



Государственное казенное учреждение Иркутской области
«Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи,
профилактики, реабилитации и коррекции»



МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

ДЛЯ ПЕДАГОГОВ

*по проведению родительских собраний
по профилактике аддиктивного поведения
среди несовершеннолетних*



*«Родители,
дети, привычки,
здоровье»*



Иркутск, 2023

Печатается по решению редакционно-издательского совета

Методические рекомендации для педагогов по проведению родительских собраний «Родители, дети, привычки, здоровье» по профилактике аддиктивного поведения среди несовершеннолетних образовательных учреждений Иркутской области. Иркутск: - ЦПРК, 2023. – с.82

Авторы - составители:

Большат О.А., педагог-психолог ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Балханова А.М., методист ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Ерошук М.В., методист ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Старкова А.П., заместитель директора ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

Рецензент: Дичина Н.Ю., к.п.н., доцент

Методические рекомендации адресованы: советникам по воспитательной работе, классным руководителям, социальным педагогам, педагога-психологам, иным педагогическим работникам, осуществляющим профилактическую работу с родителями/законными представителями.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	4
Практические занятия для родителей.....	7
Вводное родительское собрание «Родители, дети, привычки, здоровье».....	7
Родительское собрание «Семейные ценности и традиции. Воспитательный потенциал семьи».....	16
Детско-родительское собрание «Неразлучные друзья – взрослые и дети» (семейная гостиная)	27
Основные термины и определения.....	36
Приложения	
Гид для родителей по сложным вопросам воспитания (ответы, советы, рекомендации)	38
Трудных детей не бывает, есть дети, которым трудно	39
Если подросток связался с плохой компанией?	43
Рекомендации по раннему выявлению вредных привычек у подростков	45
Как уберечь ребёнка от наркотиков?	47
Как научить подростка говорить «нет»?	50
Как правильно говорить с ребёнком о наркотиках?	53
Как оградить своего ребёнка от употребления психоактивных веществ?	55
Как я могу расположить ребёнка к откровенности?	57
Как повысить самоуважение ребёнка?	58
Как моя собственная точка зрения на употребление алкоголя и курение влияет на моего ребёнка?	59
Приемы отказа от употребления психоактивных веществ	60
Почему важны семейные правила по отношению к употреблению алкоголя и наркотиков?	61
Рекомендации для родителей.	62
Как наладить доверительные отношения с ребёнком?	
Как не совершить ошибок в воспитании детей?	64
Советы родителям по воспитанию детей, способные предотвратить развитие рискованного поведения	66
ПОМОЩЬ РЯДОМ (контакты служб помощи и поддержки)	68
Фильмотека «Об ответственном родительстве, позитивном отношении к жизни, семейных ценностях, доверительных детско-родительских отношениях»	70
Эффективный опыт.РФ (материалы в формате памяток, рекомендаций при проведении разъяснительной работы с родителями (законными представителями) <i>электронный ресурс</i>)	

Введение

Формирование здорового образа жизни ребенка - одно из стратегических направлений государственной политики в сфере образования. Важное место в этом занимают вопросы развития ценностного отношения к здоровью и профилактики аддиктивного поведения среди несовершеннолетних.

Результаты многочисленных исследований и статистических данных показывают существование устойчивой тенденции к значительному и постоянному росту потребления психоактивных веществ (далее - ПАВ) с одновременным снижением возраста приобщающейся к ним молодёжи.

Огромное значение в профилактике данного вида неблагополучия является семья и детско-родительские отношения. Так как семья – это первичный институт социализации ребенка, отвечающий за формирование и развитие духовно-нравственных ценностей ребенка и регуляторов социально-приемлемого поведения.



«Семья для подростка представляет собой ни что иное, как реальную возможность его развития, образец формирования отношений к действительности, так как «нет практически ни одного социального или психологического аспекта поведения подростков, который бы не зависел от семейных условий в настоящем или прошлом» (И.С. Кон).

Изучению вопросов, связанных с влиянием родительского воспитания на формирование рискованного поведения детей и подростков, было посвящено множество научных исследований. Несмотря на то, что школа является учреждением, которое оказывает сильное воздействие на личность ребенка, только семейное воспитание формирует основу его благополучия.

Вашему вниманию представлены методические материалы, адресованные советникам по воспитательной работе, классным руководителям, социальным педагогам, педагогам-психологам, иным специалистам образовательных организаций для проведения родительских собраний по формированию культуры здорового образа жизни и профилактики аддиктивного поведения среди несовершеннолетних образовательных учреждений.

Методические рекомендации составлены в соответствии с нормами Федерального закона от 29.12.2012 N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», Федерального закона от 29.12.2010 № 436-ФЗ «О защите детей от информации, причиняющей вред их здоровью и развитию», «Концепции профилактики употребления психоактивных веществ в образовательной среде» (на период до 2025 года).

Методические рекомендации включают содержательный компонент для проведения информационно-просветительских мероприятий с родителями (законными представителями) целевой установкой которых является развитие психолого-педагогической компетенции в области профилактики аддиктивного поведения несовершеннолетних.

Поставленная цель достигается через решение следующих задач:

✓ Информирование родителей о государственной политике в сфере противодействия незаконному обороту наркотиков и ситуации с незаконным потреблением наркотических средств и психотропных веществ среди обучающихся.

✓ Просвещение родителей по вопросам воспитания и социализации детей и подростков, факторах риска и защиты от вовлечения в потребление наркотических средств обучающихся.

✓ Мотивирование родителей на воспитательные меры семьи в профилактике употребления ПАВ и оказание своевременной психолого-педагогической и медико-социальной помощи по коррекции поведения ребенка в ситуациях возникновения риска первых проб ПАВ.

Подборка материалов составлена таким образом, что она будет актуальна для проведения информационно-просветительских занятий с родителями/законными представителями не зависимо от возрастной категории детей.

Работа с родительским сообществом требует от педагога понимания особенностей современных родителей, научно-методической, педагогической и андрагогической (учитывающей психологические и образовательные потребности взрослых людей) компетентности в этой области деятельности.¹

Работа с родителями будет более продуктивна, если она будет выстроена на основе подбора эмоционально и содержательно сбалансированных речевых модулей и визуальных материалов (см. приложения Методических рекомендаций)

ПРАВИЛА РАБОТЫ С РОДИТЕЛЯМИ

- ✓ Старайтесь говорить на понятном для родителей языке, при употреблении специальной терминологии давайте пояснения.
- ✓ Аргументируйте содержание беседы выдержками из нормативных правовых актов, однако при этом не перегружайте беседу объемными прямыми цитатами законов, статей и т.п.
- ✓ Стройте беседу в доверительном тоне, откажитесь от поучений, нотаций, морализаторства, разговаривайте с позиции партнерства и преследования общих интересов.
- ✓ Ваши аргументы будут более убедительны, а итог беседы действенным, если вы проявите личную заинтересованность в ходе беседы.
- ✓ Сохраняйте конфиденциальность информации, полученной от родителей.
- ✓ Применяйте в работе яркие наглядные примеры, схемы, визуальные образы, подчеркивая, что разумно использовать родителю в беседе с ребенком, а от чего лучше воздержаться.

Условия проведения родительских собраний

Сроки проведения - могут варьироваться с учетом каникул, плана образовательной организации, эпидемиологической ситуации в рамках реализации Единых профилактических недель в соответствии с календарем на 2023/24 учебный год¹

- ✓ Неделя профилактики употребления алкоголя **«Будущее в моих руках»** (3 октября- Всемирный день трезвости и борьбы с алкоголизмом).
- ✓ Неделя профилактики употребления табачных изделий **«Мы – за чистые легкие»** (третий четверг ноября- Международный день отказа от курения).
- ✓ Неделя профилактики наркозависимости **«Независимое детство»** (1 марта - Всемирный день борьбы с наркотиками и наркобизнесом).

Обращаем Ваше внимание на то, что использование представленных методических материалов носит рекомендательный характер и, при необходимости, может быть добавлен теоретическим и практическим содержанием, самостоятельно разработанным специалистами образовательных организаций. Все зависит от условий и возможностей образовательной организации, а также профессиональных компетенций педагогических работников.

При организации мероприятий необходимо эффективно использовать возможности взаимодействия с субъектами системы профилактики (муниципальные АНК, правоохранительные органы, ПДН, КДНиЗП и др.), а также представителей общественных организаций, учреждений культуры, обладающих ресурсами, необходимыми для осуществления профилактической деятельности.

¹ Письмо ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции» от 16.08.2023г. №15-23/161 «Об изучении эффективного опыта»



Методические рекомендации по проведению родительского собрания «Родители, дети, привычки, здоровье»

*Дети охотно всегда чем-нибудь занимаются.
Это весьма полезно, а потому не только не
следует этому мешать, но нужно принимать меры к
тому, чтобы всегда у них было что делать.*
Ян Амос Коменский

Вместо предисловия...

Зачастую в обращении родителей к специалистам (педагогам-психологам, социальным педагогам, классным руководителям) звучит проблема «погружения» ребенка в компьютерных играх или гаджетах, вследствие чего ребенок не желает учиться или вообще что-либо делать. Причин снижения мотивации у детей и подростков очень много так, например, проблема детско-родительских отношений, форма протестного поведения, реакция на какой-либо источник стресса и пр.

Речь на родительском собрании пойдет о нарушении эмоционально-волевой сферы человека, которая может привести к формированию зависимого поведения.



ЧТО ТАКОЕ ЗАВИСИМОЕ ПОВЕДЕНИЕ?

Уважаемые родители ответьте на вопросы!

Какие примеры зависимого поведения существуют, на Ваш взгляд? (*Варианты ответов можно записать*).

Что общего у всех названных видов зависимого поведения?

Как можно своими словами определить, что такое зависимое поведение?

Проблема зависимого поведения хорошо знакома врачам-наркологам, которые занимаются лечением алкоголизма и наркомании. Однако в списке, который мы с вами только что составили, есть игровая и другие виды зависимостей, не связанных ни с какими психоактивными веществами. Поэтому их называют нехимическими или поведенческими аддикциями. Это означает, что зависимое поведение в данном случае – не результат употребления каких-либо веществ, а свойство человеческого поведения, которое касается самых разных сторон нашей жизни. Так что же такое зависимое поведение и в чем состоит его профилактика?

Чтобы понять, что такое зависимое поведение, давайте рассмотрим простой пример.



Представьте, что вечером вы сидите перед телевизором с пультом в руках, хотите найти что-нибудь интересное и для этого листаете разные каналы. Вы так и не нашли ничего интересного и хотели бы выключить телевизор. Вы понимаете, что уже устали, хотите спать, но все равно продолжаете листать каналы, и прекратить это делать вам сложно.

Этот процесс касается не только ситуации с телевизором: листая новостную ленту в социальной сети или смотря видеоролики в интернете, вы можете испытывать то же самое. Важно ощущение, что вы уже не хотите совершать эти действия, но все равно продолжаете.¹



Уважаемые родители ответьте на вопрос!

Знакома ли вам такая ситуация?

Тот, кто сейчас мысленно ответил «да», понимает, что такое зависимое поведение, потому что любая зависимость переживается точно так же.

Зависимым поведением или аддикцией (от англ. *addiction* – «пагубная привычка», «порочная склонность») – одна из форм деструктивного поведения, характеризующаяся формированием стремления к уходу от реальности через искусственное изменение своего психического состояния посредством приема некоторых психоактивных веществ (*химические аддикции, зависимости*) или чрезмерной фиксации на определенных видах активности (*нехимические аддикции, зависимости*). Иногда в классификациях к химическим и нехимическим зависимостям добавляют пограничные – «биохимические» (анорексия, булимия и пр.)²

Для более полного понимания видов зависимого поведения, рассмотрим классификатор аддиктивного поведения.

Химические аддикции (курение, лекарственная зависимость, алкоголизм, токсикомания, наркомания).

Нехимические аддикции (зависимость от виртуальной реальности (от социальных сетей, от игр, вредоносная виртуальная активность и др.), гэмблинг (зависимость от виртуальных игр), фанатизм и аддикции от деструктивных групп (псевдорелигиозных объединений, сект; псевдопсихологических курсов и др.), социально не отторгаемые зависимости (ущерб обществу минимален, имеется ущерб лишь для индивида и ближайшего окружения: трудового, ониомания, спортивная аддикция,

² Методические рекомендации по внедрению в практику образовательных организаций современных методик в сфере профилактики деструктивного поведения подростков и молодежи (на основе разработок российских ученых). ФИОКО, 2021. – 64 с.

любовная аддикция, урентная аддикция и др.), зависимости от риска и экстремальных увлечений (обычно на стыке с отклонениями в самореализации: руферство, стритрейсинг, зацеперство и др.)).

Биохимические аддикции (анорексия, булимия, зависимость от диет).

Выделяют ряд особенностей, свойственных для личности с зависимым поведением в целом:

- потеря контроля над своим организмом, деятельностью, общением («синдром рабства»), но при этом человек уверен в полной самоконтролируемости поведения («синдром иллюзии самоконтроля»);
- нарастание вовлеченности в зависимость;
- потеря ранее значимых систем ценностей и нравственных ориентиров;
- эгоцентризм, лживость, внутренняя хаотичность мотивов и суетливая активность;
- спутанность мышления, навязчивость мыслей о зависимости;
- страдания при невозможности реализовать зависимое поведение; непреодолимое, болезненное и ненасыщаемое желание осуществить аддиктивное поведение.



Дополнительная информация:

Рекомендации психолога родителям по профилактике употребления психоактивных веществ (ПАВ) несовершеннолетними и формированию здорового образа жизни: Методические рекомендации. – Смоленск: ГАУ ДПО СОИРО, 2020. – 24 с.

https://fcprc.ru/media/media/behavior/РЕКОМЕНДАЦИИ_ПСИХОЛОГА_РОДИТЕЛЯМ_ПО_ПРОФИЛАКТИКЕ_УПОТРЕБЛЕНИЯ_ПСИХОАКТИВН_wl6xNyE.pdf

Методические рекомендации по проведению информационно-просветительских семинаров для родителей «Здоровый ребенок - здоровое будущее»: Санкт-Петербургская академия постдипломного педагогического образования институт развития образования кафедра педагогики семьи, 2020.-33с.

https://fcprc.ru/media/media/behavior/Методические_рекомендации_по_проведению_информационно-просветительских_se_xZayA5y.pdf

Сценарий родительского онлайн-собрания «НЕ-ЗАВИСИМОСТЬ: подростки, привычки, здоровье» Автор-составитель: Р.Г. Дубровский. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

https://fcprc.ru/media/media/behavior/Roditelskoe_sobranie_Ne-zavisimost.pdf

Книга для родителей «Ваш ребенок начал употреблять наркотики: что делать?»: ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции», - 45с.

http://цпрк.образование38.пф/images/cms/data/pravoustanavlivayushie_dokumenti/kniga_dlya_roditelej1.pdf

Поведенческие маркеры обучающихся с зависимым поведением:

агрессивное противостояние лицам, пытающимся избавиться или отвлечь от зависимости; нежелание прервать зависимость даже на некоторое время; пренебрежение домашними делами, учебой или обязанностями; пренебрежение собственным здоровьем; дестабилизация отношений с близкими, потеря прежнего круга общения из-за поглощенности зависимостью.

Психологические симптомы:

хорошее самочувствие или эйфория в момент реализации зависимости; ощущение пустоты, депрессии, раздражения вне ее; примитивизация духовно-нравственной сферы и упрощение мотивационной сферы.

Физиологические симптомы

специфичны для каждой формы зависимого поведения. Например, в случае нехимической зависимости (виртуальная) наблюдаются: туннельное поражение нервных стволов руки, связанное с длительным перенапряжением мышц; нерегулярное питание, пропуск приемов пищи; пренебрежение личной гигиеной; нарушения режимов сна и бодрствования; мигренеподобные головные боли и боли в спине, заболевания глаз; при длительной аддикции возможны депрессивные расстройства, в том числе с суицидальными тенденциями.

В случае химических зависимостей (алкоголизма, курения, наркомании, токсикомании) симптоматика связана с воздействием употребляемого вещества.



Зависимое поведение имеет динамику:

- ✓ *стадия легкой зависимости (или увлеченности);*
- ✓ *стадия психологической зависимости;*
- ✓ *стадия непреодолимой зависимости с абстиненцией.*

Дополнительная информация:

Информационное письмо о мерах обеспечения соблюдения запрета на курение табака, потребления никотинсодержащей продукции или использования кальянов на территориях и в помещениях, предназначенных для оказания образовательных услуг

https://centrgarmoniya.gosuslugi.ru/netcat_files/userfiles/doknews/Informatsionnoe_pismo_o_merakh_obespecheniya_soblyudeniya_zapreta_na_kurenije_tabaka.pdf

Материалы, подготовленные специалистами ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей» в формате памяток, рекомендуемых при проведении разъяснительной работы с обучающимися и их родителями (законными представителями) «Простые правила»

https://fcprc.ru/media/media/mediacia/ПРОСТЫЕ_ПРАВИЛА_профилактика_курения2023.pdf

Видеозапись Всероссийского родительского собрания по вопросам профилактики употребления никотинсодержащей продукции среди детей, подростков и молодежи, административной ответственности несовершеннолетних и их родителей (законных представителей), предупреждения возможных рисков и угроз здоровью несовершеннолетних «Здоровье и безопасность: простые правила» <https://fcprc.ru/news/den-bez-tabaka-2023>





Уважаемые родители, выполните задание!

Представьте себе, что вы голодны. И вдруг вы видите красивый накрытый стол, который ломится от вкусной еды. Прислушайтесь к своим ощущениям. Наверное, вы почувствуете удовольствие от предвкушения того, что сейчас можно будет поесть, и желание приблизиться к этому столу. Так система вознаграждения мозга дает нам особый вид удовольствия, который побуждает нас к совершению усилий по достижению желаемой цели.

Это инстинктивное удовольствие миллионами лет поддерживало у наших предков мотивацию к тому, чтобы найти и поймать добычу и обеспечить себе достаточное питание. Этот тип удовольствия можно условно назвать «Я хочу».

Теперь представьте себе, что вы уже плотно поели и отдыхаете после вкусного ужина. Это другой тип удовольствия – награда за достижение результата. Если первый тип удовольствия «Я хочу» мобилизует организм на достижение желаемой цели, то «Награда» – напротив, обычно переживается как приятное расслабленное благополучие. Эти два типа удовольствия отличаются с точки зрения биохимии. Удовольствие «Я хочу» связано с нейромедиатором дофамином, а «Награда» связана с нейромедиатором эндорфином.¹

Важно отметить, что удовольствие «Награда» человек испытывает только тогда, когда приложил усилия для достижения результата.

Можно сказать, что чувство удовольствия было «придумано» природой именно для того, чтобы «заставить» животных прилагать усилия для выживания (и распространения своих генов). Но люди, создав цивилизацию, получили множество способов удовлетворения своих потребностей без приложения должных усилий. И если человек каким-то образом получает результат, не прилагая усилий, то удовольствие кажется ему неполным (при этом мозг выделит недостаточно эндорфинов). Останется чувство неудовлетворенности, которое будет подталкивать к желанию чем-то восполнить недостаток ожидаемого уровня удовольствия.

А для этого проще всего вернуться к удовольствию от предвкушения чего-либо, например, продолжить листать новостную ленту социальной сети или переключать каналы телевизора.



Уважаемые родители посмотрите на себя глазами Вашего ребенка и ответьте на следующие вопросы:

1. Каким меня видит мой сын/дочь?
2. Чувствует ли он мою любовь?
3. Считает ли он, что я его понимаю?
4. Есть ли у него основания считать меня справедливым человеком, добрым, отзывчивым?
5. Есть ли у него потребность общаться со мной?
6. Хотел бы я, чтобы общение с его стороны со мной было бы таким же, как у меня с ним?
7. Когда он не выполняет мои требования, то я чувствую обиду, злость, что чувствует он ко мне в эти моменты?
8. Есть ли у нас общие занятия и интересы, которые формируют навыки здорового образа жизни?
9. Какие темы я бы исключил при общении с ребенком и почему?
10. Если ребенок использует мой сценарий поведения (в том числе деструктивного) я его наказываю за это?

«Ладная семья» (китайская притча)

Жила-была на свете семья. Она была не простая. Более 100 человек насчитывалось в этой семье. И занимала она целое село. Так и жили всей семьей и всем селом. Вы скажете: ну и что, мало ли больших семейств на свете, но дело в том, что семья была особая: мир, и лад царили в той семье и, стало быть, на селе. Ни ссор, ни ругани, ни, Боже упаси, драк и раздоров.

Дошел слух об этой семье до самого владыки страны. И он решил проверить, правду ли молвят люди. Прибыл он в село, и душа его возрадовалась: кругом чистота, красота, достаток и мир. Хорошо детям, спокойно старикам. Удивился владыка. Решил узнать, как жители села добились такого лада, пришел к главе семьи: расскажи, мол, как ты добиваешься такого согласия и мира в твоей семье. Тот взял лист бумаги и стал что-то писать. Писал долго. Видно, не очень силен был в грамоте.

Затем передал лист владыке. Тот взял бумагу и стал разбирать каракули старика. Разобрал с трудом и удивился. Три слова были начертаны на бумаге: ЛЮБОВЬ, ПРОЩЕНИЕ, ТЕРПЕНИЕ. И в конце листа: Сто раз ЛЮБОВЬ, Сто раз ПРОЩЕНИЕ, Сто раз ТЕРПЕНИЕ. Прочел владыка, почесал, как водится, за ухом и спросил:

- И все?

- Да, - ответил старик, — это и есть основа жизни всякой хорошей семьи. - И, подумав, добавил: - И мира тоже».



КАКОВА РОЛЬ ВОСПИТАНИЯ В ПРОФИЛАКТИКЕ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ?

Каждый человек рождается с врожденной потребностью исследовать себя и окружающий мир. Главная задача воспитания – сохранить и поддерживать эту потребность. Психологи дают всем родителям несколько универсальных рекомендаций:

— Быть чутким к любым попыткам творчества ребенка, проявлять повышенное внимание и давать эмоциональный отклик на попытки ребенка выразить какую-то мысль, что-то нарисовать или создать. В случае порчи каких-либо вещей в ходе творческих действий (например, рисования на обоях) не выказывать недовольства, а найти ребенку другую адекватную возможность для выражения (например, наклеить в детской специальные обои для рисования).

— Интересоваться желаниями ребенка, задавая ему о них прямые вопросы. В раннем возрасте это могут быть совсем простые повседневные вопросы, которые давали бы понять ребенку, что у него есть желания, и они имеют значение: что он хочет на завтрак, что он хочет сегодня надеть, какую одежду хочет выбрать в магазине, куда желает пойти гулять и т.д.

— В более взрослом возрасте ребенку необходимо делегировать принятие собственных решений по мере его готовности действовать самостоятельно. При этом важно формировать у ребенка чувство ответственности за результаты своих действий. Для этого родители должны переставать контролировать те вопросы, с которыми ребенок может справиться самостоятельно, и те области его жизни, где родительский контроль становится уже неэффективен.



Например,

уже в начальной школе рекомендуется давать деньги на карманные расходы не на день, а на неделю, чтобы ребенок сам контролировал их расход и планировал траты.

— Профилактика зависимого поведения состоит в формировании рационального отношения к окружающему миру и своим желаниям. Поэтому необходимо обращать внимание ребенка на ограничения, с которыми связаны его желания: мы можем купить либо одно, либо другое, пойти в воскресенье либо в одно место, либо в другое и т.д.

— Кроме того, ограничения, которые требуют объяснений, могут касаться вопросов безопасности ребенка, которые становятся особенно актуальными при достижении им подросткового возраста.

Важно не просто запрещать что-то делать, а формировать понимание рисков, с которыми связаны те или иные действия ребенка.

— Ключевым результатом воспитания к моменту наступления совершеннолетия должен стать сформированный опыт принятия подростком самостоятельных решений, совершенных ошибок и опыта преодоления этих ошибок.

В советах, приведенных выше, отражена общая стратегия воспитания, препятствующая формированию у ребенка аддикций и других форм дезадаптивного поведения.



Человеку надо мало: чтоб искал и находил. Чтоб имелось для начала друг — один и враг — один...

Человеку надо мало: чтоб тропинка вдаль вела. Чтоб жила на свете мама. Сколько нужно ей — жила...

Человеку надо мало: после грома — тишину. Голубой клочок тумана. Жизнь — одну. И смерть — одну. Утром свежую газету — с Человечеством родство. И всего одну планету: Землю! Только и всего.

И — межзвёздную дорогу да мечту о скоростях. Это, в сущности, — немного. Это, в общем-то, — пустяк. Невеликая награда. Невысокий пьедестал.

Человеку мало надо. Лишь бы кто-то дома ждал.

(Р.Рождественский)

**В действительности процесс воспитания, особенно в современном мире, оказывается несколько сложнее. Поэтому родителям нередко требуется помощь специалистов. Важно отметить, что специалистов (в частности, педагогов-психологов, социальных педагогов, классных руководителей) стоит рассматривать как союзников, от которых всегда можно получить компетентную помощь.*



Дополнительная информация:

ФГБОУ ВО «Московский государственный психолого-педагогический университет», в памятках «Навигатор профилактики» по ссылке:

https://mgppu.ru/about/publications/deviant_behaviour

Методические рекомендации по проведению областной недели по профилактике употребления психоактивных веществ «Независимое детство!» (родительские собрания): ГКУ «ЦПРК»

http://цпрк.образование38.рф/files/narkopost/otcheti_narkopost/prilozhenie_1_metodicheskie_rekomendacii_nezavisimoe_detstvo_1.pdf

Методические рекомендации по проведению областной профилактической недели «Мы за чистые лёгкие!» (родительские собрания): ГКУ «ЦПРК»

http://цпрк.образование38.рф/files/narkopost/otcheti_narkopost/metodicheskie_rekomendacii-my_za_chistyj_legkie.pdf

Методические рекомендации по проведению областной недели по профилактике употребления алкоголя среди обучающихся «Будущее в моих руках» (родительские собрания): ГКУ «ЦПРК»

http://цпрк.образование38.рф/images/cms/data/metodicheskie_rekomendacii_nedeli_buduwee_v_moih_rukah_pdf_io.pdf

-

Используемая литература

Менделевич В. Д. Психология девиантного поведения: учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2005. – 445 с.

Методические рекомендации по внедрению в практику образовательных организаций современных методик в сфере профилактики деструктивного поведения подростков и молодежи (на основе разработок российских ученых). ФИОКО, 2021. – 64 с.

Не-зависимость: подростки, привычки, здоровье. Сценарий родительского онлайн-собрания / Автор-составитель: Р.Г. Дубровский. – М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2021. – 19 с.

Письмо Минобрнауки России от 24.05.2017 № 07-2732 «О направлении методических рекомендаций» (вместе с «Методическими рекомендациями по профилактике зацепинга среди несовершеннолетних»).



Методические рекомендации по проведению родительского собрания «Семейные ценности и традиции. Воспитательный потенциал семьи»

*Родительское требование к себе,
родительское уважение к своей семье,
родительский контроль над каждым своим
шагом – вот первый и самый главный
метод воспитания!*

А.С.Макаренко

Вместо предисловия...

В структуре современной семьи, несмотря на демографические, культурные, социальные, экономические изменения, по-прежнему важнейшим ее компонентом являются межпоколенные связи и отношения.

В непосредственном взаимодействии представителей разных поколений в семье (родителей и детей, родителей и прародителей, детей и прародителей) соприкасается индивидуальный жизненный опыт каждого человека, который пронизан историческими событиями, значимыми для всех людей, живущих в тот или иной период времени.

Это соприкосновение опыта разных поколений вызывает определенный резонанс. Межпоколенная связь – это сложный и неоднозначный феномен. Сильная связь или зависимость друг от друга представителей разных поколений может делать их более жизнестойкими и, наоборот, уязвимыми, беспомощными, неспособными противостоять стрессу; может, как усиливать, так и ослаблять индивидуальную систему ресурсов человека.

Важно, чтобы все члены семьи разобрались в своем ролевом поведении во взаимоотношениях с близкими людьми, взяли из истории своей семьи лишь только то, что усилит ресурс семьи: лучшие традиции, устой семьи в прошлом и те новые качества, которые семья приобретает в настоящем³.



ЧТО ТАКОЕ СЕМЬЯ ГЛАЗАМИ РЕБЕНКА?

Уважаемые родители!

Еще вчера ваш ребёнок был совсем маленьким, и вы носили его на руках, называли малышом. Для него не существовало никого, кроме вас, и самой главной вашей проблемой было вовремя поменять ребенку пеленки. Еще вчера...



³ Профилактическая образовательная программа «Воспитание ответственностью». Организация работы с семьей по формированию культуры здоровья и профилактике аддиктивного поведения среди несовершеннолетних образовательных учреждений: Методические материалы –. ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей» / М: 2015. – 60 с.



А сегодня он уже почти взрослый, ваш ребенок-подросток. Он такого же роста, как и Вы, слушает бессмысленную музыку, приходит домой поздно и разговаривает на непонятном вам языке. У него свой взгляд на многие вещи, он пытается быть независимым.

Попытки эти чаще всего приводят к конфликтам, непониманию и растущему отчуждению между вами.

Порой у вас просто опускаются руки, и вы не знаете, что делать дальше...



Как понять почти взрослого ребенка?

Как вести себя с ним?

Как уберечь от ошибок, ведь он еще совсем неопытный?

Вы хотите для него только добра, но почему же все чаще он уходит, хлопнув дверью?

Откуда все эти конфликты буквально «на ровном месте», ведь еще так недавно вам казалось, что вы прекрасно знаете и понимаете своего ребенка?

Вопросы, вопросы, вопросы...

Не спешите отчаиваться, с подобными проблемами сталкиваются очень многие родители! Лучше попытаемся вместе найти выход из этой ситуации.

Уважаемые родители ответьте на вопросы!

Что такое СЕМЬЯ?

Упражнение «Ассоциации к слову «СЕМЬЯ».

СЕМЬЯ - слово, понятное всем. Оно с первых мгновений жизни рядом с каждым из нас. Семья – это дом, папа и мама, близкие люди. Это общие заботы, радости и дела. Это любовь и счастье.

Что важнее всего в семье?

Очень трудно однозначно ответить на этот вопрос. Любовь? Забота и Участие? А может быть Взаимопонимание и Защита?

О нравственном здоровье семьи, ее духовных ценностях и, следовательно, ее потенциальных воспитательных возможностях можно судить по установившимся в ней традициям.



А что такое семейные традиции?

Даже немного подумав, трудно будет сформировать полный и правильный ответ на этот вопрос.



Вот что говорят толковые словари по поводу семейных традиций:

«Семейные традиции – это обычные принятые в семье нормы, манеры поведения, обычаи и взгляды, которые передаются из поколения в поколение».

С большой долей уверенности можно предположить, что при упоминании словосочетания «семейные традиции» у большинства людей возникают ассоциации со словами «дом», «родственники», «родители», «детство».

Формирование традиций нужно начинать ещё в самом начале создания семьи, когда дети пока не появились или ещё маленькие. Традиции должны быть простыми, но никак не надуманными. В основе – ЛЮБОВЬ.



Упражнение «Дом нашей семьи»

Перед нами недостроенный дом. Уравновешивать, укреплять дом должна крыша. Крышей условно будем считать семейные традиции.

**Дети воспитываются не только родителями как таковыми, а ещё и той семейной жизнью, которая складывается. Приобщить к семейным традициям важно на личном примере самих родителей.*

Итак, давайте построим макет «Дом нашей семьи»

1 стена — обычаи (праздники, воскресные обеды, чтение на ночь, прием гостей, семейные разговоры).

2 стена – правила (ответственность: за свои поступки, выбор, решения, перед родителями, перед самим собой, забота друг о друге)

3 стена — ценности (добро, уважение, любовь, взаимопонимание, сочувствие, дружба, преданности)

4 стена — благополучие: семейное, материальное, социальное.

**Если Вы хотите, чтобы в Вашем семейном доме был порядок, необходимо устанавливать свои традиции для своей семьи. Традиции — это основа уклада семьи, семьи - дружной крепкой, у которой есть будущее. Хорошо, если они будут по нраву всем членам семьи, ведь они способны сближать, укреплять любовь, вселять в души взаимоуважение и взаимопонимание, то, чего так сильно не хватает большинству современных семей.*



Уважаемые родители ответьте на вопросы!

Что, по-Вашему, входит в понятие «семейные традиции»?

Какие семейные традиции есть в Вашей семье?

Оказывают ли семейные традиции влияние на воспитание ребенка?

Какие положительные черты характера они воспитывают у ребенка?

Семейные традиции –это, в первую очередь, праздники, которые отмечаются всеми членами семьи и, конечно же, день рождения ребенка; торжественные обеды по выходным, когда вся семья в сборе и достается праздничный сервиз. Это может быть традиция сажать деревце или под Новый год выезжать за город, чтобы украсить живую елку. Это традиция вместе с ребенком посещать выставки, театры, музеи. Это и совместные игры. Поздравление родственников. Традиционные походы, прогулки и пикники на природе. Составление своей родословной и семейных альбомов. Коллекционирование и проведение семейных концертов.



ТРАДИЦИЯ №1 «Семейные праздники»

Уважаемые родители ответьте на вопрос!

Как вы считаете, нужны ли праздники для детей в семье?

Ребенку для полноценного развития праздник необходим, как воздух. Праздник для ребенка (в любом возрасте) — это событие, и ребенок считает свои дни от праздника до праздника, как и мы, свои годы от одного важного события, до другого. И наоборот, «тускло и серо было бы это детство, если бы из него выбросить праздники», - писал Константин Ушинский.



Как это ни странно, но детские праздники часто взрослые устраивают для себя самих. У взрослых свои интересы и разговоры, а ребенку на таком празднике скучно и обидно, о нем все забыли. Однако же, если ребенка оставляют за общим столом, он становится свидетелем и участником взрослых разговоров и «взрослых» традиций.



Будьте уверены, что все традиции вашей семьи – выпечка по воскресным дням, «разговоры за столом», обмен новостями и событиями, подготовка подарков и сюрпризов — ваш ребенок перенесет в свою семью. И если праздники принято отмечать «с размахом», да так, чтобы дня три ничего не помнить о происходящем, то и эта семейная традиция плавно переключается в новую семью.

План проведения дня рождения ребенка и других детских праздников в обязательном порядке составляется при непосредственном участии виновника торжества.

В дни рождения или на праздники принято дарить детям подарки, они их любят и ждут.



Какие подарки вы дарите своим детям?

Чего хотят подростки?

Вы считаете, что им невозможно угодить с подарком?

И для вас эта проблема кажется неразрешимой? Давайте это обсудим.

А зачем, собственно, мы делаем подарки, почему весь мир традиционно бегаёт по магазинам перед Новым годом, Рождеством, я не говорю уж о личных праздниках?!

Дело в том, что подарок — это такой социальный жест, который символически раскрывает наше отношение к человеку, которому мы делаем подарок.

Когда мы дарим подарок своему ребенку мы показываем, что этот человек имеет важное значение в нашей жизни. Подарок — это символическое проявление любви,

Продуманным и с любовью подобранным подарком мы даем ему возможность ощутить, что мы проявляем внимание к его интересам и признаем их ценность. Подарком мы можем подкрепить положительный вектор развития ребенка (особенно это касается подарков, поддерживающих хобби).

Подарок является не просто предметом с теми или иными качествами, а как бы материализованной ниточкой, которая связывает двух людей. Ведь мы часто вспоминаем, когда берем в руки ту или иную вещь, о человеке, который нам ее подарил. Так ребенок, когда начинает ходить в детский сад, берет с собой любимую игрушку, которую подарила мама. И ему уже не так грустно — мама символически присутствует в его психологическом пространстве. Тогда он чувствует себя уверенней в новой обстановке.

Для подростков становится значимым вопрос престижа и поэтому некоторые ребята очень болезненно переживают невозможность иметь какие-то дорогие или редкие вещи. Престижными могут быть какие-то общеизвестные вещи: марки одежды, электроники, косметики, места поездок. Или вещи, ценящиеся только в определенном кругу, например, специальное снаряжение у туристов, эксклюзивные солдатики и т.д. В последние годы мир захватила гаджетомания, заставляющая некоторых людей сутки простаивать на улице в ожидании начала продаж новой модели телефона. Никакая логика не объясняет желание первыми купить новую модель, которая через пару дней будет продаваться везде, или менять работающее устройство на чуть-чуть измененное и слегка улучшенное, заплатив за него десятую часть годового дохода. Подростки легко поддаются такому явлению.



Очень важно, чтобы родители с раннего детства учили ребенка размышлять о важном и неважном; о ценностях духовных, социальных, общественных и материальных. И главное, создавали хорошие, доверительные отношения, дарили душевное тепло и заботу.

И еще, постарайтесь не сердиться, если ребенок не увлекся вашим подарком, ведь это Вы не попали в цель. Возможно, потому что еще не очень хорошо познакомились с ребенком, его личностными и темпераментными особенностями, склонностями и интересами. Или вы реализовали в подарке именно свои мечты, а не мечты ребенка?! Так бывает: хочет мама рисовать и покупает в подарок сыну мольберт, а сын - за мяч и к мальчишкам в футбол гонять. Так признайтесь себе в Ваших детских нереализованных желаниях и осуществите их. Ведь взрослым незачем кататься на коньках, собирать коллекции, учиться играть на гитаре или осваивать языки! Для этого всегда и везде есть условия. Начните и у Вас найдутся единомышленники и новые друзья. А там, глядишь, и ребенок по вашему примеру заинтересуется вашим хобби.

Не забывайте, пожалуйста, что дети тоже любят делать подарки! Друзьям, родителям, бабушкам и дедушкам, братьям и сестрам.

Уважаемые родители, выполните задание!



Разработайте памятку для Ваших детей «Стратегии обдумывания выбора подарка»



- ✓ Чем любит заниматься тот, кому ты планируешь сделать подарок, есть ли у него хобби?
- ✓ Может быть, ты знаешь, о чем этот человек мечтает, что его обрадует?
- ✓ Если не знаешь, то, что ты можешь сделать, чтобы разведать?
- ✓ Когда у тебя появится идея насчет подарка, оцени, насколько он подходит возрастным возможностям, вкусу и интересам человека, которому ты планируешь сделать подарок.
- ✓ Какова цена подарка и имеешь ли ты возможность его подарить?
- ✓ Есть подарки, которые можно делать совместно. Подумай, с кем ты можешь объединиться? Это касается и тех подарков, которые можно купить и тех, что создаются своими руками.

**Научите ваших детей простой стратегии обдумывания выбора подарка:*

Создавайте свои семейные традиции празднования детских праздников и бережно храните их! А будут ли это сложные для исполнения домашние спектакли, особые праздничные блюда, или «Ваша» семейная песня, исполняемая за праздничным столом или в кругу друзей, не главное.

Главное, чтобы через много-много лет Ваш уже повзрослевший ребенок с радостью и затаенной грустью вспоминал эти праздники, и мог вспомнить каждый свой день рождения, и захотел в собственной семье возродить традиции родительского дома.



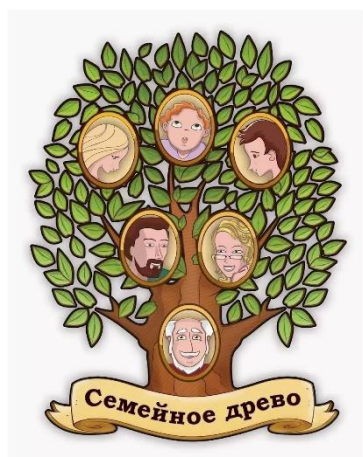
ТРАДИЦИЯ №2. «Составление родословной своей семьи»

А сейчас небольшая разминка. Попробуйте сосчитать, сколько в семье человек.

*Послушай, вот моя семья: дедуля, бабушка и брат.
У нас порядок в доме, лад и чистота, а почему?
Две мамы есть у нас в доме, два папы, два сыночка,
Сестра, невестка, дочка, а самый младший – я.
Какая же у нас семья?*

(6 человек: брат и сестра, их родители, бабушка и дедушка)

С помощью этой шуточной задачки мы коснулись интересной темы – темы родственных отношений. Вокруг каждого из нас много людей, родственников, с которыми мы связаны.



Попробуйте вместе с детьми составить родословную своей семьи. Знаете ли вы, откуда родом ваши родители, дедушки и бабушки? Кто придумал имя, которое вы носите? Кто придумал имя вашему ребенку? Знает ли он об этом? Будет очень хорошо, если в семье вы начнете собирать историю своего рода. Это будет своеобразный мостик между поколениями ваших предков и потомков. Посадите свое семейное дерево – дерево своего рода. Это станет самой драгоценной частицей того наследства, которое мы можем и должны оставить после себя.



ТРАДИЦИЯ №3 «Семейные архивы»

Семья должна иметь свой архив – почетные грамоты дедов и отцов, историю их заслуг, их труда, историю рода и фамилии. Ведь с годами и наши внуки захотят знать, как мы жили. Сюда же мы отнесли такую семейную традицию, как создание герба своей семьи



Задание: проектирование «Герба семьи» (предварительная работа совместное рисование со всеми членами семьи), защита проектов на собрании.



Герб изначально создается, как рисунок. Изобразить его можно на различных поверхностях, материалах разными способами. Но для того чтобы он был правдив, необходимо учесть, кем были ваши предки и по возможности придерживаться этого.

Герб семьи – это фамильная символика, нравственное родовое наследие. На нём изображается то, чем гордится ваша семья,

ваши достижения и успехи, семейные традиции. Семейный герб может рассказать обо всех членах вашей семьи. На нём должно быть изображено только самое нужное, самое главное!



ТРАДИЦИИ №4 «Семейный альбом»



Скажите, что может помочь нам сохранить историю семейного рода? (семейный альбом)

К сожалению, в компьютерном современном мире эта традиция отходит все более и более на задний план. Но, однако, отбор фотографий, оформление страниц альбома – именно то общение, которое необходимо ребенку в его совместной деятельности с родителями. Да и красиво сделать памятный альбом своими руками, который станет не просто фотоальбомом, а целой историей Вашей жизни, совсем не трудно.

Возможно, альбом будет детским, а может быть свяжет несколько поколений Вашей семьи, будет посвящен какому-то важному событию вашей жизни. А может, Вы хотите сделать оригинальный подарок. Отберите фотографии, которые Вы желали бы разместить в нем. В зависимости от содержания нужно выбрать оформление.

*Для детского альбома подойдут яркие цвета, веселые картинки, вырезанные из детских журналов или цветной бумаги, различные готовые наклейки. Если альбом начинается с рождения ребенка, то можно прикрепить



метрику из роддома, первые пинетки малыша. Между фото хорошо делать подписи, рисунки, приклеивать забавные картинки и т.д.

Какие бы способы оформления семейного альбома Вы не использовали, придерживайтесь принципа – главными в нем являются фотографии. Не перегружайте его декоративными элементами и красками. Пусть на странице будет немного дополнений, но они подчеркнут фото и выделяют их, а не затеряются в красочном многообразии картинок, надписей, бантиков, наклеек. И тогда, взяв в руки дорогие Вашему сердцу ушедшие мгновения, Вы окунетесь в приятные воспоминания радости, печали, любви и счастья.



ТРАДИЦИЯ №4 «Семейный отдых»



На вопрос «Куда ты любишь ходить с родителями?» дети отвечают: в магазин, на карусели, в цирк. Единицы сказали, что любят ходить в театр, гулять, кататься на лыжах, ездить в деревню к бабушке.

**Можно в рамках предварительной работы провести опрос среди обучающихся, а на собрании озвучить его результаты.*

Человеку всегда было свойственно стремление к красоте. Каждый народ имеет свою культуру, свои традиции. Мы, взрослые, должны способствовать приобщению детей к большому и сложному миру красоты, природы, искусству.



Посещение театров и музеев должно стать праздником для всей семьи. Обязательно беседуйте с ребенком об увиденном, делитесь полученными впечатлениями, предлагайте дома нарисовать самое интересное.



Задание: проектирование «Календарь семейного отдыха»

Уважаемые папы и мамы, дедушки и бабушки!

Вы - первые и самые важные учителя своего ребенка. Первая его школа - Ваш дом - окажет огромное влияние на то, что он будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей.

Характер ребенка формируется не в один день, но можно сказать с уверенностью: чем больше в Вашем доме радости, тем счастливее ребенок в дальнейшем.

Можно приводить много примеров разных семейных традиций. Общее в них та трепетность, с которой все их вспоминают, желание перенести их в свою семью. Сколько бы мы не прожили, мы все равно постоянно обращаемся к опыту детства, к жизни в семье: даже убежденный сединой ветеран продолжает ссылаться на «то, чему меня учили дома», «чему учила меня моя мать», «что мне показал отец».

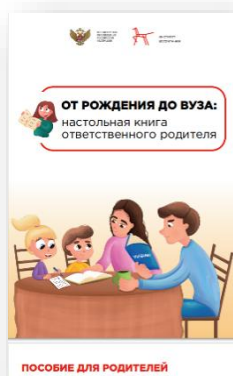
Если в Вашей семье нет традиций, придумайте их. Это сделает Вашу жизнь и детство Ваших детей намного богаче.



*Какое счастье жить на свете,
Когда я в мире не одна.
Когда душа теплом согрета
И за спиной стоит СЕМЬЯ
Понять способны мы не сразу...
На это нужно много лет:
СЕМЬЯ даётся лишь однажды –
Дороже, ближе, лучше нет*

Вариант решения родительского собрания:

1. Продумать, какие из школьных мероприятий можно сделать традиционными в семье.
2. Включиться в работу образовательной организации по совместному посещению театров и музеев.
3. Оформить фотовыставку «Семьи наших воспитанников».
4. Проведение опроса «Семейные ценности», конкурсы сочинений/эссе/рисунков «Семейные ценности и традиции».



Пособие «От рождения до вуза»

<https://институтвоспитания.рф/upload/iblock/e97/7pesrapmwb1bv70leu17hzmft0o2376.pdf> даёт ответы на самые распространенные вопросы родителей: от формирования речи у ребёнка до выбора университета. В сборнике можно найти статьи на волнующие темы, уроки родительства и советы по воспитанию. В каждой главе раскрываются темы психологии, здоровья, адаптации детей в детских садах, школах, колледжах и вузах.

Пособие создано, чтобы каждый смог стать хорошим родителем. В нём собраны методические материалы Института воспитания в области психологии, профилактики детского дорожно-транспортного травматизма, семейного чтения, воспитания традиционных ценностей и многое другое.

Дополнительная информация:

Для родителей он-лайн лекции

<https://www.ya-roditel.ru/contests-promotions/vserossijskij-roditelskij-den/>

Родителям о психологической безопасности детей и подростков. Памятка / Авт.-сост.: Артамонова Е.Г., Ефимова О.И., Калинина Н.В., Салахова В.Б. — 2-е изд. — М.: Группа МДВ, 2021. — 32 с.

http://цпрк.образование38.рф/images/cms/data/pravoustanavlivayushie_dokumenty/pamyatka_dlya_roditelej2.pdf

Формула безопасного детства. Рекомендации для родителей / Авторы составители: М. В. Алагуев, О. В. Заева. Под ред. Е. Г. Артамоновой. Дизайн и оформление: И. И. Осипов. — М.: ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей», 2022. — 56 с

http://цпрк.образование38.рф/images/cms/data/pravoustanavlivayushie_dokumenty/formula_bezopasnogo_detstva.pdf

ОНЛАЙН-ПОМОГАТОР ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО ВОПРОСАМ ПОЛУЧЕНИЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ГКУ «ЦПРК». 2022г.

<http://ппрк.образование38.рф/pomogator/>

Используемая литература

Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков группы риска: учебное пособие / Н.В. Басалаева, Т.В. Казакова, Ж.А. Левшунова; под ред. Ж.А. Левшуновой. — Красноярск: Сиб. федер. ун-т, 2021.

Профилактическая образовательная программа «Воспитание ответственностью». Организация работы с семьей по формированию культуры здоровья и профилактике аддиктивного поведения среди несовершеннолетних образовательных учреждений: Методические материалы —. ФГБНУ «Центр защиты прав и интересов детей» / М: 2015.

Семья, семейные ценности и вопросы воспитания: сборник научно-методических материалов / Министерство образования и науки РФ, Федеральный институт развития образования, Центр проблем социализации детей и молодежи; редактор Т. Ф. Акчурин. — Москва: Федеральный институт развития образования, 2008.

Как не стать врагом своему ребенку. Книга для детей и родителей, которые хотят быть вместе / А. М. Максимов. — Москва; Санкт-Петербург: Питер, 2015.

Семья и подросток: методическая разработка / сост. А.А. Соковикова — Иркутск: ГБПОУ ИО «ИРКПО» 2019.



Методические рекомендации по проведению родительского собрания «Неразлучные друзья – взрослые и дети» (семейная гостиная)

Родитель, пытающийся изменить своего ребенка, не начиная с себя, не просто напрасно теряет время, но очень жестоко рискует.

Владимир Леви

Вместо предисловия...

Для нормального развития человека любого возраста необходимы постоянные, строящиеся на положительной эмоциональной основе, открытые и доверительные взаимоотношения с окружающими. Правильно построенные отношения с ребенком помогают родителям успешно решать сложные внутренние проблемы, волнующие их и ребенка в переходный период.

Форма проведения: семейная гостиная

Участники: родители (законные представители) и обучающиеся.



Цель: сформировать у участников представление об эффективных моделях взаимодействия в семье и способах формирования доверительных отношений между детьми и

родителями.

**Предварительная работа: можно попросить учащихся написать сочинения-миниатюры на темы детских воспоминаний, истории семейных фотографий. Желательно, вместе с детьми оформить кабинет, устроить чаепитие, можно приготовить пригласительные билеты для родителей.*

Добрый день, уважаемые гости!

Рада приветствовать Вас в семейной гостиной. Сегодня кому-то из Вас будет предоставлена возможность побывать в непривычной для себя роли: дети попробуют стать родителями, а родители — детьми. Конечно, все взрослые когда-то были детьми, но многое уже позабылось: все эти уроки, экзамены, первая любовь. Возможно, сегодня Вы переживете эти ощущения вновь. А дети смогут переместиться на нашей воображаемой машине времени в будущее и ненадолго повзрослеть, стать мамами или папами.

А пока предлагаю всем сделать перекличку и узнать, кто же собрался в этом замечательном зале.

Я буду задавать вам вопросы, а ответят за Вас ваши аплодисменты!

✓ Итак, пусть аплодируют только наши прекрасные родители.

✓ А теперь только дети.

✓ Аплодируют те, кто любит вкусно поесть.



- ✓ Только те, кто считает себя умным и красивым.
- ✓ Только те, кто ни разу никуда не опаздывал.
- ✓ Только те, у кого есть родные сестра или брат.
- ✓ Кто любит компьютерные игры.



Энергизатор «Вспомни...»

Между группами проводится игра на знание стихотворений из школьной программы.



Пресс конференция

Группы готовят вопросы: дети — родителям, родители — детям. Вопросы могут касаться здорового образа жизни, ценностных ориентаций, интересов и взглядов, целей, межличностных отношений, воспитания. Каждая команда поочередно отвечает на вопросы «журналистов».

Блиц турнир



Блиц-турнир на тему «Отцы и дети»

Каждая группа, посоветовавшись, заканчивает предложения:

- ✓ Я чувствую себя счастливым...
- ✓ У меня улучшается настроение...
- ✓ Я не прав, когда...
- ✓ Культура начинается...
- ✓ Любовь значит...
- ✓ Семейное счастье...
- ✓ Воспитывать значит...
- ✓ Путь к сердцу (родителя, ребенка)...



ГПР (групповая работа «Причины конфликтов отцов и детей»)

Группы делятся на подгруппы. В каждой подгруппе под управлением ведущего проводится обсуждение темы по плану:

- ✓ Назвать существующие причины конфликтов отношений.
- ✓ Выбрать из них наиболее существенные.
- ✓ Продумать пути выхода из конфликта (на примере одного).

Это задание является очень важным в мероприятии, и ведущему необходимо создать все условия для работы, а именно: достаточное количество времени, комфорт, возможность высказаться каждому желающему.



Ролевая игра «Ситуации».

Для игры приглашаются несколько человек от каждой подгруппы (не меньше 2).

Детям и родителям будет предложено поменяться ролями друг с другом в специально смоделированных игровых ситуациях, где у участников будет возможность отыграть детско-родительские отношения в непривычной для себя роли.

Каждая ситуация разыгрывается 2 раза:

1. Ситуация глазами ребенка. Ребенка (детей) играет взрослый (взрослые).

2. Ситуация глазами взрослого. Взрослого (взрослых) играет ребенок (дети).

Далее, с помощью ведущего и всех участников собрания выстраивается «Идеальная ситуация», которую при желании тоже можно проиграть.

В каждом мини-спектакле участвуют 2 человека: ребенок и родитель. Если будет больше желающих или если в этом будет необходимость, можно включить дополнительных персонажей: второго ребенка, бабушек/дедушек.

Взрослый участник играет роль подростка, участник-ребенок играет одного из родителей.

Действие начинается с озвучивания ситуации главным героем (из числа участников), который описывает ее со стороны родителя или ребенка — в зависимости от того, какую роль он играет. Далее разворачивается сюжет.

**После того как ситуация проиграна с позиции ребенка и с позиции взрослого, происходит обсуждение с залом. Обсуждаются чувства и желания ребенка, чувства и желания родителей, мотивы поведения. Ведущий показывает, как использовать техники активного слушания, оказывать поддержку в семье и тем самым, выйти из конфликтной ситуации и прийти к взаимопониманию.*

Ситуация № 1

Ведущий. А сейчас пришло время для первой ситуации. Итак, внимание, первая команда покажет нам историю глазами подростка. Проблема, которая нам будет предложена, звучит следующим образом: родители постоянно ругают ребенка за то, что он много времени проводит в интернете и с гаджетами, пытаются ограничить время, отбирают телефон. А у ребенка там друзья, общение и много других интересных вещей.



**Происходит проигрывание ситуации.*

Теперь та же ситуация, но глазами родителей. Проблема звучит следующим образом: ребенок все время проводит в интернете, либо играет в телефон, мало гуляет и общается с семьей. Родители не знают, как вернуть ребенка в реальный мир, переживают из-за опасностей, которые подстерегают детей в интернете, не знают, чем он занимается в сети, с кем общается. Происходит проигрывание ситуации.

Ведущий. Теперь я предлагаю вам, уважаемые зрители, принять участие в обсуждении того, что вы сейчас увидели. Тема действительно злободневная, есть что обсудить. Давайте начнем с ситуации глазами подростка.

Вопросы для обсуждения:

- ✓ Почему герою хочется проводить время в интернете? Что вообще там такого привлекательного для детей и подростков?
- ✓ Чего хотел герой в данной ситуации от родителей?
- ✓ Если бы вы были на его месте, чего бы вам хотелось?

Ведущий модерирует обсуждение, резюмирует ответы зрителей, подводит итог обсуждения.

- ✓ Теперь обратимся к ситуации глазами родителей.
- ✓ Вопросы для обсуждения:
- ✓ Почему родители переживали, что их беспокоило?
- ✓ Чего бы им хотелось от ребенка?
- ✓ Если бы вы были на их месте, как бы вы поступили?

Ведущий модерирует обсуждение, резюмирует ответы зрителей, подводит итог обсуждения.



Подробнее о пользовании интернетом, гаджетами и общении в семье.

Что делать родителям, если ребенок всегда там?

1. Ребёнок постоянно сидит в телефоне: можно ли его отучить и как это сделать. <https://mel.fm/vospitaniye/eksperty/5024198-rebenok-postoyanno-sidit-v-telefone-chto-s-etim-delat>
2. «Ребенок зависим от игр? Значит, с родителями что-то не так». Психолог — о гаджетах и игромании. <https://mel.fm/blog/alisa-kolesova1/82470-rebenok-zavisim-ot-igr-znachit-s-roditelyami-chto-to-ne-tak-psikholog--o-gadzhetaх-i-igromanii>
3. Социальные сети: нужно ли их бояться родителям подростков? <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/sotsialnye-seti-nuzhno-li-ikh-boyatsya-roditelyam-podrostkov/>
4. Дети в Сети: как вести себя родителям? <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/deti-v-seti-kak-vesti-sebya-roditelyam/>

Ситуация № 2

Ведущий. Команда покажет нам историю глазами подростка. Проблема, которая нам будет предложена, звучит следующим образом: родители заставляют ребенка выполнять различные дела по дому, а ему делать их совершенно не хочется, потому что мало свободного времени из-за школы, дополнительных занятий и кружков, и его хочется проводить в свое удовольствие, отдохнуть.



Родители осуждают подростка за это и обвиняют в лени, ругают.

Происходит проигрывание ситуации.

**Теперь та же ситуация, но глазами родителей. Проблема звучит следующим образом: родители никак не могут добиться от своего ребенка, чтобы он проявил инициативу и начал помогать им справляться с домашними делами. Им хочется, чтобы он больше участвовал в семейных делах, снял с них часть нагрузки, потому что они много работают и многие вещи по дому делать просто не успевают. А ребенок игнорирует их просьбы, часто не выполняет данные ему поручения, не убирает даже за собой.*

Происходит проигрывание ситуации.

Ведущий. Теперь я предлагаю вам, уважаемые зрители, принять участие в обсуждении того, что вы сейчас увидели. Домашние дела и обязанности — очень важная тема. Давайте начнем с ситуации глазами подростка.

Вопросы для обсуждения:

- ✓ Почему герою не хочется заниматься домашними делами?
- ✓ Чего хотел бы герой в данной ситуации от родителей?
- ✓ Если бы вы были на его месте, чего бы вам хотелось?
- ✓ Что должны делать родители, чтобы ситуация изменилась?

Ведущий модерирует обсуждение, резюмирует ответы зрителей, подводит итог обсуждения.

Обратимся к ситуации глазами родителей.

Вопросы для обсуждения:

- ✓ Почему родители расстраиваются, может быть даже злятся?
- ✓ Чего бы им хотелось от ребенка?
- ✓ Если бы вы были на их месте, как бы вы поступили?

Ведущий модерирует обсуждение, резюмирует ответы зрителей, подводит итог обсуждения. Затем делает общий вывод на основании ответов зрителей и говорит, как построить диалог между родителями и ребенком, когда ребенок устает и нуждается в отдыхе и свободном времени и сопротивляется домашним обязанностям, а родители хотят его приучить к ответственности и объективно нуждаются в помощи по дому.



Подробнее о том, как договориться вместе что-то делать по дому

1. Как формировать трудолюбие <https://www.ya-roditel.ru/parents/base/experts/kak-formirovat-trudolyubie/>
2. Отель «Мама и папа»: почему подростки требуют дорогие вещи, а «по дому ничего не делают». 3 разбора типичных семейных конфликтов <https://mel.fm/vospitaniye/psikhologiya/3140569-otel-mama-i-papa-pochemu-podrostki-trebuyut-dorogiye-veshchi-a-po-domu-nichego-ne-delayut>
3. Сыну 16 лет, и он абсолютно безответственный: что делать? <https://mel.fm/deti/podrostki/1325079-synu-16-let-i-on-absolyutno-bezotvetstvenny-cto-delat>
4. Ваши отношения с подростком <https://www.ya-roditel.ru/parents/tests/relationships.with.teenager.php>
5. 15 важных вопросов о подростках: отвечают эксперты «Мела» https://mel.fm/vospitaniye/eksperty/6054372-teens_psychology

Ситуация № 3

Ведущий. Приветствуем следующую команду, которая покажет нам историю глазами подростка. Проблема, которая нам будет предложена, звучит следующим образом: начались проблемы с учебой, в школу ходить нет никакого желания, дома родители ругают за плохие отметки. Ребенок постоянно в ожидании порицания, ему надоело недовольство родителей по поводу своей успеваемости. К тому же скоро экзамены, все давят и запугивают, невыносимый прессинг.



**Происходит проигрывание ситуации.*

Теперь та же ситуация, но глазами родителей. Проблема звучит следующим образом: родители заметили, что у ребенка начались проблемы с учебой, их неоднократно вызывали в школу, заниматься он не хочет, постоянно грубит, ничего не хочет обсуждать, считает, что он прав, а виноваты учителя. Родители не могут найти выход из сложившейся ситуации.

Происходит проигрывание ситуации.

Обсудим ситуацию глазами детей.

Вопросы для обсуждения:

- ✓ Почему герой не хочет ходить в школу и рассказывать родителям, что у него происходит в школе?
 - ✓ Чего хотел бы герой в данной ситуации от родителей?
 - ✓ Если бы вы были на его месте, чего бы вам хотелось?
- Теперь обсудим ту же ситуацию глазами родителей.*
- ✓ Что беспокоит родителей больше всего в этой ситуации?

✓ Что нужно делать родителям и чего не делать, чтобы дети хорошо учились в школе, делали уроки и помогали по дому?

Ведущий модерировает обсуждение, резюмирует ответы зрителей, подводит итог обсуждения.

Ведущий делает общий вывод на основании ответов зрителей и говорит, как построить диалог между родителями и ребенком, когда ребенок испытывает трудности в обучении, как договориться между собой и сообща выходить из трудной ситуации и договариваться со школой, действуя как команда.



Учеба, успеваемость, домашние задания и все про школу - что важнее и что делать, когда трудно

1. Перестал учиться и начал хамить. Можно ли повлиять на поведение ребёнка? <https://mel.fm/vospitaniye/eksperty/1275809-kogda-vy-ignoriruyete-rebenka-on-rad-cto-ot-nego-nakonets-otstali-pochemu-nelzya-ispravit-povedeniy>

2. «Он меня ни во что не ставит!» Почему подростки перестают нас слышать и что с этим делать? <https://mel.fm/vospitaniye/psikhologiya/6879452-on-menya-ni-vo-cto-ne-stavit-pochemu-podrostki-perestayut-nas-slyshat-i-cto-s-etim-delat>

3. «Забросил учёбу, ни во что меня не ставит». 5 претензий родителей к подросткам и что с ними делать. <https://mel.fm/deti/podrostki/5601732-zabrosil-uchebu-ni-vo-cto-menya-ne-stavit-5-pretenzy-roditeley-k-podrostkam-i-cto-s-nimi-delat>

4. Что делать, если подросток не хочет в школу и просит оставить его дома? <https://mel.fm/vospitaniye/eksperty/4936801-podrostok-ne-khochet-v-shkolu>



Упражнение «Комплимент»

Это самый волнующий момент занятия, так как родителям и детям необходимо обмениваться комплиментами. Например, каждый заканчивает предложение: «Моя мама (мой папа) ...» или «Моя дочь (мой сын) ...».

Рисунок «Счастье»



Заключительным этапом работы является совместное рисование на тему «СЧАСТЬЕ». Для удобства вокруг столов рассаживаются по 6—8 участников. Всех необходимо настроить на получение удовольствия от работы, на возможность реализовать свои чувства и мысли в рисунке. Далее

каждая группа представляет то, что она сделала, подводит итог совместной работы, отмечает эффективность всего занятия.

Для большей результативности желательно, чтобы высказался каждый участник, заканчивая фразу:

«Спасибо за то, что сегодня...»

Завершается встреча чаепитием, во время которого можно предложить участникам вспомнить и рассказать интересные истории из детства.

Приложение.

Ситуация № 1

Пользование интернетом, гаджетами и общение в семье, ребенок всегда там и родители волнуются, а у него там целый мир.

Ситуация глазами ребенка

На сцену выходит ребенок (играет взрослый)

Погружение в ситуацию. Одет в толстовку, на голове капюшон, в ушах наушники, смотрит в телефон

Вытаскивает наушники и начинает говорить с залом.

Говорит о том, как круто в интернете, сколько там интересного, куча друзей, игры

А родители постоянно упрекают и хотят отобрать телефон. А как сейчас без телефона, как с друзьями общаться.

Далее вокруг данной завязки разворачивается сюжет.

Возможные герои: подросток (взрослый участник) и 2 –е родителей (данная механика повторяется для каждой сценки)

Ситуация глазами родителей. Показывает другая команда актеров

На сцене появляются родитель или родители (играют подростки)

Завязка. Родители сидят за столом и обсуждают проблему.

Что эти подростки все время в своих телефонах, гулять не ходят, ничего не читают, только в игры свои играют и в интернете сидят. И там один ужас, группы эти страшные, с кем ребенок общается совершенно не понятно...

Далее разворачивается сюжет. Входит дочь или сын. (играет взрослый участник) Начинается диалог вокруг обозначенной проблемы.

Ситуация № 2

Дела по дому - как договориться вместе что-то делать

Ситуация глазами ребенка.

Вечно заставляют что-то делать, то посуду помой, то мусор вынеси, когда ты уберешь уже в своей комнате. У меня дел выше крыши, уроки, музыкалка эта, в которую меня сами же и отдали, еще занятия с репетитором. Когда мне с друзьями видаться, да и просто полежать хочу, если заметят без дела, сразу заставят что-нибудь да делать.

—

Ситуация глазами родителей.

Ничего делать не хочет, что не попросишь, сразу глаза закатывает. И обещаниями кормит, завтра уберу, мне некогда. А тут на работе пока, потом в магазин, все выходные уборка, глажка и никакой помощи, даже посуду за собой помыть не может....

Ситуация № 3

Учеба, успеваемость, домашние задания и все про школу - что важнее и что делать, когда трудно

Ситуация глазами ребенка.

Достали уже со своей учебой. Только и интересуется, что я получил. За каждый трояк лекция на пол часа. И так уже нет никакого желания в школу ходить, еще и дома выслушивать. Сегодня вот опять 3-ку по математике схватил. Сейчас начнется.

Ситуация глазами родителей.

Что-то совсем учиться перестал, одни трояки приносит. На этой неделе опять в школу вызывали, нагрубил учителю. Что с ним происходит, чем голова занята. Ничего не рассказывает, только огрызается. Что с ним делать?

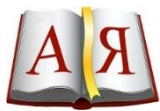
Используемая литература

Активные формы работы с родителями/сост. Н.И. Слободян, О.А. Больбат. — г. Иркутск, 2012.

Семейное воспитание/ сост. Т.Е. Заводова, Ю.А. Лежнева. — Мн.: Красико-Принт, 2006.

Родительские университеты/ сост. О.А. Запотылок. — Мн.: Красико-Принт, 2006.

Фопель К. Энергия паузы. Психологические игры и упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем. — М.: Генезис, 2001



Основные термины и определения

Аддиктивное (зависимое) поведение - это поведение, связанное с зависимостью от употребления психоактивного вещества (ПАВ) в целях изменения психического состояния.

Аддикция – (англ. addiction) - пагубная привычка, склонность к зависимостям.

Антинаркотическая идеология - совокупность политических, религиозных, научных, культурных и других взглядов, основанных на традиционных российских духовно-нравственных ценностях и выражающих негативное отношение общества к незаконному потреблению и незаконному обороту наркотиков.

Группа риска вовлечения в употребление психоактивных веществ - группа детей, подростков и молодежи, выделенная на основании набора социально демографических, психологических и соматофизических признаков, характеризующаяся субъективными установками на систематическое употребление алкоголя, наркотиков и иных психоактивных веществ с высокой вероятностью развития зависимости.

К группе риска относятся дети и молодежь: лишенные родительского попечения, ведущие безнадзорный образ жизни; экспериментирующие с пробами алкогольсодержащих и никотинсодержащих средств, наркотиков и их аналогов, новых потенциально опасных ПАВ; имеющие проблемы в возрастном психическом развитии и поведении, обусловленные отклонениями в социализации, сопровождающиеся нервно-психической неустойчивостью или сопутствующими психическими расстройствами; находящиеся в социально опасном положении, пребывания в обстановке, представляющей опасность для их жизни, жестокого обращения или систематического унижения человеческого достоинства.

Девиация – (англ. deviation – отклонение) – отклоняющееся поведение, преступность, алкоголизм, наркомания, проституция и т.д.

Дезадаптация – (лат. adapto – приспособляю) нарушение взаимодействия человека с окружающим миром, в первую очередь с социальным окружением.

Интолерантность – (непереносимость, нетерпимость) – состояние сниженной переносимости каких-либо факторов, людей, взглядов, мнений, чувств, идей и пр., непосредственно не влияющих на жизнь, здоровье и личность данного человека.

Компенсация – выработка механизмов, помогающих преодолеть неблагоприятные психологические или физические особенности, состояния.

Культура здорового и безопасного образа жизни - совокупность сформированных социально значимых качеств личности и компетенций детей и молодежи, отражающая их ответственное отношение к собственной жизни и жизни окружающих как высшей социальной ценности.

Манипулирование – это преднамеренное и скрытое побуждение человека к принятию решений и выполнению действий, необходимых для достижения целей манипулятора.

Наркотики - наркотические средства и психотропные вещества и их прекурсоры, включенные в Перечень наркотических средств, психотропных веществ и их прекурсоров, подлежащих контролю в Российской Федерации,

аналоги наркотических средств и психотропных веществ, новые потенциально опасные психоактивные вещества, а также наркосодержащие растения, включенные в Перечень растений, содержащих наркотические средства или психотропные вещества либо их прекурсоры и подлежащих контролю в Российской Федерации.

Наркомания – заболевание, возникающее в результате употребления наркотических средств, вызывающих в малых дозах эйфорию, в больших – оглушение, наркотический сон.

ПАВ - химические и фармакологические средства, негативно влияющие на физическое и психическое состояние человека и вызывающие болезненное пристрастие, приводящее к зависимости (наркотики, транквилизаторы, алкогольсодержащие и никотинсодержащие вещества и др.)

Профилактика употребления ПАВ - комплекс социальных, образовательных, психологических и медицинских воздействий, направленных на выявление и устранение причин и условий, способствующих распространению и употреблению ПАВ, на предупреждение развития и ликвидацию негативных личностных, социальных и медицинских последствий употребления ПАВ.

Пубертатный – (половая зрелость) – относящийся к возрасту половой зрелости.

Рефлексия – (отражение) – анализ собственного психического состояния, процесс размышления индивида о происходящем в его собственном сознании, поведении.

Самоактуализация – (действительный, настоящий) – стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей. Это непрерывная реализация потенциальных возможностей, способностей, талантов, как более полное познание, принятие своей изначальной природы, как неустанное стремление к единству личности.

Созависимость – склонность человека к очень сильной поглощенности кем-то «нуждающимся» (другом, родственником, больным наркоманией или алкоголизмом) при потере способности чувствовать и действовать, исходя из собственного внутреннего выбора.

Созависимость – это устойчивое состояние болезненной зависимости от вынужденных форм поведения и от мнения других людей, формирующееся при попытках человека обрести уверенность в себе, осознать собственную значимость и определить себя как личность.

Социализация - процесс усвоения индивидом образцов поведения, психологических установок, социальных норм и ценностей, знаний и навыков, позволяющих ему успешно функционировать в данном обществе.

Употребление ПАВ - первичная проба, экспериментирование с приемом отдельных средств (наркотики, алкогольсодержащие и никотинсодержащие вещества и иные) с целью изменения психического состояния, неоднократное употребление ПАВ без назначения врача, имеющее негативные медицинские, психологические и социальные последствия для личности человека.

ГИД ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ ПО СЛОЖНЫМ ВОПРОСАМ ВОСПИТАНИЯ

(ответы, советы, рекомендации)

Вместо предисловия...



Существует такое представление, что родители взрослеют вместе со своим ребенком. И чем старше он становится, развиваясь и встречаясь с разными жизненными ситуациями, тем более компетентными должны становиться его родители, удерживать в центре своего внимания вопросы рисков и безопасного образа жизни.

В условиях глобальных перемен в жизни нашего общества наряду с позитивными преобразованиями, к сожалению, усиливается и ряд негативных тенденций.

Наиболее восприимчивым к принятию негативных ценностных и поведенческих установок оказывается именно подростковый возраст. Если подросток сталкивается с проблемами и опасностями, ему обязательно понадобится помощь близких взрослых. Для того чтобы помочь своему ребенку, родителям нужно знать, что делать, какую поддержку ему оказать и как правильно вести себя в трудной ситуации.



Понимание особенностей процессов взросления, поведения и самопроявления подростков — ключ к взаимопониманию и внимательному, доверительному общению в семье. Позвольте детям взрослеть правильно: проявлять себя, удивлять вас, искать себя и свой будущий жизненный путь. Будьте всегда рядом, окажите своевременную помощь и поддержку, и многие

трудности обойдут вас стороной!



Трудных детей не бывает, есть дети, которым трудно

Когда в семье растёт ребёнок, то с приходом подросткового кризиса его проявления ощущает вся семья.

Подростковый возраст даётся сложнее всего потому, что в этот период начинают играть гормоны. Подростки стремятся доказать свою правоту во всём, не соглашаются абсолютно ни с чьим мнением, кроме своего, считают себя лучше остальных. В этот промежуток времени психику ребёнку повредить легче, чем когда-либо, поэтому нужно общаться с ним крайне аккуратно. Так как же наладить контакт с таким подростком?

Трудный подросток – ребёнок от 9 лет, поведение которого не вписывается в нормы, принятые в обществе. Попросту говоря, наблюдаются отклонения от общеизвестных норм. К категории трудных подростков относятся те, которые не могут найти общий язык с преподавателями, родителями. Любые методы воспитания принимаются в штыки. При этом их протест доставляет и им множество неудобств. Многие родители предполагают, что трудный подросток чувствует удовлетворение от своих ужасных выходок, однако в действительности, на подсознательном уровне он испытывает страдания.

У таких ребят имеются сложности психологического характера, и это проявляется практически во всём. Они проявляют агрессию, у них часто меняется настроение, подавленность сменяется вспышками ярости, они испытывают депрессивное состояние, страх. Всё это подавляет трудного подростка, оборачивается проблемами в учёбе, в семье. Общая учебная программа им даётся сложнее, они не желают выполнять общие требования, ссорятся с учителями.

Различные факторы провоцируют переход подростка от обычного к трудному. При этом такие дети необязательно похожи друг на друга: кто-то отстаёт в физическом развитии, другой обгоняет по этому показателю прочих сверстников, третий чрезмерно возбудим, четвёртый очень замкнут и так далее. Все трудные подростки имеют собственные индивидуальные особенности, и было бы неправильно их обобщать.

Знаменитый воспитатель Антон Макаренко заявлял, что к пяти годам формируется личность ребёнка, и впоследствии внести коррективы в воспитание очень сложно.

Когда впервые появляются признаки того, что в воспитании возникли сложности? В момент, когда ребёнок начинает осознавать воспитательное воздействие. Согласно различным исследованиям, условия, которые окружают ребёнка в раннем детстве, впоследствии могут стать причиной проблем в подростковом возрасте. Воспитателям и родителям малышей важно осознавать это, ведь им приходится иметь дело с чутким и податливым детским мозгом. Родители, воспитывающие трудного подростка, должны осознавать, что сейчас исправляют ошибки, допущенные на предыдущих этапах воспитания. Не спешите расстраиваться – пока не

поздно всё исправить.

Особенности поведения трудных подростков

Итак, как понять, что в семье трудный подросток? Замечено, что дети, у которых имеются проблемы с поведением, начиная с рождения и до 11 лет, они продолжают и в подростковом возрасте. Вряд ли это удивит родителей, ведь различные всплески они переживают на протяжении многих лет.

Конечно, не всегда именно родители повинны в этом кризисе. Это не отменяет того, что им придётся приложить усилия и помочь трудному подростку. В современном обществе их число неустанно растёт.

Любой, кто общался с трудным подростком или сам был им, знает, какими особенностями поведения отличаются такие дети. Кажется, будто они пытаются удержать в душе ярость, которая всё равно вырывается наружу.

Когда трудный подросток проявляет наибольший всплеск негатива?

Чтобы это понять, рассмотрим его характерные черты:

- негативно реагирует на чьё-то желание помочь;
- отрицательно относится к прикосновениям;
- неохотно идёт на визуальный контакт;
- с недоверием относится к окружающим;
- испытывает проблемы с учёбой.

Первым толчком к тому, что появляются отклонения в поведении школьника, становятся проблемы в общении со взрослыми в семье либо в школе. Если кто-то из них поддерживает трудного подростка, то кризис проходит проще. Если же педагоги и родители настроены негативно, то он пытается найти поддержку извне. Часто выбор падает на асоциальные компании. Ему кажется, что таким образом он повышает свой статус. Впоследствии такую группу покинуть очень сложно.

Типы трудных подростков.

Трудные подростки отличаются друг от друга.

Циники, у которых наблюдается сознательное нарушение социальных норм. Они уверены, что все хотят поступать, как они, и в действиях их сковывает лишь трусость.

Конформисты, идущие на конфликты под воздействием социальной компании. Преимущественно эти действия случайны, продиктованы подражанием «кумиру». Наблюдается у трудных подростков, имеющих большую зависимость от мнения окружающих. Зачастую становятся заложниками положения.



Колеблющиеся. Им сложно устоять от соблазнов. Им хочется немедленно удовлетворить спонтанно возникающие потребности. При этом нарушение норм влечёт за собой раскаяние.

Аффективные подростки, отличающиеся повышенной обидчивостью и немаленькими

притязаниями. Нередко им кажется, что они терпят несправедливое отношение, стремятся к протесту, мести. Среди данной категории часто встречаются подростки с демонстративным суицидальным поведением.

Как родителям найти общий язык с трудным подростком?

Психологи выделили 8 основных правил, которыми необходимо руководствоваться при общении с трудным подростком:

1. Не проявляйте свою слабость.
2. Не настаивайте на душевных разговорах.
3. Установите границы для подростка.
4. Проявите уважение к ребёнку.
5. Привлекайте подростка к решению взрослых проблем.
6. Запрещайте - обоснованно.
7. Предоставьте подростку свободу действий.
8. Выделите лидера в группе трудных подростков.

Как справиться с трудным подростком?



Родителям, как и их подрастающим детям, непросто даётся сложившаяся ситуация. Зачастую они становятся свидетелями вспышек ярости, и не всегда способны адекватно реагировать на такие проявления эмоций. Важно понимать, что за детским гневом скрывается печаль, стыд, смущение и прочие чувства, с которыми он не может справиться. Осознавая своё бессилие, подросток набрасывается на оппонента, действуя на опережение. Чаще всего подростки не в состоянии осознать собственные эмоции и не знают, как их выразить приемлемым для социума способом. Также они боятся попросить поддержки, и даже демонстративно от неё отказываются.

В чём состоит задача родителей? Помогите сыну или дочери побороть негативные эмоции, и если он хочет выразить гнев, то пусть делает это более конструктивно.

Рекомендации, которым важно следовать:

Попытайтесь определить, что скрывает ярость ребёнка. Возможно, он волнуется или его одолела депрессия.

Возможно, его смущает свой статус в обществе, и сверстники в чём-то превосходят его. Или ему не хватает общения и поддержки?

Необходимо установление нерушимых границ. В вашей семье должны действовать разумные правила, за несоблюдение которых подразумевается разумное наказание. Когда вы и подросток будете в благожелательном расположении духа, объясните ему, что чувство гнева естественно, но нужно найти адекватный способ его выражения. Пример: подросток набрасывается на вас. За такие проявления эмоций следует наказание в виде лишения каких-нибудь домашних привилегий или неприятного разговора с человеком, вызывающим у ребёнка авторитет. В этом возрасте соблюдение границ особенно важно.

Не игнорируйте тревожные сигналы. Возможно, вы заметили, что перед вспышкой ярости ребёнок мучается головной болью или активно

расхаживает по дому. Возможно, он злится всегда по одной и той же причине. Если человек в состоянии определить ситуацию, вызывающую гнев, ему становится проще его держать под контролем.

Помогите подростку отыскать метод, помогающий справляться с яростью. Подходящие варианты: спортивные упражнения. Возможно, ему подойдёт спортивный зал, боксёрская груша. Некоторым ребятам проще выплеснуть эмоции через музыку или другое творчество. Определите, что вызывает интерес вашего сына или дочери.

У каждого подростка должно иметься пространство, где у него будет возможность привести свои чувства и эмоции в порядок. Юноша или девушка, испытывающие гнев, нуждаются в безопасном месте, где ему будет проще прийти в себя. Не нужно преследовать подростка, если он зол, требовать немедленных извинений или объяснения ситуации. Если приступ ярости не прошёл, ситуация сразу же усугубиться и даже может стать причиной проявления физической агрессии.

Если хотите, чтобы ребёнок научился контролировать ярость – умеете сами справляться с гневом. Вы не сможете помочь подростку, если сами не способны держать себя в руках. Пытайтесь сохранять самообладание в любой ситуации.

Вы должны любить своего ребёнка и поддерживать его во всём. Особенно в трудный период. Это очень сильно сближает вас. Малейшая проблема может сбить подростка толку, ваша задача – видеть подобные проблемы, помогать ему с ними бороться всеми силами.



Если подросток связался с плохой компанией

Любые родители, у кого подрастают дети, волнуются и переживают за них. Все родители подростков боятся того, что их ребёнок может связаться с плохой компанией.

Маме и папе нужно осознать, что их дети в этом возрасте уже совсем не дети, но ещё и не взрослые. Поэтому заинтересоваться нехорошей компанией, они могут по следующим причинам:

- поиск авторитета – в таком возрасте общение со сверстниками является приоритетной деятельностью, а чаще всего сильными и авторитетными являются отрицательные личности;
- из чувства противоречия, которое очень сильно развито у подростков, хочется сделать не так как все;
- желая стать популярным – ведь самыми известными личностями в школе являются нарушители порядка, поэтому это и привлекает подростков;
- из любопытства – недостаток информации и свободы вызывает интерес и желание узнать, что это такое (курение, дискотека, драка);
- поиск своего места в обществе – естественное желание быть принятыми в общество, поэтому многие плохие поступки совершаются просто «за компанию», а подростки, не определившие ещё свою цель в жизни, методом проб и ошибок пытаются её найти.

Иногда даже любящие родители далеко не сразу узнают о попадании ребёнка в «дурную компанию». Поэтому важно уловить изменения в поведении ребёнка: должны насторожить резкие смены настроения подростка, его подавленность, проявление других несвойственных реакций, запреты заходить в его комнату, избегание родителей, снижение успеваемости в школе или вообще прогулы занятий. Особенно надо быть внимательными при появлении в круге друзей подростка новых людей.



Заметив изменения в поведении ребёнка, с ним необходимо поговорить в непринуждённой обстановке; не читать нравоучения, не обвинять его ни в чём; приведите пример из собственного опыта, спросите его мнение по этой ситуации.

Особенно осторожно надо разговаривать о новых друзьях. Постарайтесь узнать о них побольше.



Что делать, если ребёнок попал в плохую компанию

1. Родителям не нужно кричать на него или оскорблять – это может только усугубить ситуацию, ведь подросток изначально действует наперекор и будет ещё больше доказывать свою правоту.

2. Родители не могут решать, с кем ребёнку общаться, однако в их силах поселить в его голову сомнения касательно правильности выбора круга друзей. К примеру, если подросток попал в компанию хулиганов, рекомендуется невзначай показать, чем это может обернуться. Оставьте на столе газету с заметкой о каком-нибудь пойманном преступнике, посмотрите вместе поучительный фильм с подобным сюжетом.
3. Нужно правильно организовать досуг своего ребёнка, позаботиться о том, чтобы у подростка было как можно меньше свободного времени.
4. Современные кружки помогут в этом. В выходные нужно стараться проводить время всей семьёй, почаще выбираться на пикники, играть в пейнтбол, ходить в боулинг и др. Не возражайте, если подросток захватит с собой пару своих друзей.
5. Необходимо тренировать у ребёнка умение отказывать, ведь очень часто первым шагом в «дурную компанию» является неумение дать отпор фразе: «А тебе слабо?».
6. Чтобы контролировать ситуацию и пресечь ввязывание в «дурную компанию», нужно завести знакомство с друзьями ребёнка, устраивать совместные мероприятия, чтобы ненавязчиво общаться с ними.
7. Ребёнку нужно признание его талантов, умений и способностей: если в семье его не ценят, он найдёт единомышленников на стороне, в той самой плохой компании. Поэтому необходимо чаще указывать на достоинства своих детей.



Если ребёнок попал в плохую компанию, родители не должны относиться к нему излишне строго и критично. Их задача – наставить его на верный путь, сделать так, чтобы ребёнок сам понял, что ему скучно в таком окружении, и самостоятельно вышел из него.



Рекомендации по раннему выявлению вредных привычек у подростков

В подростковом возрасте проявляются изъяны предшествующего воспитания. Следовательно, важнейшая задача педагогов и родителей – контроль за состоянием ребёнка. Необходимо обязательно обращать внимание на то, в каком состоянии он пришёл домой, сравнивая с состоянием, в котором он вышел из дома. Это позволяет вовремя выявить, к примеру, случаи, когда ребёнок впервые закурил, принял алкоголь или наркотики.



Симптомы и внешние признаки в поведении ребёнка, принимающего психоактивные вещества (ПАВ) – алкоголь, табак, наркотики

ПАВ	Симптомы	Внешние признаки
Алкогольные напитки (пиво, вино, водка и т. д.)	Замедленные реакции, сонливость, невнятная речь, изменение личности (появление других ценностей)	Спрятанные бутылки, безвольное обвисание губ, расслабление челюстей, нарочитость движений, провалы в памяти
Табак	Снижение физической силы, выносливости, ухудшение координации, быстрая утомляемость, нарастающая слабость, снижение трудоспособности	Запах табака (дыма), частое и долгое пребывание в туалете, в ванной, наличие спичек, зажигалок, табака в швах карманов, пожелтение пальцев
Вдыхание клея	Агрессивность, мечтательное или бессмысленное выражение лица	Вид пьяного человека, наличие тюбиков клея, пятен клея, бумажных или полиэтиленовых пакетов, носовых платков
Марижуана, травка, «курево», зелье	Сонливость, бессвязность мыслей, зрачки глаз расширены, отсутствует координация движений, тяга к сладкому, повышенный аппетит,	Красные отеки под глазами, сильный запах жжёных листьев, мелкие семена в складках одежды и швах карманов, наличие папиросной бумаги, обесцвеченная кожа на

	слабо выраженные галлюцинации	пальцах
Кокаин	Повышенное артериальное давление, потеря болевых ощущений, чувство превосходства, ощущение неуязвимости, повышенная активность, отсутствие чувства усталости	Наличие белого кристаллического порошка в маленьких пластиковых пакетиках или алюминиевой фольге, гиперемия слизистой оболочки носа
Героин, морфий, кодеин	Ступор, сонливость, следы уколов, водянистые глаза, пятна крови на рукавах рубашки, насморк	Наличие иглы или шприца для подкожных инъекций, матерчатого жгута, бечёвки, верёвки, ремня, обожжённых крышек от бутылок или ложки, прозрачных пакетов
Крек (наркотик)	Короткий период эйфории, сменяющийся депрессией, гиперактивность в начальных стадиях, апатичность, непрекращающийся насморк	Наличие небольших камнеподобных кусков в стеклянных пузырьках или полиэтиленовых пакетиках, небольших ширмочек, свечей, бритвенных лезвий



Как уберечь ребёнка от наркотиков?

Проблема потребления наркотических и психоактивных веществ среди детей и подростков является значимой и представляет серьёзную опасность для здоровья подрастающего поколения. Возраст первого приобщения к наркотику стремительно снижается, вплоть до младшего школьного возраста.

В последние годы в Россию заходит поток новых наркотиков, расходуется по стране почтовыми отправлениями, а непосредственная торговля ведётся через сеть интернет. Теперь и несовершеннолетние активно втягиваются не только в потребление наркотических средств, но и в распространение их путём «закладок», т.е. оставляя наркотики в общедоступных местах (в подъезде, на клумбах, в водосточных трубах и т.п.). Для подростков это всё представляется интересной игрой.

Одним из таких наркотических средств, сбыт которых осуществляется бесконтактным способом, являются *спайсы*.

Названия этих наркотиков на слэнге: *спайсы* и *соли*. Бороться с ними сложно, потому что распространение происходит через интернет, и организаторы сами не прикасаются к наркотикам.

Спайс (от англ. «spice» – специя, пряность) – разновидность травяной смеси, в состав которой входят синтетические вещества и обыкновенные травы. В 99% случаев употреблять курительные смеси начинают те, кто уже курит сигареты.

Действие наркотика может длиться от 20 минут до нескольких часов. Сопровождается:

- кашлем (обжигает слизистую);
- сухостью во рту (требуется постоянное употребление жидкости);
- помутнением либо покраснением белка глаз (важный признак! наркоманы знают, поэтому носят с собой глазные капли);
- нарушением координации;
- дефектом речи (заторможенность, эффект вытянутой магнитофонной плёнки);
- заторможенностью мышления;
- неподвижностью, застыванием в одной позе (если сильно обкурился, минут на 20-30);
- бледностью; учащённым пульсом;
- приступами смеха.



В связи с тем, что дозу сложно просчитать (разные продавцы, составы, формулы, концентрация), возможны передозировки, которые сопровождаются тошнотой, рвотой, головокружением, сильной бледностью, до потери сознания, и могут привести к смерти.

После употребления, в течение нескольких дней и дольше, наблюдается:

- упадок общего физического состояния;
- расконцентрация внимания;
- апатия (особенно к работе и учёбе);
- нарушение сна;
- перепады настроения (из крайности в крайность).

Как влияет спайс на организм подростка?

Растущий организм, постоянно подвергающийся отравлению наркотиком, намного быстрее разрушается.

У такого ребёнка замедляется психическое развитие, возникают трудности с обучением. При дальнейшем употреблении происходит социальная дезадаптация. Курение спайс смеси приводит к постоянному спазму сосудов головного мозга, а в дальнейшем и к отмиранию клеток. Этот процесс, к сожалению, может быть необратимым.

При приёме *спайса* поражаются практически все органы и системы. И в первую очередь, печень и почки. Ведь именно они отвечают в организме за переработку и утилизацию балластных веществ и токсинов. Не в состоянии справиться с постоянно поступающими ядами, они подвергаются разрушению, при этом возникает печеночная или почечная недостаточность.

Циркуляция токсических составляющих курительных смесей в кровяном русле приводит к тому, что отравлению подвергается весь организм.

Доказано губительное влияние *спайса* на половую систему. Типичным осложнением употребления курительных смесей является угасание либидо и снижение потенции. Это может приводить к бесплодию.

Употребление курительных смесей – частая причина подростковых суицидов. Как правило, выходят из окон. Это не значит, что подросток хотел свести счёты с жизнью, возможно, он просто хотел полетать.

Также в молодёжной среде популярны ещё более серьезные наркотики, МДПВ (соли, легалка, скорость, свист и т.д.).

Опасность этих наркотиков заключается в их доступности и простоте употребления (нюхают, реже курят, разводят в любой жидкости и пьют, и самое страшное – колют в вену). Очень сложно просчитать дозу и при передозировках *солями* процент летального исхода значительно выше, чем при передозировках опиатами. И, пожалуй, самое страшное – наркотики эти действуют на психику и разрушают личность.

При употреблении *солей* человек стремительно деградирует, и деградация эта имеет необратимые последствия. Если курительные смеси можно какое-то время употреблять незаметно, то начавшего употреблять *соли* видно сразу. Под воздействием сразу и в течение несколько часов после употребления соли:

- дикий взгляд;
- обезвоживание;



- тревожное состояние (ощущение, что за тобой следят, что за тобой пришли);
- дефекты речи (судорожные движения нижней челюстью, гримасы);
- отсутствие аппетита;
- галлюцинации (как правило, слуховые);
- жестикуляция (непроизвольные движения руками, ногами, головой);
- полное отсутствие сна;
- невероятный прилив энергии (желание двигаться, что-то делать, все действия, как правило, непродуктивны);
- желание делать какую-либо кропотливую работу (как правило, начинают разбирать на составляющие сложные механизмы);
- возникают бредовые идеи (например, поуправлять миром);
- это сопровождается искренним гонором, высокомерием и полным отсутствием самокритики;
- позднее – резкая потеря веса (за неделю до 10 кг).



Как научить подростка говорить «нет»?

Окружающий мир, общество в целом представляет собой пространство, в котором достаточно небезопасно взрослеть подрастающему поколению. Родители всегда боятся, что дети могут попасть под плохое влияние, увлечься наркотиками, алкоголем, связаться с нехорошими компаниями. Воображение рисует картины одну страшнее другой.

Вот друзья предлагают выкурить сигарету, вот злой, агрессивный старшеклассник требует деньги. Ребёнок должен научиться сказать «нет» и в то же время не потерять своих друзей.

Умение отстаивать свои интересы и свою точку зрения понадобится ему не только в сложном подростковом периоде, но и во всей дальнейшей жизни. Те, кто не умеет этого делать, чаще всего, оказываются в жизни ведомыми, а это не та позиция, которая позволяет добиться большого успеха на любом поприще.

Способность быстро принимать решение, владеть эмоциями, сопротивляться давлению всё это присуще взрослому человеку. У подростка таких умений нет, он должен этому научиться, его мозг должен «дозреть», и помочь ему в этом должны родители.

Научите подростка думать в первую очередь о себе самом.

Подростки, как правило, осознают себя в большей степени частью группы, чем индивидуумом. Вы должны объяснить ребёнку, что, проявив себя как самостоятельную личность, он избавится от множества неприятностей. Скажем, на вечеринке, где все принимают алкоголь, другу, который призывает присоединиться, можно ответить: «Я чувствую себя здесь неуютно и пойду домой, но пойму, если ты захочешь остаться». Выход из неприятной ситуации найден без ущерба для дружбы

Научите его взвешивать все «за» и «против».



На подростка постоянно обрушиваются различные предложения. Всё, что нужно сделать, чтобы понять «да» или «нет», просто взвесить все «за» и «против». Например, что хорошего он получит, если даст списать контрольную (немного, в лучшем случае – краткосрочную эфемерную благодарность), и что плохого (его могут заподозрить в том, что списал он, поставить плохую оценку и обречь на недовольство родителей).

Научите его отказывать с юмором.

Объяснив отказ страхом, подросток вызовет раздражение у окружающих. Однако, обратив отказ в шутку, он сделает правильный выбор, оставшись королём положения.

Научите его говорить от своего имени.

Чем увереннее в себе подросток, тем проще ему высказывать своё

мнение и не поддаваться давлению окружающих. Поэтому предоставляйте ребёнку как можно больше возможностей для того, чтобы заявить о себе – говорить от своего имени. Даже в самых простых ситуациях, например, пусть он сам сделает заказ в кафе или что-то спросит у продавцов в магазине.

Научите его использовать язык тела.

Если подросток держит голову высоко и не прячет глаза, любой его ответ будет казаться более веским. Старайтесь обращать внимание ребёнка на людей, которые выглядят более уверенными в себе, и анализировать их поведение и манеру держаться.

Научите его повторять «нет» столько, сколько нужно.

Объясните ребёнку, что, если он отказывается, а ему повторяют предложение, он имеет полное право повторять свой ответ столько раз, сколько понадобится, чтобы собеседник от него отстал. Чем больше раз он произнесёт «нет», тем чётче будет его осознание правильности такого выбора.

Держите равновесие.

Чтобы ваш ребёнок понял силу слов «да» и «нет», вы должны употреблять их сбалансированно, чтобы они не потеряли своей значимости. Если вы слишком часто будете говорить ребёнку «нет», то он будет его воспринимать как барьер, а не инструмент для расширения прав и возможностей в общении.

Считайтесь с мнением ребёнка.

Когда наши дети говорят нам «нет», это не очень приятно. Но мы должны уважать их мнение, когда это возможно.

Научите ребёнка аргументировать своё «нет».

Не всегда бывает достаточно сказать «нет». Иногда лучше сказать о причине отказа. Например, если ребёнка уговаривают пропустить урок, то он может сказать: «Нет, я не хочу пропускать урок, потому что сегодня будут набирать команду для соревнований, а я хочу в неё попасть».

Ролевая игра.

Иногда бывает полезно рассмотреть различные ситуации. Особенно, если это касается давления со стороны сверстников, когда ребёнку сказать «нет» очень сложно.

Умение отказываться это, в первую очередь, повышение личной безопасности «Нет» – не трусость. Иногда для того, чтобы сказать «нет», нужно гораздо больше храбрости, чем просто пойти со всеми. Особенно если противостояшь коллективу или авторитету «Нет» – не глупость, если отказываешься и думаешь своей головой.

«Нет» – не непослушание, право на выбор есть у всех.

«Нет» – не противозаконно: в Конституции РФ записаны наши права и свободы, в том числе свободана собственное мнение.

И главное «нет» – не перспектива остаться в одиночестве против целого мира, потому что за спиной всегда будут мама, папа, бабушка, дедушка, кто-то, кто любит, принимает и поддерживает ребёнка вне зависимости от его выбора.

Дети берут пример с родителей. Каждый родитель хочет, чтобы его ребёнок был лучше его самого. Увереннее, успешнее, решительнее. Но чтобы он стал таким, надо показать на своём примере, как стремиться к этому. Рассказать предысторию, как самому родителю было сложно или тяжело принять решение отказать, но сделать это всё же было нужно. Каким образом было принято это решение. Какие были бы последствия, если бы он ответил согласием на чьё-то предложение. Так вы поддержите своего подростка на пути его взросления.



Как правильно говорить с ребенком о наркотиках?

Одной из самых щепетильных и ответственных тем при общении с ребенком являются наркотики.

Не каждый родитель имеет представление о взвешенном и аргументированном диалоге о них с подрастающим поколением. Давайте попробуем разобраться, в каком возрасте и как правильно разговаривать с ребенком о наркотических средствах.

Многим родителям может показаться, что в 6-8 лет дети слишком малы для подобных тем. Однако от подобных бесед точно будет польза, поскольку ребенок получит верную информацию (при условии, что вы сами в курсе темы), узнает ваше мнение на этот счет, в случае возникновения какой-то либо проблемы, вероятнее всего обратится именно к вам.

Перед беседой с ребенком, нужно решить, что конкретно о наркотиках вы бы хотели рассказать. Можно продумать разные способы разъяснений и попытаться поставить себя на место ребенка. Здесь стоит вспомнить, как ваши родители говорили с вами, и какие эмоции это вызывало у вас.

6-8 лет

Наверняка, в 6-8 лет дети уже что-то слышали о наркотиках благодаря СМИ. Именно в этом возрасте они, как правило, не оспаривают авторитет родителей и готовы делиться своими мыслями. Вот несколько советов, как можно начать беседу с детьми:



Когда даете ребенку какое-то лекарство или принимаете его сами, нужно объяснить, что лекарство можно брать только у взрослого человека, вызывающего доверие. Например, у своего учителя или семейного врача;



Обязательно объяснить, что пользоваться шприцом может только медсестра в поликлинике или больнице. Поэтому ни в коем случае нельзя подбирать шприцы на дороге, на детской площадке, возле детского сада/школы;



При показе по телевизору или в газете истории о наркотиках, нужно воспользоваться случаем и начать беседу. Следует спросить ребенка, что ему известно о наркотиках. Затем доступным и понятным языком объяснить, почему наркотики могут быть опасны.

Чем старше становится ребенок, тем меньше вопросов у него возникает, поскольку в век современных технологий он с легкостью может найти ответы сам. Неважно обратится ли он к помощи интернета или ему расскажут одноклассники. В возрасте 11-14 лет дети, как правило, еще не испытывают интереса к наркотикам. Однако некоторые из них уже могут попробовать алкоголь или бытовую химию.

11-14 лет

С детьми данной возрастной категории по возможности следует



продолжать открытую и поддерживающую связь. Если доверительные беседы продолжатся и в этом возрасте, они принесут много пользы.

Поэтому на данном этапе воспитания следует руководствоваться следующими правилами:



Постараться находить как можно больше времени для общения с ребенком. Попробовать побудить их описывать собственные чувства и эмоции



Относиться к проблемам ребенка серьезно, даже если они кажутся абсолютно незначительными, поскольку для ребенка они могут быть важны



Интересоваться отношением школы к наркотикам. Спрашивать, что и как рассказывают об этом в стенах общеобразовательного учреждения



Продолжать при удобном случае аргументированно описывать ребенку свое отношение к наркотикам.

Чем старше дети, тем важнее для них мнения друзей, а откровения с родителями уходят на второй план. Это одна из причин того, что в настоящее время около 15% школьников больших городов впервые пробуют наркотики в 12–14 лет. «Знакомство» происходит на дискотеках, в школе, во дворе, в значимой для подростка группе сверстников или ребят постарше. Поэтому важно вовремя застать тот самый возраст, когда можно максимально откровенно общаться с ребенком на тему наркотических средств.

Как оградить своего ребёнка от употребления психоактивных веществ?

Психоактивные вещества (ПАВ) — это вещества, которые при попадании в организм человека изменяют его настроение, поведение, восприятие и оказывают влияние на двигательные функции. Психологи рекомендуют:

1. Воспитывать своего ребёнка закаленным, решительным, мужественным, честным, трудолюбивым, ответственным, образованным, человечным. Вряд ли такой станет наркоманом.

2. Чрезвычайно важно своим примером демонстрировать бережное отношение к здоровью, то есть не только не злоупотреблять алкоголем, но и заботиться о своем хорошем самочувствии: стараться соблюдать режим (в том числе работы), не действовать на нервы себе и окружающим (чтобы не провоцировать стрессы), во время отдыхать (не забывать об отпуске), избегать рискованного поведения (например, не переходить дорогу на красный свет), не пренебрегать рекомендованными мерами безопасности (в частности, всегда пристегиваться ремнем в автомобиле) и т.д.

Смысл во всем этом такой, что Вы не словами, а на деле демонстрируете ребенку приоритет более важных ценностей (здоровья и душевного покоя) над другими (например, «жизненным успехом»); показываете ему, что не согласны променять первые ни за что. Дети учатся на нашем примере, и, если они усваивают, что здоровье выше житейской суеты, вероятность рискованного поведения (например, употребления наркотиков) снижается. В общении с ребенком есть важные правила, которые становятся простыми, если входят в привычку. Это нормы взаимоотношений, следуя которым, родители знают о ребенке все, не следя за ним специально; отпускают ребенка в компанию, не допрашивая «с пристрастием» о тех, кто с ним будет; замечают, что с ребенком не все в порядке раньше, чем он пожаловался. Для разговора с ребенком о вреде психоактивных веществ в первую очередь, Вы должны выбрать подходящий момент. Возможно, он представится во время отдыха, и Вам удастся провести воспитательную беседу, носящую более живой характер, чем просто «формальное обсуждение». Или подходящим может стать момент, когда по телевизору показывают сцены с употреблением алкоголя или с курением или когда алкоголь выставляется на праздничный стол.

Многие из детских убеждений могут быть ошибочными, и у Вас есть возможность разрушить некоторые мифы и скорректировать неправильные суждения Ваших детей. Попробуйте помочь им понять, что:

— средства массовой информации часто создают привлекательные образы людей, которые выпивают и курят, но в реальной жизни привлекательных среди них не так много и не больше, чем среди непьющих и некурящих;

— алкоголь и наркотики притупляют разум и нарушают координацию движений, но по-настоящему они не способствуют решению ни

одной проблемы;

— употребление алкоголя – прерогатива взрослых, но алкоголю не дано превратить ребенка или подростка во взрослого человека. Только время и опыт в силах сделать это;

— отсутствие зависимости от табака, алкоголя или наркотиков в будущем поможет приобрести хороших друзей и занять лучшее положение в обществе. Для того чтобы добиться успехов в жизни, дети должны научиться эффективно общаться, уметь действовать в коллективе и выбирать друзей, не имеющих зависимости от алкоголя и наркотиков.

Как я могу расположить ребенка к откровенности?



Дети всех возрастов готовы говорить с родителями на различные темы. Для успешного взаимодействия с детьми родителям необходим определенный стиль общения: умение давать советы и подталкивать к выбору верного решения, а также отвечать на поставленные вопросы, не блокируя доверительного общения.

Ведь выслушать более эффективная тактика, чем запретить высказываться. Но Вам необходимо уметь сосредоточиться и иметь навыки бесед на деликатные темы.

Существует 5 приемов, которые облегчают общение с детьми.

1. Постарайтесь показать Вашему ребенку, что Вы его понимаете. Иногда этот прием называют «отражаемым выслушиванием». Он состоит из трех частей: Показывайте ребенку, что Вы слышите его слова (например, междометиями «Да», «Угу», вопросами «А что потом?», «И что же?» и так далее). Позволяйте ребенку выражать его собственные чувства. Докажите ребенку, что правильно поняли его рассказ или сообщение (например, коротко пересказав суть).

2. Внимательно следите за лицом ребенка и его «языком тела». Часто ребенок уверен, что успешно скрывает свои эмоции (грусть, досаду, нетерпение и проч.). Однако дрожащий подбородок или блеск глаз покажут Вам иное. Когда слова не соответствуют «языку тела», всегда полагайтесь на «язык тела».

3. Выражайте свою поддержку и поощрение не только словами. Применяйте улыбку, похлопывание по плечу, кивок головой, взгляд в глаза, прикосновение к руке ребенка, и так далее.

4. Выбирайте правильный тон для Ваших ответов. Помните, что тон голоса должен согласовываться со смыслом Ваших слов. Не отвечайте безапелляционно или саркастично – дети могут расценивать это как пренебрежение к своей личности.

5. Используйте одобрительные фразы для поддержания разговора и демонстрируйте Вашу заинтересованность в нем. Для этого подойдут короткие фразы, показывающие Ваше эмоциональное отношение к обсуждаемой теме, например: «Вот это да!», «Да ну, не верю!» и т.п.

Как повысить самоуважение ребенка?



Может показаться странным, что предрасположенность к употреблению алкоголя и наркотических средств непосредственно связана с уровнем самоуважения, однако исследования психологов свидетельствуют, что у страдающих алкоголизмом или злоупотребляющих наркотиками обычно низкое самоуважение. Дети, имеющие высокий уровень самоуважения, чаще отвечают «Нет!», когда им предлагают алкоголь и наркотики. Вам уже известны, пять приемов умения слушать; мы предлагаем ознакомиться с пятью принципами формирования самоуважения ребенка.

1. Одобряйте, хвалите ребенка за незначительные успехи и достижения. Поощряйте даже скромные достижения. Его упорство и попытки что-либо сделать важнее полученных результатов.

2. Помогайте Вашему ребенку выбирать и ставить перед собой реальные цели.

3. Оценивайте и исправляйте поступок или действие, а не личность самого ребенка. Например, лучше сказать: «Лазить по заборам опасно, ты можешь ногу сломать», чем: «Ты не должен лазить по заборам – это глупо».

4. Поручите Вашему ребенку реальную ответственность за какую-нибудь домашнюю работу. Ребенок, который имеет постоянное поручение по домашним делам, ощущает себя частью команды и, достигая результатов в исполнении своих обязанностей, получает чувство удовлетворения.

5. Показывайте ребенку, как Вы его любите, демонстрируйте свою любовь к нему. Объятия, улыбка и слова: «Я люблю тебя» помогут ребенку ощущать Ваше хорошее отношение к нему. Вопреки распространенному мнению, неполные семьи могут дать ребенку основу для самоуважения, так же, как и полные; они способны обеспечить такие же крепкие и продолжительные связи между родителями и детьми. В то же время, согласно научным исследованиям, психологические проблемы детей разведенных родителей схожи с проблемами детей пьющих родителей.

Как моя собственная точка зрения на употребление алкоголя и курение влияет на моего ребенка?

Взгляды большинства детей на употребление алкоголя и табака сходны со взглядами их родителей. Родители, которые воздерживаются от употребления психоактивных веществ, служат положительным примером для своих детей. Иногда непьющие и некурящие родители ошибочно считают излишним или неважным разъяснение своих принципов детям.

Эти родители должны помнить, что они воспитывают детей не только примером своего поведения. Используя некоторые приемы, Вы сможете привить хорошие модели поведения на вечеринке или семейном празднике.

Не фиксируйте внимание собравшихся на алкогольных напитках и их употреблении, предлагайте гостям безалкогольные напитки, не принуждайте их принимать спиртное и следите за тем, чтобы не выпивали те, кто за рулем.

Если один из родителей алкоголик, то эксперименты детей с алкоголем предупредить труднее, чем в семье с обоими непьющими родителями; если алкоголизмом страдают оба родителя, они нередко прививают детям патологические стереотипы поведения. Однако есть несколько принципов, помогающих уменьшить вредное влияние семейного алкоголизма.

1. Не пытайтесь скрывать или «смягчать» правду. Дети будут справляться со своими проблемами успешнее, если знают, что Ваш супруг (супруга) болен алкоголизмом.

2. Необходимо объяснить ребенку, что алкоголизм – это болезнь, подобно раку или диабету. И они могут ненавидеть болезнь, но любить больного родителя.

3. Помогите детям осознать, что они не виноваты в алкоголизме своих родителей и не несут ответственности за него.

4. Обучите детей рассудительности в принятии решений и в поступках. Привейте им позитивные традиции, имеющиеся в Вашей семье, и объясните, что они могут и должны отвечать за посильные для них домашние обязанности.

Приемы отказа от употребления психоактивных веществ

Существуют технические приемы или последовательности действий, которые используются родителями, чтобы удерживать своих детей от употребления табака и других наркотиков. Пять из них перечислены ниже.

Учите Вашего ребенка отстаивать свою индивидуальность. Объясняйте ему, что именно делает человека особенным и уникальным. Разговаривайте с ним о людях, которых он уважает. Обсуждайте, что, на его взгляд, делает их особенными, заслуживающими уважения. Время от времени просите Вашего ребенка рассказать о его собственных индивидуальных качествах, не забывая напоминать ему те положительные и прекрасные качества, которые он может упустить.

Обсуждайте с ребенком значение слова «дружба». Попросите его составить список понятий, которыми он охарактеризовал бы друга, и другой список – о недруге. Пока Ваш ребенок обдумывает эти списки, напишите свои собственные. Сравните, чьи списки полнее.

Объясните ребенку, что порой встречаются предложения, на которые можно и нужно отвечать твердым отказом. Многие родители учат своих детей быть всегда вежливыми, почтительными и покладистыми. Несмотря на то, что в большинстве жизненных ситуаций такие черты характера приветствуются, они иногда не позволяют ребенку быть самим собой и развивать свою индивидуальность. Часто дети нуждаются в родительском разрешении, чтобы сказать «нет», когда на них оказывают давление. Растолкуйте Вашему ребенку, что в определенных случаях каждый имеет право высказать свое личное мнение. Например, когда ровесники оказывают на него давление с целью заставить курить, принимать алкоголь или наркотики.

Изучайте особенности использования алкоголя и наркотиков в молодежной среде. Существуют ситуации, в которых подростками считается необходимым употребление алкоголя или наркотиков. Вы можете помочь Вашему ребенку избежать этих неприятных ситуаций. Не позволяйте Вашим детям ходить в гости к друзьям, когда их родителей нет дома, не допускайте, чтобы он становился членом «скрытых» компаний. («скрытых» – значит не контролируемых взрослыми).

Используйте пример сверстников. Во множестве ситуаций позитивный пример ровесников оказывает значительное влияние на ребенка. Например, в некоторых школах и подростковых группах спонсорами программ профилактики являются ровесники, и в этом случае дети поддерживают друг у друга антинаркотические убеждения. Может быть, у Вас возникнет желание побольше узнать о такой программе в школе, где учится Ваш ребенок. Если Вы нуждаетесь в учебных и методических материалах или просто имеете желание, но не знаете, с чего начать, обращайтесь в информационные центры и службы.

Почему важны семейные правила по отношению к употреблению алкоголя и наркотиков?



Семейная политика в отношении алкоголя и наркотиков очень важна. Практика показывает, что вопреки распространенному заблуждению, дети хотят планировать свою жизнь и строить свое счастье. Они поступают более ответственно, когда сами родители придерживаются определенных ограничений и норм.

Добейтесь от ребенка обещания, что он ни при каких обстоятельствах не собирается принимать алкоголь или наркотики. Разъясните ему серьезные последствия, к которым это может привести. Расскажите или даже составьте в письменном виде семейные правила, которые помогут Вашему ребенку воспитать в себе ответственность и отказаться от алкоголя или наркотиков. Семейные традиции дают Вашему ребенку самый простой способ ответить ровесникам «НЕТ!» в ответ на приглашение покурить, выпить или принять наркотики.

Как предостеречь ребенка от приема алкоголя и других наркотиков?

Основной задачей родителей является поддержание здорового образа жизни и творческой активности детей, для того чтобы ребенок не начал употреблять психоактивные вещества, а для этого нужно:

Стимулировать участие Вашего ребенка в школьной или общественной деятельности, в спорте или музыке, не заставляя его быть лучшим или всегда побеждать. Специальные меры обычно не нужны, когда ребенок имеет полезные увлечения. У него менее вероятно появление интереса к табаку, алкоголю или наркотикам, и его, скорее всего, не будет привлекать что-либо подобное.

Делать все вместе со своим ребенком. Этот способ позволяет достичь тесной духовной близости. Опыт свидетельствует, что дети чрезвычайно ценят время, проведенное со своими родителями и дела, сделанные вместе.

Рекомендации для родителей.

Как наладить доверительные отношения с ребёнком?

1	Проводите вместе свободное время	Конечно, важно проводить время с детьми и разговаривать с ними. Но не менее важно планировать общие интересные дела - походы, посещение музеев, театров, спортивных соревнований. Нужно как можно активнее развивать круг интересов детей, чтобы дать им альтернативу
2	Знайте друзей своих детей	Убедитесь в том, что вы знаете, с кем дружит ваш ребенок, общайтесь с его друзьями, даже если бы вы сами не выбрали их в компанию своему ребенку. Пусть они приходят к вам в дом или вам должно быть известно место, где они собираются. Только в таком случае у вас будет возможность хоть как-то влиять на то, что происходит
3	Рассказывайте детям о себе	Не стесняйтесь говорить детям о своей юности и о проблемах, с которыми вы сталкивались в этот период. Детям часто трудно представить, что вы тоже были молодыми. Не бойтесь говорить ребенку о своем детстве, молодости, о тех ошибках, которые сами совершали. Если вы можете поделиться с ребенком своими неудачами, проблемами, он легче увидит в вас не только родителя, но и друга, с которым и он может поделиться. Приучите себя и своего ребенка, что проблемы можно обсуждать. Разделенная беда — это полбеда, как говорят
4	Избегайте попыток казаться слишком понимающим	Избегайте таких высказываний как «Я отлично знаю, что ты чувствуешь». Подростки уверены, что они неповторимы, уникальны в своем роде
5	Разговаривайте и действуйте как взрослый	Не соперничайте с подростком, ведя себя так, как он, или используя молодежный жаргон. Подростки нарочно принимают стиль жизни, отличный от стиля жизни их родителей, и это тоже составляет часть процесса формирования их личности
6	Одобрите подростка и поддерживайте его сильные стороны	Ограничьте комментарии, относящиеся к дурным сторонам характера подростка
7	Избегайте акцентировать слабые стороны подростка	При обнаружении другими слабых сторон характера подросток чувствует боль. А если причина этой боли - родители, то она дольше не проходит
8	Помогите подростку самостоятельно мыслить	Не усиливайте зависимость от вас. Говорите языком, который поможет развить независимость: «Это твой выбор», «Сам реши этот вопрос», «Ты можешь отвечать за это», «Это твое решение». Родители должны подводить детей к самостоятельному принятию решений и учить сомневаться в правильности мнений ровесников
9	Уважайте потребность в уединении, в личной жизни	Этот принцип требует некоторой дистанции, что может показаться для многих родителей невозможным

	своего ребёнка	
10	Избегайте громких фраз и проповедей	Попробуйте разговаривать, а не читать лекции. Избегайте заявлений, типа: «Когда я был в твоём возрасте...»
11	Не навешивайте ярлыков	«Аня глупая и ленивая. Она никогда ничего не добьётся». Такое «навешивание ярлыка» ведёт к тому, что предсказание исполняется, само собой. Ведь дети склонны соответствовать тому, что о них думают родители
12	Избегайте неоднозначных высказываний	Обращение родителя к подростку должно содержать одну информацию: понятный запрет, полное доброжелательности разрешение или открытую возможность сделать выбор
13	Избегайте крайностей в воспитании	Неправильно давать полную свободу так же, как неверно и «закручивать гайки»
14	Сохраняйте чувство юмора	Умейте сохранять это качество, с помощью юмора можно разрядить обстановку и взглянуть на ситуацию по-другому

Как не совершить ошибок в воспитании детей?



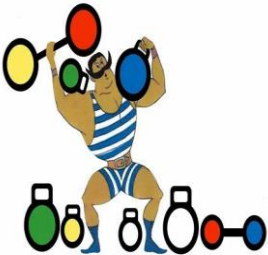
Воспитание здоровой адаптивной личности в современном мире сфокусировано на стимулировании у ребенка собственной активности и осознанности: понимании себя, умении выражать свои мысли и желания, любопытстве к самостоятельному изучению окружающего мира, формировании опыта принятия самостоятельных решений. Ребенок может совершать ошибки чтобы в дальнейшем найти пути преодоления их последствий. В воспитании детей тоже могут быть допущены ошибки. Ниже приведены некоторые ошибки воспитания и действенные советы по их преодолению

 Ошибки воспитания	 Советы по воспитанию
 Долгие разлуки с ребенком без объяснения ему, что его любят, а разлука связана с определенными обстоятельствами	Ребенок воспримет отсутствие родителя менее тяжело, если будет знать, что его любят. Расставаясь с ребенком на долгое время, следует всегда объяснять ему причины вашего отсутствия как до разлуки, так и после нее 
 Эмоциональная холодность родителей	Важно проявлять к ребенку искреннюю заботу, обнимать его, дарить ему эмоционально теплые моменты 
 Игнорирование и обесценивание эмоций и желаний ребенка	Если желания ребенка приходится отвергать, обязательно следует объяснять причины отказа, аргументируя свое решение 
 Оценивание ребенка, сравнение его с другими	Ребенка не стоит сравнивать с другими детьми. Будет полезно укрепить в ребенке мысль, что единственный человек, которого он должен стремиться превзойти — это он сам 
 Связывание любви к ребенку с его поведением, успехами Неконструктивная критика, нацеленная на унижение	Любовь к ребенку должна быть безусловной; при плохом поведении ребенка осуждению подлежит поведение, а не личность ребенка в целом 

 Слежка, гиперконтроль	По мере взросления ребенка следует наделять его большей ответственностью за его поведение, поручать ему самостоятельное выполнение задач и доверять ему все больше в его жизни 
 Слова о никчемности ребенка Оскорбления, унижения Физическое насилие	Испытывать и проявлять уважение к каждому — особенно к своему ребенку — крайне важно для поддержания психического здоровья. Если вы испытываете негативные эмоции (даже если ребенок прямо явился их причиной), следует уметь их выражать (например, посредством «Я-высказываний»). Это также способствует воспитанию культуры поведения ребенка на вашем примере 



Универсальные советы родителям по воспитанию детей, способные предотвратить развитие рискованного поведения

1	Интересуйтесь жизнью ребенка и оказывайте ему поддержку 	Родительская поддержка порождает доверительные отношения между детьми и родителями и влечет за собой высокую самооценку подростков, способствует успехам в учебе и нравственному развитию. И наоборот, недостаточная родительская поддержка может привести к низкой самооценке ребенка, плохой учебе, импульсивным поступкам, слабой социальной адаптации, неустойчивому антиобщественному поведению
2	Обсуждайте новости, информационные поводы 	Если Вы обсуждаете с ребенком новость о последствиях рискованного поведения, дайте ребенку понять, что его жизнь и здоровье ценны для Вас, а рисковать ими подобным образом не стоит
3	Показывайте личный пример 	Будьте примером для подражания, следуйте тем же принципам, которым учите детей. Так как процесс идентификации у подростков отчасти протекает в семье, те из них, кто гордится своими родителями, как правило, чувствуют себя достаточно комфортно в окружающем мире. Старайтесь сами проявлять активность в общении. Побуждайте ребенка дома больше разговаривать

4	Избегайте чрезмерного использования дисциплинарных мер по отношению к подростку		Всегда лучше использовать поощрение желаемого поведения, чем наказание за нежелательное. Формируйте его уверенность в себе. Акцентируйте внимание на его сильных сторонах, компенсируя этим его недостатки
5	Спрашивайте мнение своего ребенка		Формируйте его способность критически осмысливать информацию. Проводите семейные обсуждения интересных подростку тем
6	Обсуждайте ценности вашей семьи		Делитесь с ребенком тем, что считаете важным в жизни и ценным в людях, транслируйте ему ценности личным примером и не принижайте ценности, которыми он от Вас отличается
7	Признавайте ошибки перед ребенком		Для ребенка важно умение признавать совершенные ошибки, и нет ничего лучше личного примера в обучении этому. Помогайте ребенку исправить неправильный поступок. Разговаривайте с ребенком в тоне уважения и сотрудничества
<i>! ВАЖНО</i>			
8	Если Вас что-то беспокоит в поведении ребенка, постарайтесь как можно скорее встретиться и обсудить это со специалистом (например, с психологом), но не акцентируйте постоянно внимание на имеющейся у ребенка проблеме. Специалисты помогут Вам понять, насколько серьезна проблема и дадут рекомендации по ее разрешению		



ПОМОЩЬ РЯДОМ



ВСЕРОССИЙСКИЙ ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
8 800 2000 122



Телефонная линия «Ребенок в опасности»
Следственного комитета РФ
8-800-200-19-10
8 800 2000 122



Министерство
здравоохранения
Иркутской области

**Телефоны доверия психологической и
психотерапевтической помощи:**
8(3952)24-00-09; 8(3952)24-00-07
(круглосуточно)



Детский телефон доверия:
8(800)350-40-50 (круглосуточно)



Телефон доверия МВД России по Иркутской области

Дежурная часть: **8(3952)21-65-11**

Телефон доверия полиции (горячая линия): 8(3952)216-888



Уполномоченный по правам ребенка в Иркутской области
телефон приемной: **(код 3952) 34-19-17, 24-21-45**



ПОМОЩЬ РЯДОМ (полезные интернет-ресурсы)



Я — родитель

портал для ответственных родителей и тех, кто хочет ими стать, поддерживаемый Фондом поддержки детей, находящихся в трудной жизненной ситуации

www.ya-roditel.ru



ТВОЯТЕРРИТОРИЯ.ОНЛАЙН

онлайн-служба психологической помощи подросткам и молодежи

<https://www.твоятерритория.онлайн/>



ФГБУ «Центр защиты прав и интересов детей»

специализированные страницы сайта: «Твое право», «Информационная безопасность», «Ценность» и «Ответственное поведение — ресурс здоровья» содержат полезные материалы, информацию о профилактике социально-негативных

www.fcprc.ru



Центр изучения и сетевого мониторинга молодёжной среды

специализированная страница сайта «Полезные материалы» содержит важную информацию для родителей по профилактике социально-негативных явлений

<https://www.cism-ms.ru/ob-organizatsii/>



ГКУ «Центр профилактики, реабилитации и коррекции»

специализированные страницы сайта: «Обучающимся», «Родителям», «Педагогам» содержат полезные материалы, информацию о профилактике социально-негативных явлений

<http://цпрк.образование38.рф/>



ФИЛЬМОТЕКА

«Об ответственном родительстве, позитивном отношении к жизни, семейных ценностях, доверительных детско-родительских отношениях»

Иркутск 2023

*Чувство достоинства может процветать только в атмосфере,
где оцениваются индивидуальные различия,
допускаются ошибки, общение открыто, а правила гибкие.
Это атмосфера, которая встречается в воспитанном семействе.
Вирджиния Сатир*

Вместо предисловия...

Дать новую жизнь не так трудно, но вложить в ребенка понятия любви, свободы, веры, совести, ответственности — задача не из простых и невыполнима вне любви и вне семьи. В семье закладываются такие общечеловеческие ценности, как чувство патриотизма, уважения к близкому, щедрости, ответственности за свои поступки. Перечень основных семейных ценностей, без сомнения, для каждой семьи будет уникальным, и будет содержать бесконечное количество пунктов и подпунктов.

В современном мире телевидение и интернет играют большую роль в воспитании наших детей, хотим мы этого или нет. Очень часто мы стараемся подобрать для своих детей именно такие фильмы, мультфильмы и телепередачи, которые будут им не только интересны, но и, прежде всего, назидательны и полезны. Но при этом мы почти никогда не стремимся руководствоваться этими принципами для самих себя. Кинематограф — это эффективное средство саморегуляции. Фильм — это своего рода метафора, в которой можно увидеть отражение определенной жизненной ситуации, очень часто в героях, событиях и ситуациях фильмов мы узнаем себя и своих близких.

Предлагаем Вашему вниманию подборку художественных полнометражных и короткометражных российских фильмов, и социальных роликов, в которых динамика детско-родительских отношений находится в центре сюжета.

Совместный просмотр фильмов с ребёнком имеет большое значение в воспитании. Это один из самых удобных и простых родительских инструментов. После просмотра попробуйте обсудить фильм вместе и выяснить, что вас и ребёнка особенно тронуло, что показалось знакомым и даже болеющим. Это поможет ему сделать правильный выбор и избежать ошибок в будущем.

**P.S. Фильмы можно найти и посмотреть онлайн в Интернете пройдя по ссылке.
При совместном просмотре ПОМНИТЕ про возрастное ограничение!**

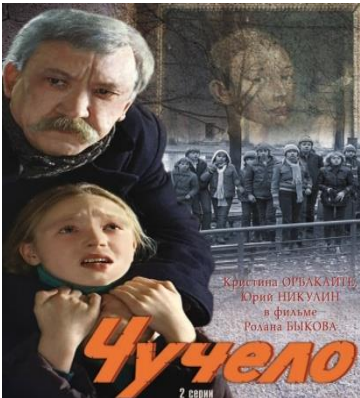
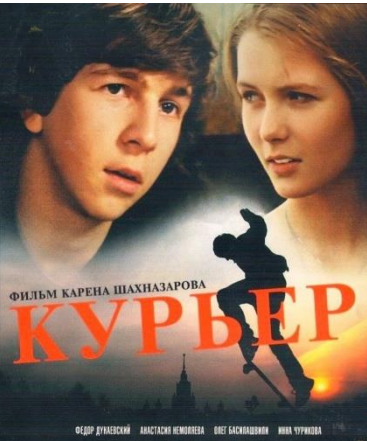
ПРИЯТНОГО ПРОСМОТРА!!!

ФИЛЬМЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ И ПРО РОДИТЕЛЕЙ

«Об ответственном родительстве, позитивном отношении к жизни, семейных ценностях, доверительных детско-родительских отношениях»

Название фильма	Анонс	Режим доступа
«Добро пожаловать, или Посторонним вход воспрещен», 1964 г. 	Детское и семейное кино — хороший повод для разговора на разные темы. Посмотрев его с детьми, родители смогут понять, какие темы тронули ребенка. Если он с завистью смотрит на то, как друзья помогают беглецу, может, ему в реальной жизни не хватает таких верных товарищей? «..Такие явления, как догматизм, демагогия, казёнщина, увы, еще бытующие в нашей жизни, приносят в области воспитания подрастающего поколения свой самый страшный вред, носят характер большой общественной опасности...» (режиссер Элем Климов).	https://youtu.be/GX54eNpGYyM
«Чук и Гек», 1953г. 	Трогательный советский фильм по рассказу Аркадия Гайдара о приключениях двух братьев, которые отправились с мамой к папе в далёкую экспедицию. Этот фильм – хороший повод показать, какой была жизнь во времена наших бабушек и дедушек.	https://youtu.be/At-17AEPHtA

«Не болит голова у дятла», 1974г. 	С родительскими установками и их влиянием на будущее детей режиссеры кинематографа 70-х работали очень активно - именно в это время в СССР происходит осмысление системных ошибок воспитания, и семья справедливо становится первой мишенью. Режиссер Динара Асанова на простом примере объясняет, как разрушительно для молодого человека постоянное – как бы между делом - обесценивание взрослыми, и откуда, на самом деле, берется бунтарское мировоззрение.	https://www.youtube.com/watch?v=B90qvttNp9Y
Шла собака по роялю, 1978г. 	В основу сценария Виктории Токаревой положена её повесть «Неромантичный человек», опубликованная в 1978 году. В этой картине очень ярко и иронично показаны любовные мечты юной героини. Фантазии перемешиваются с реальностью, и даже взрослый зритель иногда может запутаться, что же происходит на самом деле, а что - лишь в голове Тани. Очень душевный чистый фильм, искренний и открытый, поможет родителям обсудить с взрослеющими детьми деликатную тему первых чувств.	https://youtu.be/dgxR5UN0YQk
«Вам и не снилось», драма, 1980г. 	Великое, пронзительно нежное кино. Школьники Роман и Катя тянутся друг к другу со всей безоглядностью первой любви. Мать Кати очень счастлива во втором браке и в озарении этого счастья хорошо понимает дочь. Роман находит поддержку у отца, давно и безответно любящего Катину маму. Но рядом оказываются люди, которые ничего не знают о любви.	https://youtu.be/K7nTbO8kMAo

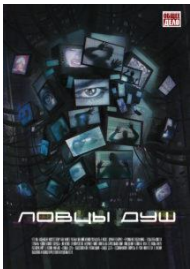
«Чучело», драма, 1983г. 	Устранившиеся и равнодушные родители будут главными подозреваемыми в «Чучеле» - одном из самых честных фильмов о взрослении в трудных условиях. Пока одна, занятая собой, мать будет кричать: «Куда смотрит школа?», а классная руководительница будет планировать свадьбу, десятки детей будут носиться по маленькому городку, мучая незащитную одноклассницу. Именно откровенный разговор с мягким и любящим дедушкой, ветераном ВОВ и тонким ценителем картин, кроме которого у главной героини никого нет, даст пример беседы взрослого с ребенком, никогда «не имевшей место быть» у других юных героев фильма со своими родителями.	https://www.youtube.com/watch?v=eHExiCW1mLc&list=PLKmdmKSyFjTlmX0s32YzQyXY6O7u2NHN8&index=1&pp=iAQB (1 серия) https://www.youtube.com/watch?v=IQyAzhvskg0&list=PLKmdmKSyFjTlmX0s32YzQyXY6O7u2NHN8&index=2&pp=iAQB (2 серия)
«Курьер», 1986г. 	Открывает фильм сцена развода супругов Мирошниковых. Их сын, Иван, остаётся с матерью. Только что окончивший школу, и проваливший экзамен в институт, куда он не очень-то и стремился, Иван начинает свою трудовую биографию. Некоторые сцены фильма опосредовано – через сны, мечты, бросок копья – передают особую тяжесть чувств мальчика, оставшегося без отца, ему не хватает папиной твердой руки, внимания, поддержки. Извечная проблема «отцов и детей» – одна из ключевых тем трагикомедии «Курьер». Карен Шахназаров вложил в свой фильм сокровенный смысл: режиссер воспевает чистоту, честность, искренность, открытость и ранимость молодости. «Они живые, реально живые. Я всегда между своим поколением и младшим выбираю младшее, даже если я понимаю, что они делают глупости» — говорит в интервью создатель легендарного фильма.	https://youtu.be/QSc3uk8Q5w4

«Щенок», 2009г. 	История о настоящей дружбе, об умении прощать и жертвовать. Конец 70-х – начало 80-х. - школа, юные пионеры со своими представлениями о добре и дружбе. Именно в этой среде разворачивается драматическая история Валерки, не похожего на всех остальных детей, 11-летнего мальчика. Он в силу своих особенностей является изгоем в среде жестокого детского общества. Алеша, как и все его товарищи, при каждом удобном случае издевается и обижает Валерку. Случайно оказавшись в доме у круглого сироты Валеры, Алексей вдруг видит дом, где есть настоящая любовь, доброта, доверие...Мама Алеши тоже любит его, но постоянно упрекает, подгоняет, отчитывает мальчика, случайно услышанная речь бабушки Валеры, простая, мягкая, проникает сразу в сердце мальчика. Происходящие события заставляют Алешу совершенно иначе взглянуть на Валерку, а затем и на весь мир в целом.	https://youtu.be/gS1vETOqgcM
Мой папа - Барышников», 2011г. 	Неуклюжий мальчик Борис учится в балетной школе, но не очень успешен. Почти все одноклассники - дети богатых родителей, а его воспитывает мать-одиночка. Но дела начинают идти гораздо лучше, когда он впервые смотрит видеозапись танца Барышникова. О том, как важно для подростка иметь пример отца - человека, на которого можно по-настоящему опереться.	https://youtu.be/ICPws72NmQA

Короткометражный фильм «Геля», 2015г. 	Короткометражный фильм-драма, режиссерский дебют актрисы Ксении Зуевой, показывает цикл отношений между дочерью и ее матерью-инвалидом, которая манипулирует жизнью дочери. За 33 минуты экранного времени героини успевают пройти путь от симбиоза до ненависти и обратно.	https://youtu.be/16f-e1tGRBA
Короткометражный фильм «Навсегда», 2021г. (Всероссийский проект «Киноуроки в школах России») 	Фильм «Навсегда» - для детей среднего школьного возраста и их родителей - расскажет о том, что смелость и отвага – это качества, необходимые сегодня не только в минуту опасности, но и каждому, кто дорожит памятью о своих близких, историей своей семьи, своего народа, своей страны. Действие фильма происходит в Крыму, что позволяет поговорить с близкими о наблевшем доверительным языком.	https://youtu.be/wltpwjvWWVs
Короткометражный фильм «Три солнца», 2021г. (Всероссийский проект «Киноуроки в школах России») 	Егор, школьник, отличник, любит играть в компьютерные игры, занимается рисованием, иностранными языками. - Если Егор – отличник, почему его маму вызвали в школу? Из-за поведения и отношения к учителю – он постоянно спорит, ведет себя агрессивно, огрызается, отвлекается на уроках на игры в телефоне. Как рассказывает о нем его учитель: он не уважает ребят, с которыми учится, не уважает учителей, все слова ставит под сомнение, готов был драться с учителем, когда та пыталась забрать телефон. «Мы вырастили потребителя», - говорит отец Егора. Дед Назар рассказывает Егору о трех солнцах. Три солнца дарят три радости: радость познания, радость помощи и радость даяния.	https://youtu.be/Jg2eYdBzVnk

ПРОФИЛАКТИКА ПОТРЕБЛЕНИЯ ПАВ. ВНИМАНИЕ: «НАШИ ДЕТИ В ОПАСНОСТИ!»

Документальный фильм «Алкоголь. Секреты манипуляции» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Представьте, что в магазинах появился некий новый товар, при употреблении которого может наступить смерть, он вызывает зависимость, под его воздействием люди совершают преступления и даже убийства, но при этом он легально продаётся в продуктовых магазинах. Как вы думаете, такое возможно? Но, может, и сейчас уже есть такой товар? В документальном фильме «Алкоголь. Секреты манипуляции» Общественной организации «ОБЩЕЕ ДЕЛО» раскрываются манипуляции, применяя которые, алкогольным корпорациям удастся втягивать в употребление алкоголя миллионы людей. И в целом поднимается вопрос – Можно ли пить алкоголь?	<u>Алкоголь. Секреты манипуляции — Общее дело (xn----9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>
Фильм «Никотин. Секреты манипуляции». Вейп, Снюс, Айкос (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Задумывались ли Вы о том, что продают табачные компании? Кажется, это очевидно. Сигареты, снюсы, айкос, кальяны или вейпы. Но на самом деле это не совсем так. Ведь в конечном итоге, чтобы табачные корпорации ни продавали, они продают зависимость. В новом фильме «Никотин. Секреты манипуляции» Общероссийской общественной организации «Общее дело» раскрывается темная сторона табачного бизнеса, техники манипуляций, с помощью которых табачники втягивают в курение миллионы людей	<u>Никотин. Секреты манипуляции — Общее дело (xn----9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>

Фильм «Ловцы душ. Секреты манипуляции: Фильмы, Кино, Сериалы» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Что мы называем искусством? Как много разных мнений можно услышать в ответ. Шуман говорил: «Призвание художника – посылать свет в глубины человеческого сердца». Но может ли искусство, например, кино, влиять на образ мышления, поведения человека? Или это лишь сфера развлечений? В новом фильме «Ловцы душ» Общественной организации «Общее дело» поднимаются вопросы о роли влияния искусства на жизнь общества и на жизнь каждого отдельного человека. В фильме приняли участие: Михаил Федоренко, Александр Носовский, Юрий Грымов, Юрий Быков, Ольга Коротина, Леонид Бойко, Николай Бурляев, Елена Яцура	<u>Ловцы душ. Секреты манипуляции: Фильмы, Кино, Сериалы — Общее дело (xn----9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>
Фильм «Грязные слова» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Матерные слова. Мат. Сколько мифов, домыслов, противоречий можно встретить. Почему именно эти слова, а не какие-то другие? Что они обозначают? Можно ли их употреблять или нет? В новом документальном фильме Общероссийской общественной организации «Общее дело» «Грязные слова» рассматриваются эти и другие аспекты, связанные с данной проблематикой: каковы психологические причины распространения мата; что по поводу сквернословия говорили государственные и общественные деятели в разные времена; распространение мата в историческом ракурсе и др.	<u>Грязные слова — Общее дело (xn----9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>

Фильм «Алкоголь. НЕЗРИМЫЙ ВРАГ» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Порой кажется, что в вопросе алкоголизации уже всё сказали. Но проблема по-прежнему остаётся очень острой. Документальный фильм Общественной организации «Общее дело» предлагает посмотреть на нашу жизнь через призму сообщества, которое появилось на нашей планете десятки миллионов лет назад. Что происходит, когда они сталкиваются с этим незримым врагом?	<u>Алкоголь. НЕЗРИМЫЙ ВРАГ</u> <u>— Общее дело (xn---9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>
Документальный фильм «Утерянная добродетель» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	«Утерянная добродетель» документальный православный фильм, созданный Общероссийской общественной организацией «Общее дело». Христианский фильм «Утерянная добродетель» освещает взгляд Православной церкви на острую социальную проблему алкоголизма в нашем обществе. Сколько противоречий мы встречаем в вопросе употребления алкоголя в православной среде? Как много разных мнений находим? В данном фильме проведён научный анализ этого вопроса, представлены исторические свидетельства, наставления православных святых, а также затронут социальный аспект проблемы алкоголя в современном российском обществе. Основываясь на авторитетном труде священномученика Владимира Богоявленского, в фильме рассматривается библейский вопрос о вине. Православный фильм «Утерянная добродетель» будет интересен как последователям православной традиции, так и самому широкому кругу зрителей, поскольку раскрывает многие актуальные для всех россиян вопросы. Данный православный фильм создавался при участии Церковно-общественного совета по защите от алкогольной угрозы. Производство фильма осуществлено на добровольные пожертвования граждан России	<u>Уникальный православный фильм «Утерянная добродетель» — Общее дело (xn---9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>

Документальный фильм «Наркотики. Секреты манипуляции» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Документальный фильм Общероссийской общественной организации «Общее дело» посвящен проблеме наркотизации нашей молодежи. Ни для кого не секрет, что Россию превратили в мировой рынок сбыта героина, опиума, новых синтетических наркотиков. В фильме раскрываются уловки наркодельцов, показывается, почему и как молодые люди начинают употреблять наркотики, алгоритмы вовлечения подростков в наркоманию. Фильм поможет предотвратить множество роковых ошибок, особенно в подростковом возрасте. Фильм был снят за счёт финансовой поддержки равнодушных граждан. Это вклад сотен людей из разных городов нашей страны. Мы выражаем им искреннюю благодарность! Создание фильма стало возможным только благодаря нашим совместным усилиям!	<u>Наркотики. СЕКРЕТЫ МАНИПУЛЯЦИИ! — Общее дело (xn---9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>
Фильм «Секреты манипуляции. Табак» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	В современном мире нас окружает множество устройств, каждое из них работает по заложенной в него программе. Но замечаем ли мы, когда программируют нас самих? Заставляют совершать те или иные поступки? Программирование сознания человека – это качественно иной уровень манипулирования. Человек неосознанно делает то, что хотят от него другие. Один из ярких примеров программирования людей – это курение. За личный выбор курящий принимает то, что по факту является циничным финансовым расчетом третьей стороны. Техники и алгоритмы манипуляций позволили втянуть в курение пол мира, и сделать так, чтобы человеку крайне трудно было отказаться от сигареты. В 1952 году в США журнал Ридерс Дайджест опубликовал серию статей под общим названием «рак из пачки», которые сильно напугали читателей доказательством прямой связи курения и рака легких.	<u>Секреты манипуляции — Табак — Общее дело (xn---9sbkcac6brh7h.xn--p1ai)</u>

	Паника в рядах курильщиков привела к массовым отказам от курения, и следовательно, к резким падениям продаж сигарет. Но табачные компании пошли на хитрость. Они якобы обезопасили курение – добавив к сигарете фильтр. Его появление никто не расценил как рекламную уловку	
Фильм «Наркотики. Лучшее, что придумал дьявол» (Общероссийская общественная организация «Общее дело») 	Как подростков втягивают в наркоманию? К чему приводит употребление наркотиков? Как они действуют на мозг? К чему приводит курение марихуаны? Почему застрелился Курт Кобейн? Чем заканчивается якобы прибыльное «трудоустройство» закладчиком? Как амфетамин влияет на здоровье? Фильм «Наркотики. Лучшее, что придумал дьявол» отвечает на эти вопросы, он посвящен проблеме наркотизации нашей молодежи. Фильм прекрасно подойдет, например, для совместного просмотра на классном часе, чтобы помочь подросткам однажды сказать уверенное «нет», если кто-то предложит им попробовать какие-то наркотические средства. Также этот документальный фильм можно рассматривать как фильм о вреде наркотиков для студентов. Мы верим, что наш фильм поможет людям предотвратить множество роковых ошибок, особенно в юном возрасте!	<u>Наркотики. Лучшее, что придумал дьявол — Общее дело</u> (xn----9sbkac6brh7h.xn--p1ai)

Уважаемые родители!

Обсуждение фильма после просмотра может оказаться даже более интересным, чем сам фильм. Обсуждение и обмен мнениями помогают Вашим детям и Вам самим лучше понимать друг друга и самих себя, получить новые знания, мысли для размышления, разделить чувства, сделать отношения крепче, создать общий контекст, общие переживания, впечатления, воспоминания.

Предлагаем Вам несколько вопросов для обсуждения. Это не список вопросов, которые необходимо задать в строгой очередности. Это лишь идеи, которые можно развивать и применять сообразно обстоятельствам. Важно сохранять уважение и бережное отношение друг к другу. Уважать и принимать мнение другого, даже если оно не совпадает с Вашим.

- 1. Давай вместе обсудим, какой эмоциональный отклик вызвал у нас фильм, какие чувства мы испытывали во время просмотра и после?*
- 2. Какие моменты фильма произвели наибольшее впечатление, чем именно «зацепили»?*
- 3. Кто из героев больше понравился/не понравился, вызвал удивление/непонимание? Чем именно?*
- 4. Кто из героев похож или совсем не похож на нас, на наших близких? Чем именно?*
- 5. Какие поступки героев вызвали непонимание, несогласие или наоборот одобрение? Как еще мог поступить герой? Что могло стать причиной именно такого выбора героя?*
- 6. Как бы мы поступили в этой ситуации?*
- 7. Если бы можно было что-то спросить у персонажей или у актеров, какие вопросы бы мы им задали?*
- 8. Какие еще варианты развития событий и концовки могут быть у фильма?*
- 9. Что хотел донести автор этим фильмом, какой смысл в него вкладывал? Можем ли мы увидеть в этом фильме свои личные смыслы?*
- 10. Какое другое название можно было бы этому фильму? Почему?*
- 11. Что поменялось после этого фильма? Какое послание мы получили от фильма?*

Спасибо за интерес к фильмотеке!

Надеемся, что помогли Вам найти ответы на важные вопросы!