Родительские собрания — прекрасная возможность рассказать о содержании работы психолога и наладить контакт с родителями.

Родительские собрания и участие в них – неотъемлемая часть профессиональной жизни школьного психолога.

Родительское собрание — это особая форма работы психолога, которая значительно расширяет диапазон его возможностей. Но прежде чем поговорить о том, какие задачи можно решать на родительском собрании, определим, чем оно отличается от других форм взаимодействия психолога с родителями.

***Итак, чем родительское собрание НЕ является?***

— Родительское собрание — это не тренинг. Для тренинга характерно обращение к личному опыту участников, работа с их личностными проблемами, достаточно высокий уровень открытости. На родительском собрании отсутствует необходимая для этого атмосфера безопасности и соответствующий стиль общения между участниками.

— Родительское собрание — это не практикум.

Практикум посвящен отработке конкретных социально - психологических навыков и включает большое количество упражнений, психогимнастических игр, практических заданий.

Тренинг и практикум требуют наличия у людей, принимающих в них участие, определённой мотивации, имеют чётко заданную логику проведения, которая во многом отличается от логики родительского собрания.

— Родительское собрание — это не лекторий.

Для лекции характерно систематическое, последовательное, монологическое изложение материала. Лектор обычно просто транслирует некоторую информацию, причём, как правило, её обсуждение и проработка переносится на другое время. Эта форма тоже не является оптимальной для родительского собрания.

— Родительское собрание — это не «круглый стол» и не дискуссионный клуб. Данные формы работы направлены на обсуждение заявленной темы и предоставляют участникам возможность высказать свою точку зрения. Можно использовать их отдельные элементы при организации собрания, но в целом это разные формы работы.

— Родительское собрание — это не группа встреч и не общество взаимной поддержки. Собрание не подразумевает обсуждение проблем участников и оказание помощи друг другу.

— Родительское собрание — это не групповая консультация.

На родительском собрании психолог не дает рекомендаций для разрешения конкретных проблем.

***А чем же оно тогда является?***

Родительское собрание в школе — это кратковременная встреча родителей с учителями, а в некоторых случаях, и с администрацией школы, в рамках которой решаются организационные проблемы, родители получают информацию об учебном процессе, об успеваемости и поведении детей, а также возможность пообщаться между собой. Обычно собрание проводится несколько раз в течение учебного года.

Условно родительские собрания можно разделить на организационные, где обсуждаются текущие проблемы школьной жизни, организации занятий и внешкольных мероприятий, и тематические, на которых рассматриваются актуальные для родителей вопросы. Организационные собрания обычно проводятся в начале и в конце учебного года, а тематические могут проводиться в течение года как в соответствии с заранее составленным планом, так и в случае возникновения какой - либо проблемы.

Зачем родители приходят на собрание?

— Чтобы получить от педагогов и администрации информацию о своём ребёнке, его учебных успехах и поведении. (За этим, как правило, кроется неосознанное желание родителей убедиться, что их ребёнок не хуже других детей.)

— Чтобы получить информацию об освоении детьми учебных программ и, возможно, рекомендации о том, на что следует обратить внимание, что важно отследить и проконтролировать.

— Чтобы составить своё впечатление о тех людях, с которыми ребёнок взаимодействует в учреждении.

— Чтобы обсудить с педагогами и администрацией конфликтные ситуации.

1. **ОРГАНИЗАЦИОННО - МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ ПРОВЕДЕНИЯ РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ**
   1. **Специфика родительского собрания как формы работы школьного психолога**

Для психолога родительское собрание как форма работы имеет ряд специфических особенностей.

1. Родительское собрание обычно воспринимается родителями как обязательное формальное мероприятие.

Родительское собрание — одна из наиболее консервативных составляющих школьной жизни. Все родители имеют более или менее чёткое представление о том, что собрание в себя включает и как оно должно проходить. В этом смысле психолог, не встраивающийся в традиционную схему собрания, может вызвать самую разную реакцию, вплоть до сопротивления и агрессии.

Психологу важно понимать, что стереотипы быстро не ломаются, и пройдёт некоторое время, прежде чем его появление на собрании начнёт восприниматься как нечто само собой разумеющееся. Согласно законам философии, количественные изменения неизбежно переходят в качественные. Если психолог терпеливо, раз за разом, принимает участие в родительских собраниях, то рано или поздно родители начнут воспринимать это как естественный факт. Психологу необходимо осознавать, что он во многом работает на будущее, и ни в коем случае не отказываться от той особой позиции, которую он занимает на собрании.

При организации групповой работы с родителями необходимо учитывать родительские стереотипы, связанные с собраниями, и по возможности использовать другие названия мероприятий, избегая словосочетания «родительское собрание». И наоборот, не следует наполнять родительское собрание не свойственным ему содержанием.

2. На родительском собрании повышается уровень тревожности родителей.

В психологической литературе не раз отмечалось, что школа сама по себе актуализирует у родителя детские страхи и вызывает страхи совершенно особого рода, связанные с оценкой состоятельности родителя в связи с успешностью его ребёнка. Ситуация родительского собрания усиливает эти страхи у родителей. В.К. Лосева и А.В. Луньков пишут: «На родительском собрании … вполне уверенные в себе взрослые люди превращаются на глазах в притаившихся подростков, со страхом ожидающих, когда прозвучит их фамилия… Родители отмечали, что на собрании им было стыдно, тревожно и вообще «плохо» (Лосева В.К., Луньков А.В., 1995, с. 56—57). При выборе форм работы необходимо также помнить, что уровень открытости родителей на собрании минимален, и это связано не столько с самими родителями, сколько с обстановкой.

Понятно, что подобная ситуация во многом осложняет взаимодействие с родителями. Поэтому так важно создание атмосферы безопасности и особая, «неучительская» позиция психолога.

3. Родители не настроены на общение с психологом, особенно длительное. У них много других проблем, которые они хотят обсудить или решить во время родительского собрания.

Родители приходят на собрание не для того, чтобы пообщаться с психологом! В некоторых случаях они могут вообще не знать о том, что планируется его выступление (например, если их не предупредил об этом классный руководитель). Родители определенным образом рассчитывают свое время, и к этому необходимо относиться с уважением. Поэтому, если психолог занимает слишком много времени, он может вызвать агрессивную реакцию со стороны родителей. Родительское собрание — это именно тот случай, когда краткость характеризует психолога с наилучшей стороны. О предстоящем выступлении на собрании или организации каких - то других мероприятий, требующих времени, следует заранее поставить родителей в известность.

4. Группа родителей, с которой взаимодействует психолог, связана между собой только формально и может сильно различаться по возрасту, социальному статусу и прочим характеристикам.

Безусловно, родители детей - одноклассников имеют много общего: прежде всего их объединяет возраст детей и их принадлежность к одной группе. Вместе с тем, часто эта общность имеет формальный характер. Даже родительский опыт у многих различен: у кого - то этот ребёнок — первый и единственный, у кого - то есть другие дети, старшие и младшие, кому - то помогают бабушки, кто - то воспитывает детей один и т. д. Очень важно понимать, что «родители» — это на самом деле разнородная и разноплановая группа взрослых людей с различными взглядами и опытом.

Может показаться, что наиболее простой способ активизации родителей на собрании — организация взаимодействия между ними. Однако при этом психолог может столкнуться со значительными трудностями именно вследствие неоднородности группы. Поэтому важно сочетать формы работы, направленные на сплочение группы родителей, поиск точек соприкосновения и выработку некой общей позиции, с методами, помогающими родителям выражать их собственную точку зрения.

5. Поскольку на собрании психолог выступает как сотрудник школы, родители могут воспринимать его как учителя, который обычно занимает оценочную позицию, а это затрудняет обращение к нему.

Психолог на собрании руководствуется **рядом принципов**, которые позволяют избежать того, чтобы его воспринимали как одного из учителей. Это **принципы безопасности, учёта реальной ситуации, нейтральной позиции, сотрудничества и распределения ответственности.** Более подробно они будут раскрыты далее.

* 1. **Возможности родительского собрания для психолога**

Школьный психолог — фигура, пугающая вдвойне: с одной стороны, он принадлежит Школе, с другой — он представитель мистической профессии. Подобный образ может повышать тревогу родителей, и это затрудняет их обращение за психологической помощью.

Взаимодействие с родителями представляет значительные трудности и для самого школьного психолога. В отличие от педагогов, он лишен возможности встречаться с родителями регулярно: постоянно общаясь с педагогами по поводу школьной успеваемости детей, к психологу родители обращаются только тогда, когда у их ребёнка возникают серьёзные проблемы. Поэтому, если учитель знает родителей, имеет представление об их личностных особенностях и семейной ситуации, то у психолога, как правило, такая информация отсутствует. Иногда он вынужден обращаться к учителю, чтобы узнать что - то о родителях или, к примеру, принять решение о том, в какой форме сообщить им об имеющихся у ребёнка трудностях. Такая ситуация ставит психолога в зависимость от учительских мнений и стереотипов, которые могут быть весьма далеки от реальности.

В этом смысле родительское собрание помогает решить сразу несколько задач.

Во - первых, на собрании психолог получает возможность встретиться сразу с большим количеством родителей, чьи интересы во многом сходны (возраст детей, определенные тенденции, существующие в конкретном классе, похожие заботы, связанные с тем или иным этапом школьной жизни). Он может составить собственное представление о специфике данной группы родителей, организовать фронтальные формы работы: провести анкетирование, получить обратную связь. Очень важно, что психолог взаимодействует с родителями напрямую, получая собственный, свободный от чужих стереотипов опыт и личные впечатления.

Во - вторых, собрание способствует налаживанию конструктивного сотрудничества психолога с родителями. Контакт с родителями устанавливается постепенно, и участие психолога в родительских собраниях помогает ускорить этот процесс. Психолог может рассказать о себе, о целях и формах работы, тем самым доведя до сведения родителей факт своего наличия в школе. Как показывает практика, многие впервые узнают о работе школьной психологической службы именно на собрании. Таким образом будет сделан первый шаг для установления отношений сотрудничества с родителями. По возможности это лучше сделать в начале учебного года.

Какую информацию о себе психолог может сообщить на родительском собрании?

— Представиться: назвать своё имя, рассказать о своей квалификации и достижениях.

— Рассказать о структуре и содержании своей работы. Это важно, потому что родители часто плохо представляют себе круг обязанностей психолога. Недостаток же информации вызывает тревогу. Если ясно, чем психолог занимается, это, с одной стороны, повышает его значимость, с другой — снижает тревожность, связанную с ним.

— Ознакомить родителей с графиком своей работы и объяснить, как можно связаться с ним в случае необходимости (важно продумать заранее, каким образом лучше делать это). При этом лучше избегать слова «консультация», которое может повышать тревогу родителей, и говорить о «встрече» или «беседе». Если психолог работает не первый год, желательно отметить наличие опыта работы.

Присутствие психолога на собрании имеет важное следствие: он становится знакомым, а значит, более безопасным, «своим», что в значительной степени способствует решению родителей в случае необходимости обратиться к нему за помощью.

Наконец, родители часто следуют примеру друг друга. Увидев, что кто - то задает вопросы психологу, они могут тоже решиться обратиться к нему со своими проблемами.

Однако не следует преувеличивать возможности влияния психолога на родителей в рамках собрания. Случаи, когда после выступления психолога позиция родителей по тому или иному вопросу действительно меняется, очень редки.

Педагоги часто склонны бессознательно преувеличивать силу вербального воздействия. Зачастую их просьба к психологу формулируется так: «Поговорите с ним» или «Объясните ей». Типичный педагогический способ воздействия — это разъяснение. Практика же показывает крайне низкую эффективность вербального воздействия на поведение. Даже если каждый день говорить ребёнку о том, как он должен себя вести, это вряд ли изменит его поведение. Он ведет себя тем или иным образом не потому, что не знает, как правильно, а потому, что по определённым причинам, зачастую неосознаваемым, именно такое поведение психологически выгодно для него. То же касается и родителей. Как бы убедительно психолог ни говорил, какими бы весомыми ни были его аргументы, в большинстве случаев позиция родителей, их поведение остаются прежними. И в этом смысле вполне можно считать выступление удавшимся, если у кого - то из родителей появилась потребность о чём - то поговорить с психологом.

Возможности родительского собрания для психолога действительно велики, но не безграничны. Оно позволяет вполне успешно осуществлять диагностические или просветительские функции, но психо - терапевтические или психокоррекционные задачи должны решаться в ином формате.

* 1. **Формы участия психолога в родительском собрании**

В зависимости от специфики собрания и стоящих перед психологом задач возможны различные формы его участия в родительском собрании.

***Выступление - презентация****.* Такое выступление непродолжительно по времени и решает задачи информационного характера. Родители узнают о деятельности психологической службы, графике и содержании работы, проведении фронтальной диагностики, организации тренинговых групп и т. д. Выступление должно мотивировать родителей на дальнейшее взаимодействие с психологом в виде индивидуальных консультаций и т. д., а также формировать у них представление о том, чем, собственно, занимается школьный психолог, проясняя его роль и расширяя возможности для взаимодействия с ним.

***Выступление - исследование.*** В этом случае задача психолога — получение какой - либо информации от родителей путём анкетирования, беседы, использования интерактивных методов.

***Тематическое выступление*** содержит психологическую информацию прикладного характера по актуальной для родителя теме. По форме это выступление — не обязательно монолог. Оно может включать различные интерактивные методы. Тематическое выступление является частью общего родительского собрания класса.

Вопрос о том, насколько необходимо развёрнутое выступление психолога на организационном собрании, неоднозначен. С одной стороны, подобное выступление может несколько выбиваться из общей канвы, что может вызвать как положительную, так и негативную реакцию со стороны родителей. С другой стороны, на такие собрания приходит много родителей, что предоставляет прекрасную возможность «охватить» их в большом количестве. Поэтому мы полагаем, что проблема организации тематических выступлений должна решаться психологом совместно с педагогами, причём необходимо учитывать особенности актуальной ситуации в классе и позицию родителей.

***Тематическое родительское собрание*** предоставляет максимальные возможности для психолога. Он может целиком взять на себя организацию такого собрания, а может стать одним из организаторов и действующих лиц вместе с педагогами и администрацией. С одной стороны, посещаемость таких собраний обычно ниже, чем организационных. С другой стороны, те родители, которые пришли на это собрание, в большей степени настроены на взаимодействие с психологом.

* 1. **Принципы поведения психолога на родительском собрании как основа профессиональной позиции**

Формирование конструктивного взаимодействия психолога с родителями в рамках родительского собрания с учётом его особенностей требует от психолога особой позиции. Наиболее точно можно охарактеризовать эту позицию, описав основные принципы поведения психолога на собрании.

Под принципами мы понимаем некоторые идеи, которыми психолог может руководствоваться при организации работы. Они выступают как некие ориентиры, позволяющие выбирать оптимальные формы и методы работы. Если техники и технологии отвечают на вопрос «как?» в содержательном и тактическом аспекте, то принципы отвечают на этот вопрос в стратегическом аспекте.

***Принцип безопасности***

Особенности взаимодействия родителей и школы таковы, что, как правило, школа ассоциируется у родителей с опасностью и тревогой.

Школа часто формирует у родителей чувство вины, делая их ответственными за поведение и успеваемость их детей. Школьные успехи детей (которые, как правило, измеряются отметками) рассматриваются как показатели успешности их родителей: если мой ребёнок хорошо учится, значит, и я хороший родитель. Зачастую можно услышать, как родители говорят: «У меня такое ощущение, что это не мой ребёнок учится в школе, а я сам». Если облечь в слова позицию школы, которая неявно транслируется родителям, мы получим приблизительно следующее: «Вы не перестали быть учениками, вы остаётесь детьми. Вы недостаточно хороши как родители, потому что ваши дети недостаточно успешны. Вы должны стараться, чтобы они стали лучше, тогда вы получите хорошую оценку».

Подобное послание приводит к тому, что родители начинают чувствовать себя не взрослыми людьми, а детьми, причём не очень успешными. Это ощущение может подкрепляться педагогами, которые переносят на общение с родителями привычные им способы взаимодействия с детьми, характерные учительские интонации. Родители, находясь в дискомфортном состоянии, стремятся защититься. Способами защиты могут стать обесценивание педагога и школы, агрессивная реакция или уход от взаимодействия.

Важно понимать, что пока человек находится в состоянии тревоги, он закрыт для конструктивного сотрудничества. Поэтому задача психолога — создать для родителя ситуацию безопасности.

Если психолог рассматривается родителями как часть общей школьной системы, его образ во многом приближается к учительскому, имеющему негативную эмоциональную окраску. Поэтому на собрании ему необходимо дистанцироваться от роли преподавателя, предъявить себя как специалиста другого профиля, проявляя уважительное и принимающее отношение к родителям и избегая учительских интонаций. Отзывы психолога о детях должны кардинально отличаться по форме и содержанию от учительских, в частности, не следует оперировать понятиями учительского лексикона. Отличие психолога от педагога может быть заявлено прямо: «Я вижу ваших детей с другой стороны».

Важно, чтобы психолог демонстрировал безоценочное отношение к родительским мнениям и установкам. Необходимо избегать понятий «правильно — неправильно», а также ссылок на «некоторых родителей», которые неправильно воспитывают детей.

***Принцип учета реальной ситуации***

Как показывает практика, в школе существует негласное убеждение, будто педагоги знают, что должен делать родитель для блага своего ребёнка: «Петя абсолютно предоставлен сам себе», «А что вы хотите, если у её матери второй муж и ей не до ребёнка». Эти представления более или менее явно транслируются родителям: «Вам нужно оставить работу и заниматься сыном». Очевидно, что подобные советы не приводят к позитивному результату. Не затрагивая проблемы тактичности и безопасности педагогических «рекомендаций», отметим, что, как правило, они даются на основе собственных убеждений педагога. Соображения педагогов относительно семейной ситуации учеников высказываются и школьному психологу.

У психолога тоже есть своё представление о том, что родитель может делать для блага своего ребёнка и что необходимо для психологического здоровья конкретного ребёнка. Психолог может предполагать, какую именно поддержку должна оказывать ребёнку семья, и иметь определённые убеждения относительно адекватности или неадекватности родительского поведения. Зачастую психологи, движимые самыми лучшими чувствами, склонны предъявлять родителям чрезмерно завышенные требования, причем апеллировать к таким моральным категориям, как «нравственность», «любовь» и т. п.

Вместе с тем, помимо той стороны семейной жизни, которая очевидна для школы, существует внутренняя феноменология семьи, в рамках которой то или иное поведение родителей оправданно. И в этом смысле важно учитывать, что рекомендации психолога так или иначе преломляются той реальностью, в которой живёт семья. Конечно, хорошо, если родители уделяют достаточно внимания своему ребёнку, но это не всегда возможно, часто повышенная занятость родителей не позволяет проводить много времени с детьми.

Необходимо понимать, что слова психолога на собрании ничего не изменят в реальной ситуации, но могут усугубить у родителей чувство вины за то, что они недостаточно делают для ребёнка, и вызвать защитные реакции. Очень важно, чтобы рекомендации и предложения были реалистичными и выполнимыми. Если психолог даёт нереальные рекомендации, его значимость как специалиста сразу снижается.

Что может являться критерием хорошей рекомендации? Практическая рекомендация содержит ответ на вопрос «как». Рекомендация не должна формулироваться «от противного», например, «Не давите на детей». Такая формулировка не содержит указаний на желаемое поведение. Возможный вариант такой рекомендации: «Чаще выражайте детям свою поддержку и любовь».

***Принцип нейтральной позиции***

Школьный психолог взаимодействует с различными участниками образовательного процесса: учениками, учителями и родителями. В силу разных причин (возраста, собственного профессионального или родительского опыта) он может испытывать склонность идентифицироваться с детьми (позиция «адвоката детей», «защитника»), учителями («мы коллеги»), родителями («у меня тоже ребенок подросток»). Но, каким бы тесным это взаимодействие ни являлось, психологу необходимо сохранять особую нейтральную позицию. Иными словами, важно, чтобы психолог не вставал ни на чью сторону и ни с кем не был заодно. Если он объединяется с кем - то, появляется опасность, что это будет объединение против кого - то.

Практически нейтральная позиция проявляется в готовности психолога к рассмотрению разных точек зрения и стремлению представить ситуацию в различных аспектах.

***Принцип сотрудничества***

Г.Л. Бардиер полагает, что взаимодействие психолога и родителя наиболее точно отражается формулой «Мы вместе помогаем детям» (Бардиер Г.Л., 2002). Существуют два различных знания о ребёнке. Одно — научное, теоретическое, которым обладает психолог. Другое — личностное, эмоциональное знание родителей. Если психолог и родитель поделятся друг с другом тем, что они знают, вместе они смогут решить проблемы ребёнка и создать оптимальные условия для его развития.

Давая родителям психологические рекомендации, следует соблюдать предельную тактичность и осторожность. Для того чтобы родитель внимательно отнесся к предложенным ему советам, начал им следовать, важно не осуждать его поведение, не давать ему отрицательной оценки. Если психолог описывает родителя негативно, делая акцент на его ошибках, это сильно осложняет становление конструктивных отношений между ними. Говоря о родителях во втором лице («вы»), психолог тем самым подчеркивает существование некой границы между собой и родителем: психолог — по одну сторону, родитель — по другую. Для школы часто бывает характерна субъект — объектная позиция по отношению к родителям: родители воспринимаются как некий объект воздействия. На наш взгляд, для психолога наиболее продуктивна субъект — субъектная позиция, позиция «Мы», которая способствует установлению контакта и сотрудничеству.

Учитель по отношению к родителю, как было отмечено ранее, обычно занимает позицию «сверху». Являясь носителем знаний, он обладает «правом на истину», оценивая как детей, так и их родителей, причём это право распространяется не только на учёбу, но и на воспитание и семейные отношения. Учитель точно знает, как надо себя вести с детьми. Очень важно, чтобы психолог не брал на себя такого права. Поучая родителей, он тоже становится одним из педагогов. Поэтому лучше избегать морали - заторства и «раздачи рецептов». В частности, это должно отразиться и на используемой лексике: необходимо отказаться от употребления глаголов, означающих долженствование («должен», «следует», «нужно», «обязан»), и заменить их более мягкими вариантами («важно», «хорошо, если», «по возможности», «имеет смысл»).

***Принцип распределения ответственности***

Вопрос о распределении ответственности за детей между школой и родителями традиционно относится к числу тех, которые открыто не обсуждаются, тем самым создаётся почва для недопонимания и взаимного недовольства. Так, успеваемость ребёнка, на первый взгляд, относится к ответственности школы. Вместе с тем, в случае неуспешности ребёнка обычно ответственность перекладывается на родителей: «Примите меры, у вашего сына двойка по русскому». То же касается и поведения детей в школе.

В настоящее время доля ответственности психолога за детей однозначно не определена. Можно встретить самые разные варианты ее распределения: от практически полного отстранения психолога («что он может сделать») до тенденции возлагать на него полную ответственность («есть психолог, пусть он и разбирается»).

Психологу необходимо чётко сформулировать родителям свою позицию, объяснив, что он может сделать и чего не может. Эта чёткость особо важна, если родители ранее не имели опыта взаимодействия с психологом. Не следует брать на себя всю ответственность за психологическое благополучие детей. Эта задача нереалистична, а поэтому невыполнима. Взаимодействие родителей и психолога на основе такого распределения ответственности вряд ли что - то принесёт, кроме взаимного разочарования.

Сформулировать родителям свою позицию в вопросе ответственности можно следующим образом: «Я могу многое, но не всё. Я не могу сделать так, чтобы поведение ребёнка волшебным образом изменилось, но я могу помочь понять, почему он ведёт себя тем или иным образом, и вместе с вами поискать пути изменения нежелательного поведения. Я не знаю, как правильно воспитывать детей, но я могу помочь ребёнку справиться с его затруднениями».

1. ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПРОВЕДЕНИЮ РОДИТЕЛЬСКИХ СОБРАНИЙ

2.1. Общий план проведения родительского собрания

1. Вводная часть: вступительное слово, знакомство с целью и задачами собрания.
2. Основная часть: информационная, аналитическая в зависимости от темы собрания.
3. Заключительная часть: ответы на вопросы, обратная связь, подведение итогов собрания.

Во вступительном слове, активизируя внимание родителей, важно показать актуальность и своевременность данного родительского собрания; выявить запросы родителей, поставить цели и задачи собрания.

Основная часть родительского собрания может быть в виде лекции, беседы, дискуссии, игры в зависимости от темы. Чтобы избежать монотонности родительского собрания, возможно, стоит чередовать разнообразные формы предоставления информации: устное сообщение, раздаточный материал, плакаты, видеоматериалы, презентации; использовать игры и упражнения, тесты и анкеты. Основная часть собрания может сокращаться или расширяться в зависимости от запросов родителей и обучающихся, исходя из того, с чем они знакомы на данный момент времени. После изложения каждого вопроса желательно делать выводы и переходы к следующему вопросу или пункту, намеченному по плану. Содержание и объём основной части зависит от времени, отведенного для выступающих специалистов на собрании.

Подведение итогов собрания начинается на самом собрании: необходимо сделать обобщение и выводы, сформулировать решения. Важно выяснить и отношение родителей к проведённому собранию с помощью устной обратной связи или заполнения анкеты «Обратная связь», всё это впоследствии станет предметом дальнейших размышлений.

Собрание важно начинать с позитивного момента, затем остановиться на проблемах, трудностях, завершить предложениями и рекомендациями на будущее, акцентируя внимание родителей на их собственных возможностях и ресурсах.

Необходимо во время собраний предоставить время и для общения родителей между собой и со специалистами.

**2.2. Пути построения взаимодействия с родителями**

Для того, чтобы на собрании не возникало затруднения, можно рекомендовать следующие пути построения взаимодействия с родителями.

***Во-первых****,* в начале учебного года полезно произвести анкетирование - запрос по интересующим классных руководителей темам родительских собраний, запланировать данные собрания и начать готовиться к ним заранее.

***Во-вторых****,* перед проведением родительского собрания рекомендуется реализовывать следующий **алгоритм.**

*1.Запрос классного руководителя:* на консультации обсуждаются наиболее актуальные темы в классе, выстраивается структура собрания, чтобы оно было целостным и логичным; при необходимости подбираются диагностические средства для наглядного представления информации, которую целесообразно предъявлять на собрании в виде крупногабаритных графиков.

*2.Оценка учебных и поведенческих проблем обучающихся через посещение уроков* (при необходимости или во время планового школьного контроля).

*3. Диагностика проблемы у обучающихся.*

*4.Обозначение проблемы на родительском собрании.*

*5.* При необходимости *предложение совместного сотрудничества с родителями* (организация тренингов детско-родительского взаимодействия, приглашение на индивидуальные консультации).

И, наконец, для эффективной реализации данного алгоритма психологу необходимы ***конкретные практические методики*** работы с родителями. Нужно максимально использовать возможности родительского собрания, в т.ч. и применяя элементы тренинга. Рекомендуется *целесообразное* применение активных **форм сотрудничества**, таких как *диалог, брейнсторминг (мозговой штурм), игровые, тренинговые упражнения, ролевая игра* и другие психотерапевтические методики. Следует придерживаться золотой середины: не перегружать родителей монотонным монологом, докладами, но и не усердствовать, применяя непривычные для родителей психологические приемы. Родители могут растеряться, столкнувшись с деятельностью, отклоняющейся от привычного стереотипа и даже никак не отреагировать на ваши предложения. Особенно сильное сопротивление может вызвать ролевая игра и мозговой штурм. Что же из этого следует? Может, вообще отказаться от этих и других форм интерактивного взаимодействия? Нет и еще раз нет! Но, как и при внедрении любых других новаций, рекомендуется делать это тактично, осторожно, с учетом психологических характеристик аудитории. Внедрение активных форм сотрудничества может стать эффективным при соблюдении ряда ***правил:***

* *говорить простым языком,* минимизируя применение профессиональных терминов;
* *не напирать на родителей,* требуя ответа, активной работы мысли и продуцирования творческих идей; лучше действовать по обстоятельствам - иногда лучше *незаметно заменить запланированное упражнение или заметно упростить его* (особенно это касается метода мозгового штурма, для применения которого часто не оказывается даже достаточного числа участников - будет достаточно простого выдвижения 1-2 основных идей по решению проблемы, но придуманных и прочувствованных самими родителями);
* *важно уловить каждую озвученную идею,* показать, что она важна также, как все остальные; также необходимо дать почувствовать родителям равноценность методов как психолога, так и их собственных;
* подытоживая результат совместной работы, рекомендуется сделать акцент на том, что *родители сами выдвинули все идеи* решения данной проблемы, поэтому *велика вероятность их успешного воплощения.*

**2.3. Психологические упражнения, используемые на родительских собраниях различной тематики**

Можно использовать конкретные ***психологические******упражнения,*** которые являются универсальными и подойдут для собраний самой различной тематики.

**1.** **«Ромашка» (или билетики).** Читая по очереди однотипную информацию (например, советы по общению с детьми), родители смогут проявить активное участие и не устанут от звука одного и того же голоса.

**2.** **«Анализ чувств».** При обсуждении какой - либо ситуации (особенно в роли собственных детей) можно фиксировать возникающие чувства, чтобы на этой основе было легче понять своих детей.

**3.** **«Превращение минусов в плюсы».** Записываются сначала отрицательные стороны явления (например, черты детей, осложняющие процесс обучения) - на левой стороне доски, затем (на правой стороне) - положительные, к которым мы стремимся. А потом в середине доски проводятся связующие стрелки, подписанные тем способом, которым мы будем превращать отрицательное в положительное. Например, лень будем «превращать» в работоспособность путем конкретного плана дел на день. Или, наоборот, поймём, что на основе отрицательных качеств (и это будет сильным психологическим ходом!) базируются положительные. Например, упрямство - это основа целеустремлённости и т.п.

**4. «Заполни силуэт положительными качествами».** Хорошо подходит для сложных случаев, когда перед родителями стоит трудная задача или они негативно воспринимают детей в свете обозначенных на собрании проблем. На доске нарисованы силуэты мальчиков и девочек. Задача родителей - заполнить их записями положительных черт характера своих детей (лучше по командам - кто больше - проходит весело, оставляет позитивное эмоциональное впечатление от собрания).

**5. «Назови положительное качество (своё или ребёнка)».** Рекомендуется проводить для актуализации родительской уверенности в своих возможностях или позитивного восприятия собственных детей.

**6. Брейнсторминг (или мозговой штурм).** Рекомендуется проводить в упрощённом виде. Достаточно объединить родителей в команды, назначить секретаря, который будет фиксировать идеи, и дать примерно 5 минут. Затем идеи озвучиваются, записываются на доске и анализируются.

**7. Ролевая игра.** Можно иногда попробовать, при позитивной реакции родителей. Можно использовать, например, в начальной школе, проигрывая ситуации взаимодействия детей и родителей. К примеру, для первоклассников можно предложить проиграть следующие ситуации: «учитель пожаловался на плохое поведение ребёнка», «ребёнок не может выполнить домашнее задание», «вам рассказали, что ваш ребёнок побил одноклассника» и т.д. Затем проводится анализ моделей поведения, чувств, возникших во время проигрывания той или иной роли.

**8. Упражнение «Я ответственен** - **я не ответственен».** Рекомендуется проводить тогда, когда родители стремятся к неравноценному распределению ответственности за проблему между собой и детьми. Здесь необходима направляющая помощь.

**9. «Раньше** - **сейчас».** Для анализа эффективности проведённой работы. Заполняется таблица.

|  |  |
| --- | --- |
| РАНЬШЕ МЫ | СЕЙЧАС МЫ |
| Не умели... | Умеем... |
| Не любили… | Любим... |
| Не хотели... | Хотим... |
| Не знали... | Знаем... |

Затем анализируется.

**10. «Как родитель я лучше всего...»** Нужно закончить предложение, обозначив своё лучшее родительское качество - актуализирует родительскую уверенность в своих воспитательных возможностях.

**11.** **«Ради своего ребёнка мне ещё предстоит научиться...»** Также заканчивается предложение – актуализируется потенциал развития родителей, постановка проблемы.

**12.** **«Самое лучшее в моём ребёнке** - **это...»** Снова предлагается окончить предложение. Рекомендуется проводить для того, чтобы родители более позитивно воспринимали своих детей.

**13.** **«Подарок, который нельзя купить».** Родители записывают на листочках, что бы они хотели «подарить» детям (сочувствие, помощь в выполнении домашних заданий, заботу, внимание к проблемам в отношениях, поход в лес и т.д.) Рекомендуется предложить родителям в ближайшее время выполнить то, что написали (вслух не озвучивается).

**14.** **«Сделать детей счастливыми».** Проводится блиц - опрос родителей. Каждый говорит (или записывает) то, что может сделать его ребёнка счастливым. Рекомендуется реализовать в ближайшее время. При выполнении данного упражнения рекомендуется делать акцент не на материальных желаниях, а на совместных делах.

В методических источниках можно найти множество других упражнений для использования на собраниях.

**2.4.** **Тематика родительских собраний с участием психолога**

[**1 класс**](https://pandia.ru/text/category/1_klass/)

**Базовая задача: адаптация ребенка к школе**

В начале первого класса (в сентябре месяце) проводится собрание, в рамках которого психолог рассказывает родителям о том, как родители могут помочь ребёнку быстрее адаптироваться к школе.

В конце второй четверти психолог, после проведенной диагностики, рассказывает родителям об особенностях адаптации их детей и даёт рекомендации, как работать с той или иной проблемой, которые были выявлены.

Если у психологов школы есть возможность провести повторный мониторинг адаптации, то они в четвёртой четверти рассказывают родителям о динамике процесса адаптации: что изменилось, что улучшилось, а над чем еще необходимо поработать.

Кроме того, если в ходе адаптации выявляются определенные системные проблемы класса, то организуются тематические родительские собрания, связанные с разбором той или иной проблемы

**2-3 классы**

**Базовая задача: развитие познавательных процессов, умений**[**учебной деятельности**](https://pandia.ru/text/category/obrazovatelmznaya_deyatelmznostmz/)**, формирование классных**[**коллективов**](https://pandia.ru/text/category/koll/)**, навыков конструктивного взаимодействия, эмоционально – волевой сферы**

2-3 классы - стабильный период для развития детей: никаких кризисов нет, и мы можем свободно решать вопросы [развития ребёнка](https://pandia.ru/text/category/razvitie_rebenka/). Какие вопросы могут подниматься психологами в рамках собраний с родителями 2-3 классов. С одной стороны, тематика может определяться возрастными задачами и технологиями их решения, а с другой стороны, реальными проблемами, которые есть в классе.

*Примерная тематика:*

1. Развитие познавательных процессов (внимания, мышления, памяти) младших школьников.

2. Учимся учиться.

3. Развитие эмоционально – волевой сферы младших школьников.

4. Современные технологии воспитания младших школьников в семье.

5. Общаться с ребёнком…КАК?

6. Воспитание толерантности у младших школьников.

7. Классный класс – как этого добиться? (проектировочный семинар для родителей).

8. Как победить школьную тревожность?

9. Психологические особенности учащихся 2-3 классов и т. д.

Если в классе есть особые проблемы, то собрания посвящаются решению этих проблем.

[**4 класс**](https://pandia.ru/text/category/4_klass/)

**Базовая задача: подготовка ребенка к переходу в среднее звено, а также начало кризиса младшего подростка**

Это определяет и тематику собраний…

В рамках собрания первой четверти важно проговорить вопросы, касающиеся тех факторов и характеристик, которые определяют успех адаптации в [5 классе](https://pandia.ru/text/category/5_klass/), и дать рекомендации по их развитию или коррекции. Рекомендуется проводить в виде проектировочного семинара для родителей, когда они с помощью психолога выводят систему характеристик, и разрабатывают пути их развития. Во время этого же или отдельного собрания психолог рассказывает о том, как проявляется кризис младшего подросткового возраста и как родители могут помочь ребенку его пережить, изменив позицию в отношении ребенка и т. д.

В 3-4 четверти психолог на собрании представляет родителям итоги диагностики готовности ребенка к переходу в среднее звено и даёт рекомендации по коррекции (развитию) тех или иных процессов и характеристик.

Если по итогам обучения в начальной школе предполагается расформирование классов, их перекомплектование, то психолог участвует в родительском собрании, посвящённому обсуждению данных вопросов и [выработке решений](https://pandia.ru/text/category/virabotka_reshenij/).

**5 класс**

**Базовая задача: Адаптация ребёнка к**[**средней школе**](https://pandia.ru/text/category/srednie_shkoli/)

В конце второй четверти психолог, после проведенной диагностики, рассказывает родителям об особенностях адаптации их детей и даёт рекомендации, как работать с той или иной проблемой, которые были выявлены.

Если у психологов школы есть возможность провести повторный мониторинг адаптации, то они в четвёртой четверти рассказывают родителям о динамике процесса адаптации: что изменилось, что улучшилось, а над чем ещё необходимо поработать.

Кроме того, если в ходе адаптации выявляются определённые системные проблемы класса, то организуются тематические родительские собрания, связанные с разбором той или иной проблемы.

**6-8 классы**

**Базовая задача: Личностное самоопределение школьника, простраивание школьником системы межличностных отношений со сверстниками, родителями на новом уровне и другие проблемы, связанные с особенностями подросткового возраста**

Отсюда *тематика собраний*:

1.  Особенности подросткового кризиса.

2.  Как помочь ребёнку найти самого себя.

3.  Наш ребёнок – подросток.

4.  Психологические особенности воспитания подростка в семье.

5.  Как найти общий язык с подростком?

6.  Профилактика девиантных форм поведения подростков.

7.  Формирование толерантности подростков.

8.  Что такое акцентуации характера подростков и как с ними бороться? и т. д.

Кроме того, если выявляются определенные системные проблемы класса, то организуются тематические родительские собрания, связанные с разбором той или иной проблемы.

[**9 классы**](https://pandia.ru/text/category/9_klass/)

**Базовая задача: Профессиональное самоопределение ребёнка, подготовка ребёнка к выбору дальнейшего маршрута обучения. Кроме того, девятиклассники впервые сдают государственные экзамены, и ведётся работа по психологической подготовке к сдаче экзаменов**

В конце первой четверти проводится родительское собрание на тему « Как помочь ребёнку выбрать профессию?».

В третьей четверти психолог рассказывает об итогах профориентационной диагностики.

В четвертой четверти психолог на родительском собрании даёт рекомендации родителям по психологической подготовке ребёнка к сдаче выпускных экзаменов.

[**10 класс**](https://pandia.ru/text/category/10_klass/)

**Базовая задача: адаптация в 10 классе, а также всем известная проблема – когда дети после 9 класса расслабляются в 10..**

Поэтому одно из собраний 2 четверти посвящается итогам диагностики адаптации обучающихся в 10 классе.

Кроме того, если в ходе адаптации выявляются определённые системные проблемы класса, то организуются тематические родительские собрания, связанные с разбором той или иной проблемы.

[**11 класс**](https://pandia.ru/text/category/11_klass/)

**Базовая задача: подготовка школьника к выбору жизненного пути на новом уровне, психологическая подготовка к сдаче ЕГЭ**

В 11 классе на новом уровне встают проблемы выбора ребёнком своего жизненного пути, поэтому на родительском собрании вновь поднимаются вопросы, связанные с профессиональным самоопределением и простраиванием жизненной перспективы.

Кроме того, в 4 четверти психолог на родительском собрании даёт рекомендации родителям по психологической подготовке ребёнка к сдаче выпускных экзаменов.

**ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

Методические рекомендации содержат теоретические и практические аспекты по организации и проведению родительских собраний и адресованы педагогам – психологам. Также предлагается в качестве примера конспект родительского собрания (см. приложение).

Правильно организованные, методически и информационно обеспеченные и проведённые компетентным специалистом родительские собрания будут способствовать:

* повышению уровня информированности родителей по вопросам обучения и воспитания;
* созданию благоприятной атмосферы поддержки и сотрудничества, которую обеспечивают педагоги, психологи и другие специалисты;
* активному вовлечению родителей к процессу воспитания обучающихся.

Показателями эффективности такой работы могут служить:

* более активное участие родителей в жизни своих детей;
* снятие эмоциональной напряжённости, вызванной недостаточной информированностью по разным вопросам обучения и воспитания;

Таким образом, планомерная, целенаправленная деятельность, совместные усилия педагогов, родителей, психологов способствуют формированию психически здоровой личности.

**Приложение**

Муниципальное общеобразовательное бюджетное учреждение

средняя общеобразовательная школа №2

рп. Октябрьский

**КОНСПЕКТ РОДИТЕЛЬСКОГО СОБРАНИЯ**

**на тему «РОЛЬ САМООЦЕНКИ В ФОРМИРОВАНИИ ЛИЧНОСТИ ПОДРОСТКА»**

**9-11 классы**

**Подготовила:**

**педагог – психолог**

**Пинчук Т.Н.**

**рп. Октябрьский**

**2020 г.**

**Цель:** повышение педагогической культуры родителей, пополнение их знаний по вопросам воспитания в семье и школе.

**Задачи:**

1. Ознакомить родителей с понятием и видами самооценки, объяснить взаимосвязь самооценки и успешности обучающихся; разъяснить возможные последствия завышенной и заниженной самооценки;
2. Дать рекомендации, как нормализовать самооценку ребёнка;
3. Пробудить у родителей интерес к самооценке их детей.

**Форма проведения:** проблемная лекция с элементами беседы.

**Вопросы для обсуждения:**самооценка как определяющий фактор развития личности; причины формирования той или иной самооцен­ки; определение уровня самооценки; последствия низкой и высокой самооценки; повышение уровня самооценки.

**Подготовка к собранию:**тестирование по шкале тревоги Спилбергера (см. приложение), данный тест является информативным спо­собом самооценки уровня тревожности в данный момент (реактивная тревожность как состояние и личностная тревожность как устойчивая характеристика человека).

**Оборудование:** презентация, результаты тестирования обучающихся.

**Ход собрания:**

**I. Вступительное слово педагога- психолога**

Уважаемые родители! Я рада приветствовать вас на нашем родительском собрании. Прежде чем озвучить тему и цель нашего собрания, я предлагаю вам познакомиться. Но знакомство это будет необычным.

***1) Упражнение «Эпитет на первую букву своего имени».***

Цель: знакомство, снятие напряжения.

Каждый участник называет своё имя и называет на первую букву своего имени эпитет, обозначающий какое – то качество ему присущее.

1. ***Сообщение темы и цели собрания***

***Слайд 1.*** Знакомясь, вы каждый дали самооценку себе. Сегодня мы будем говорить о самооценке наших детей и её роли в формировании личности. Почему я решила поговорить об этом сегодня? Потому что вижу, что многие наши ребята на пороге выхода из школы во взрослую жизнь не совсем уверены в своих действиях, имеют низкую самооценку, а другие – высокую.

**II. Лекция** **педагога- психолога** **с элементами беседы**

***Слайд 2.*** *1) В психологическом словаре****самооценка***толкуется как «оценка лич­ностью самой себя, своих возможностей, качеств и места среди других людей». От самооценки зависят его взаимоотношения с окружающими, требовательность к себе, отношение к успехам и неудачам.

***Слайд 3.*** *Можно отметить особенности поведения обучающихся с различным уровнем самооценки.*

**Адекватная самооценка** характеризуется активностью, общительностью, оптимизмом.

**Высокая самооценка** - стремление к успехам в различных видах деятельности, уверенность в своих силах.

**Завышенная самооценка** – высокомерие, бестактность. Переоценка своих возможностей, недооценка чужих.

**Низкая самооценка –** неуверенность в себе, застенчивость, повышенная тревожность.

**Заниженная самооценка** – пассивность, замкнутость. Постоянная недооценка своих возможностей, переоценка чужих.

Самооценка влияет на эффективность деятельно­сти и подростка, на дальнейшее развитие его личности. Поэтому се­годня мы поговорим о том, почему формируется та или иная само­оценка, как определить уровень самооценки вашего ребёнка, поду­маем о возможных последствиях низкой самооценки и о том, как её повысить.

***2) Как и почему формируется та или иная самооценка?***

Давайте посмотрим два примера и попробуем разобраться, какой будет в этом случае самооценка ребенка.

В семье недостаточно требований – запретов и обязанностей, а также минимальное количество санкций. В таких семьях родители стремятся удовлетворить любые потребности ребенка, оберегают его от обязанностей и трудностей, потакают во всём. Большая часть таких родителей не видят недостатков в воспитании своего ребёнка, неправильно оценивают и идеализируют его. Основные причины проявляющихся нарушений заключаются в переоценке родителями собственных воспитательных возможностей и в решении личных проблем за счёт ребёнка: «Я считаю, что мною не было допущено ни одной ошибки в воспитании моей дочери. Я хочу, чтобы мой ребёнок ни в чём не нуждался, и я стараюсь строить нашу жизнь так, чтобы соблюдалось это условие. Я буду делать для своего ребёнка всё, что он хочет до тех пор, пока у меня имеются возможности, потому что ещё не известно, что ожидает его в будущем и как сложится его жизнь. У меня не было таких возможностей, так почему бы мне ни создать их для моей дочери. Я не вижу ничего негативного в том, что у девочки могут быть какие-то проблемы во взаимоотношениях с другими».

Другие родители, наоборот, видят недостатки в воспитании своего ребёнка, но, несмотря на это, не работают с этим. Здесь наблюдаются частые конфликты в семье между супругами, что сказывается на отсутствии единых требований в вопросах воспитания у матери и отца. Например, мать проецирует любовь к мужу на ребёнка, где неудовлетворительные супружеские отношения компенсируются в ребёнке с помощью одаривания безграничной любовью с ожиданием получить в ответ то же; мать боится потерять доверие и любовь ребёнка. У матери достаточно ярко выражены воспитательная неуверенность и низкая самооценка, что, конечно же, сказывается на устойчивости вопросов воспитания: «Я очень не уверена в себе, всегда сомневаюсь в действиях, поступках, но хочу постоянно совершенствоваться, но эта неуверенность, а может быть, мои знания не позволяют быть спокойной за себя, за детей и за будущее». Или: «Иногда мне кажется, что я слишком оберегаю своего сына, и я вижу, что вседозволенность – не очень хорошее явление, но справиться с этим не могу. Часто я не знаю, как мне действовать, если мой ребёнок провинился».

Ответ: У детей таких родителей мы обнаруживаем чаще всего проявление неадекватно завышенной самооценки.

Давайте посмотрим другой вариант – повышенная моральная ответственность, характеризующаяся повышением уровня родительских ожиданий в отношении будущего, успехов, способностей и талантов ребёнка. Такие родители возлагают на своего ребёнка непосильные и несоответствующие возрасту обязанности и предъявляют к ребёнку чересчур завышенные требования. Основная причина данного нарушения заключается в решении родителями личных проблем за счёт ребёнка.

Родители, в воспитательном стиле которых наблюдаются данные нарушения, чаще обладают наличием низкого уровня самооценки, что, конечно же, предопределяет их стремление повысить собственную самооценку за счёт ребёнка, за счёт его успехов и достижений: «Я не очень хорошая хозяйка, на мой взгляд. Я очень боюсь обидеть кого-либо, от чего сама часто страдаю. Я часто невнимательна к своим родным, часто недовольна собой. Я не хочу, чтобы мои дети когда-нибудь чувствовали то же самое, что и я сейчас, поэтому я и очень требовательна к ним. Мне хочется гордиться ими». Или: «Я женщина, которая хочет, но не всегда может, которая пытается многого достичь, но часто не может переступить через принципы и комплексы, воспитанные в детстве. Мне бы хотелось, чтобы мои ошибки не повторяли мои дети».

Ответ: Неадекватно заниженная самооценка.

Сейчас я хочу показать вам, какую роль родители играют в формировании самооценки детей ежедневно.

***3) Упражнение «Коридор».***

Цель: формирование у членов группы установки понимания своего ребёнка, переживание как положительных, так и отрицательных эмоций.

Участники выстраиваются в коридор, друг напротив друга. Одной колонне раздаются карточки с фразами негативного характера («*Ты совсем тупой», «Ты меня позоришь»),* другой –фразы позитивного характера *(«Я тебя люблю», «Ты самый лучший ребёнок»*). Выбирается участник, который в роли ребёнка проходит через этот коридор и слушает сначала одну колонну, потом другую.

Рефлексия: Каково было проходить через коридор? Какие чувства вы испытывали? Какие фразы лучше запоминаются?

***4) Пришло время познакомиться с самооценкой вашего ребёнка.***

Я провела анкетирование с детьми (по методике диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина, см. приложение). Каждый из вас получил личный результат своего ребёнка.

*Реактивная тревожность*характеризуется напряжением, беспо­койством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушение внимания, иногда нарушение тонкой коорди­нации.

*Личностная тревожность*характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конф­ликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосома­тическими заболеваниями.

Родителям следует знать, что значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания, высокая тревож­ность предполагает склонность к появлению состояния тревоги у че­ловека в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следу­ет снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверен­ности в успехе.

***Слайд 4. 5) Каким образом можно повысить самооценку ребёнка?***

Уважаемые родители, предлагаю вашему вниманию рекомендации, которые помогут вам в формировании адекватной самооценки вашего ребёнка:

1. Поговорите с ребёнком, попросите его написать все его досто­инства и недостатки во всём: во внешнем облике, в характере. По­просите записать также и свои способности, таланты. Вы увидите, с какой лёгкостью ваш ребёнок пишет отрицательные качества и как трудно написать всё то хорошее, что в нём есть. Помогите ему, на­помните.

Несомненно, достоинств окажется гораздо больше, чем недостат­ков. Итак, с первой задачей мы уже справились: подросток понял, что не так уж плох, как ему кажется.

2. Вторая задача — помочь ему справиться с недостатками. Попросите его подумать, какими способами он может преодолеть их и что он готов для этого сделать. Помогите ему.

3. Постарайтесь изучить всё лучшее, что в нём есть. Подумайте, как он может развивать это в себе. Помогите найти ему то дело, которое поможет проявить свои способности.

4. Подросток не должен пытаться быть похожим на других людей. Не оказывайте медвежью услугу, сравнивая его со сверстниками. Только сравнивая свой результат со своим же можно надеяться на успех. Повторяйте ребёнку, что он не лучше и не хуже других, он такой один, ни на кого не похожий, уникальный. Научите его уважать  
себя, и он будет уважать других (в первую очередь вас).

**III. Подведение итогов собрания**

1. ***Итак, подведём итог.***

В семьях, где у детей формируется высокая самооценка, ясные вза­имоотношения, чётко определены авторитеты, распределена ответ­ственность. Ребёнок учится успешно решать встающие перед ним в повседневной жизни задачи, так как чувствует уверенность в своих силах. Его всё время поддерживают и одобряют. В таких семьях все относятся друг к другу дружелюбно и искренне.

Если ребёнок в семье сталкивается с пренебрежением, с неприяз­нью, если находится в зависимом, подчинённом положении, то в бу­дущем он не избежит неприятностей, связанных с негативной само­оценкой.

Родители заведомо снижают самооценку ребёнка, когда пытаются поставить его в зависимое положение. В такой семье требуют(!) от ребёнка послушания, учат его подстраиваться, не конфликтовать с окружающими. Родители боятся положиться на ребёнка, недооцени­вают его возможности, защищают его от трудностей, контролируют его действия. В результате ребёнок становится неуравновешенным, не доверяет окружающим, не верит в свои силы, ему не хватает ощу­щения, что он значим, ценен.

***Слайд 5. 2) Игра «Закончи предложение»***

**Если:**

* Ребёнка постоянно критикуют, он учится ... (ненавидеть).
* Ребёнок живёт во вражде, он учится... (быть агрессивным).
* Ребёнок живёт в упрёках, он учится... (жить с чувством вины).
* Ребёнка высмеивают, он учится ... (быть замкнутым).
* Ребёнок растёт в терпимости, он учится... (понимать других).
* Ребёнка хвалят, он учится ... (быть благородным).
* Ребёнок растёт в честности, он учится ... (быть справедливым).
* Ребёнок растёт в безопасности, он учится ... (верить в людей).
* Ребёнка поддерживают, он учится ... (ценить себя).
* Ребёнок живёт в понимании и дружбе, он учится ... (находить любовь в мире).

1. ***Рефлексия***

Расскажите, что полезного вы сегодня узнали? С какими чувствами будете уходить?

Уважаемые родители, и в этом нелёгком деле вам отводится веду­щая роль. Помогите вашему ребёнку повысить неадекватно занижен­ную самооценку: помогите поверить в себя, в свои силы. Постоянно напоминайте ему, что у каждого человека неограниченные возмож­ности, нужно только поверить в них. Подчёркивайте индивидуаль­ность, ценность вашего ребёнка, и результат не замедлит сказаться.

***Приложение***

**Методика диагностики самооценки Ч.Д. Спилбергера, Л. Ханина**

Данный тест представлен в виде опросника из 40 вопросов. Тест является надежным источником информации о самооценке человеком уровня своей тревожности в данный момент (реактивная тревожность) и личностной тревожности (как устойчивой характеристики человека). Тест разработан Ч.Д. Спилбергером и адаптирован Ю.Л. Ханиным.

**Личностная тревожность** характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающих, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги.

**Реактивная тревожность** характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью.

**Очень высокая реактивная тревожность** вызывает нарушения внимания, иногда нарушения тонкой координации.

**Очень высокая личностная тревожность** прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и психосоматическими заболеваниями.

Но тревожность изначально не является негативной чертой. Определенный уровень тревожности - естественная и обязательная особенность активной личности.

При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Шкала самооценки состоит из 2 частей, раздельно оценивающих реактивную (РТ, высказывания № 1-20) и личностную (ЛТ, высказывания № 21-40) тревожность.

Шкала ситуативной тревожности состоит из 20 суждений (10 из них характеризуют наличие эмоций, напряженности, беспокойства, озабоченность, а 10 – отсутствие тревожности).

Результаты подсчитываются по ключу.

**Обработка и интерпретация результатов:**

до 30 – низкая тревожность;

31-45 – умеренная тревожность;

46 и более – высокая тревожность.

Испытуемому необходимо оценить свое самочувствие в данный момент. Предлагаются, например, такие утверждения: «Я спокоен», «Мне ничто не угрожает», «Я расстроен» и т.д.

В методике есть нормативы, указывающие на высокий уровень тревожности, средний и низкий. Реактивная тревожность характеризуется напряжением, беспокойством, нервозностью. Очень высокая реактивная тревожность вызывает нарушения внимания, иногда нарушения тонкой координации.

Значительные отклонения от уровня умеренной тревожности требуют особого внимания. Высокая тревожность предполагает склонность к проявлению тревоги в ситуациях оценки его компетентности. В этом случае следует снизить субъективную значимость ситуации и задач и перенести акцент на осмысление деятельности и формирование чувства уверенности в успехе.

Низкая тревожность, наоборот, требует повышения внимания к мотивам деятельности и повышения чувства ответственности. Иногда очень низкая тревожность в показателях теста является результатом активного вытеснения личностью высокой тревоги с целью показать себя в «лучшем свете».

**Также разработана шкала для оценки личностной** тревожности (как устойчивой характеристики человека), которая также состоит из 20 высказываний.

Испытуемый должен оценить, как он себя обычно чувствует. Здесь предлагаются, например, утверждения:

«Я испытываю удовольствие»,

«Я очень быстро устаю»,

«Я вполне счастлив» и др.

Личностная тревожность характеризует устойчивую склонность воспринимать большой круг ситуаций как угрожающие, реагировать на такие ситуации состоянием тревоги. Очень высокая личностная тревожность прямо коррелирует с наличием невротического конфликта, с эмоциональными и невротическими срывами и с психосоматическими заболеваниями.

Но тревожность не является изначально негативной чертой. Определенный уровень тревожности – естественная и обязательная особенность активной личности. При этом существует оптимальный индивидуальный уровень «полезной тревоги».

Шкалы ситуативной и личностной тревожности можно использовать в консультативной практике, при оценке результатов коррекции эмоциональных состояний, оценке динамики эмоциональных состояний у работников и т.д.

**Инструкция.** Прочитайте внимательно каждое из приведённых ниже предложений. Зачеркните цифру в соответствующей графе справа, в зависимости от того, как вы себя чувствуете в данный момент. Над вопросами долго не задумывайтесь, так как правильных или неправильных ответов нет.

***Бланк суждений***

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Суждение | Нет, это не так | Пожалуй, так | Верно | Совершенно верно |
| 1 | Я спокоен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 2 | Мне ни что не угрожает | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 3 | Я нахожусь в напряжении | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 4 | Я внутренне скован | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 5 | Я чувствую себя свободно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 6 | Я расстроен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 7 | Меня волнуют возможные неудачи | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 8 | Я ощущаю душевный покой | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 9 | Я встревожен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 10 | Я испытываю чувство внутреннего удовлетворения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 11 | Я уверен в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 12 | Я нервничаю | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 13 | Я не нахожу себе места | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 14 | Я взвинчен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 15 | Я не чувствую скованности, напряжения | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 16 | Я доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 17 | Я озабочен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 18 | Я слишком возбуждён, мне не по себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 19 | Мне радостно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 20 | Мне приятно | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 21 | У меня бывает приподнятое настроение | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 22 | Я бываю раздражительным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 23 | Я легко могу расстроиться | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 24 | Я хотел бы быть таким же удачливым, как и другие | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 25 | Я сильно переживаю неприятности и долго не могу о них забыть | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 26 | Я чувствую прилив сил, желание работать | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 27 | Я спокоен, хладнокровен и собран | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 28 | Меня тревожат возможные трудности | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 29 | Я слишком переживаю из-за пустяков | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 30 | Я бываю вполне счастлив | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 31 | Я всё принимаю близко к сердцу | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 32 | Мне не хватает уверенности в себе | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 33 | Я чувствую себя беззащитным | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 34 | Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 35 | У меня бывает хандра | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 36 | Я бываю доволен | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 37 | Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 38 | Бывает, что я чувствую себя неудачником | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 39 | Я уравновешенный человек | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 40 | Меня охватывает беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах | 1 | 2 | 3 | 4 |

**Ключ к методике оценки ситуационно и личностной тревожности**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Номер суждения | Ситуационная тревожность  (ответы) | | | | Номер суждения | Личностная тревожность  (ответы) | | | |
| **1** | 4 | 3 | 2 | 1 | **21** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **2** | 4 | 3 | 2 | 1 | **22** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **3** | 1 | 2 | 3 | 4 | **23** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **4** | 1 | 2 | 3 | 4 | **24** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **5** | 4 | 3 | 2 | 1 | **25** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **6** | 1 | 2 | 3 | 4 | **26** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **7** | 1 | 2 | 3 | 4 | **27** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **8** | 4 | 3 | 2 | 1 | **28** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **9** | 1 | 2 | 3 | 4 | **29** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **10** | 4 | 3 | 2 | 1 | **30** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **11** | 4 | 3 | 2 | 1 | **31** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **12** | 1 | 2 | 3 | 4 | **32** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **13** | 1 | 2 | 3 | 4 | **33** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **14** | 1 | 2 | 3 | 4 | **34** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **15** | 4 | 3 | 2 | 1 | **35** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **16** | 4 | 3 | 2 | 1 | **36** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **17** | 1 | 2 | 3 | 4 | **37** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **18** | 1 | 2 | 3 | 4 | **38** | 1 | 2 | 3 | 4 |
| **19** | 4 | 3 | 2 | 1 | **39** | 4 | 3 | 2 | 1 |
| **20** | 4 | 3 | 2 | 1 | **40** | 1 | 2 | 3 | 4 |

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Чибисова М.Ю., Пилипко Н.В. Родительское собрание как форма работы психолога. //Вестник практической психологии образования № 4(17) октябрь—декабрь 2008.
2. Пилипко Н. Мифы и рифы. Размышления о работе психолога с родителями. //Школьный психолог, №5. 2004. С. 24-25.
3. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; В 4-х томах. - М: Генезис, 2001.
4. Хухлаева О.В. Практические материалы для работы с детьми 3-9 лет. Психологические игры, упражнения, сказки. - М.: Генезис, 2003. -176 с.
5. Шевандрин. Социальная психология в образовании: Учеб. пособие. - М: ВЛАДОС, 1995. - 544 с.
6. Беседин А.Н., Липатов И.И. Книга практического психолога. - Харьков: «Оригинал», 1996.
7. Дереклеева Н.И. Новые родительские собрания: 5-9 классы. - М.: ВАКО, 2008. - 320 с.
8. Кон И.С. Психология ранней юности. - М.: Просвещение, 1989.
9. Олендарь О.С. Как проводить родительское собрание в школе. - М.: АСТ; Донецк: Сталкер, 2008. - 205 с.
10. Фалькович Т. А., Толстоухова Н. С., Обухова Л. А. Нетрадиционные формы работы с родителями. М.: 5 за знания, 2005.
11. Фопель К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и упражнения. М.: Генезис, 2001.
12. Губкина Т. Родительский клуб // Школьный психолог, 2000, №25.
13. Первушина И.Влияние горя на отношения «родитель-ребенок» // Школьный психолог, 2006, №2.
14. Москаленко В. Д.Что угодно для души? – М.: Панорама, 1991.
15. Карелина Н. Мальчики и девочки – почему они разные? // Школьный психолог, 2008, №16.
16. Кравцова М.Плохие слова // Школьный психолог, 2004, №15.
17. Хухлаева О.Работа психолога с родителями: концепция и технологии // Школьный психолог, 2006, № 18, 19, 20.
18. Кравцова Е, Кравцова О. Я бы в дворники пошел… или Как не отбить у детей желание учиться // Школьный психолог, 2004, №12.
19. Комышева С, Тупицына Е*.* Родители и дети: противостояние или сотрудничество // Школьный психолог, 2008, №16.
20. Пилипко Н, Чибисова М.Тематические встречи // Школьный психолог, 2004, №9.
21. Артюхова И. Треугольники ответственности // Школьный психолог, 2001, №21.
22. Александрова А.Ребята и зверята, или индивидуализация по Остеру // Школьный психолог, 2005, №14.
23. Остер Г. Избранные произведения. – М., 1991.
24. Уржумова Т*.*Стили семейного воспитания // Школьный психолог, 2008, №16.
25. Ермолаев О. Ю, Марютина Т. М, Мешкова Т. А*.*Внимание школьника. – М., 1987.
26. Кикоин Е. И*.*Младший школьник: возможности изучения и развития внимания. – М., 1993.
27. Данилова Е.Третьеклассники // Школьный психолог, 2002, №9.
28. Лютова Е. К, Монина Г. Б*.*Тренинг эффективного взаимодействия сдетьми. – СПб.: Издательство «Речь», 2006.
29. Дереклеева Н. И*.* Новые родительские собрания: 1-4 классы. – М.: ВАКО, 2006.
30. Детская и подростковая психотерапия  / Под ред. Д.Лэйна, Э. Миллера – СПб: Питер, 2001 (Серия «Практикум по психотерапии»).
31. Реан А. А.Агрессия и агрессивность личности. – СПб., 1996.
32. Фурманов И.А*.*Детская агрессивность. – Минск, 1996.
33. Заваденко Н. Н. Как понять ребенк*а*: дети с гиперактивностью и дефицитом внимания. – М., 2000.
34. Ясюкова Л. А. Методика определения готовности к школе. – СПб., 1999.
35. Овчарова Р. В.Практическая психология в начальной школе. Сфера, 1996.
36. Самоукина Н. В*.*Игры в школе и дома: Психотехнические упражнения и коррекционные программы. – М.: Новая школа, 1995.
37. Левитина С. С. Можно ли управлять вниманием школьника? – М., 1980.
38. Гиппенрейтер Ю.Б.Общаться с ребенком. Как? – М., 2000.
39. Столяренко Л. Д. Психология: Учебник для вузов / Л. Д. Столяренко. - СПб.: Лидер, 2004
40. Н. И. Дереклеева. Новые родительские собрания: 10-11 классы.-М.: ВАКО, 2006.
41. Настольная книга умных родителей. ИЗДАНИЕ ТРЕТЬЕ, ДОПОЛНЕННОЕ Владимир Довгань, Елена Минилбаева «К богатству – с пеленок» М.: EDELSTAR, 2007.