

Муниципальное бюджетное учреждение  
«Центр медико-психолого-педагогического  
сопровождения детей и подростков»

**Родительское собрание:  
«Как наладить контакт с подростком?»  
(в рамках профилактики суицидальных тенденций  
в подростковой среде)**

**Авторы-составители:  
педагог-психолог  
МБУ «ЦМППС» Васильева Е. А.,  
педагог-психолог  
МБУ «ЦМППС» Лебсак Е. И.**

**Таганрог  
2018**

## **Пояснительная записка.**

### *Актуальность.*

К числу наиболее актуальных проблем современного общества не только в России, но и во всём мире, относится проблема детского суицида.

По данным Всемирной организации здравоохранения Россия находится на третьем месте по количеству завершённых зарегистрированных суицидов и на первом месте по числу суицидов среди молодежи (14-24 года).

Эти тревожные тенденции свидетельствуют о необходимости проведения работы по профилактике суицидальных тенденций в подростковой среде с основными целевыми группами: дети, родители, педагоги.

Особенно трудным периодом для реализации педагогических воздействий на ребенка является подростковый период, который характеризуется физиологическими перестройками организма, стремлением к взрослости, при недостаточно сформированных психических качествах и свойствах личности. Главное в этот период для взрослых - не утратить доверительных отношений с ребенком, ведь зачастую подросток испытывает потребность в поддержке. В связи с легкой ранимостью подростка для взрослого очень важно найти формы налаживания и поддерживания контактов с ним. Глубокие эмоциональные и духовные контакты – это фундамент, поддерживающий подростка в жизни. Важно понимать, что именно родители создают атмосферу, в которой растет и развивается подросток. Работа с родителями – важнейшая составная часть профилактики суицидальных тенденций в подростковой среде.

### *Педагогическая целесообразность.*

Педагогически целесообразной формой просвещения родителей является форма обучающего семинара с элементами тренинга. Работая в группе, все участники имеют возможность открыто общаться между собой, обмениваться мнениями. Родителей надо не только информировать, но и обучать способам правильного общения с ребенком. Обучение становится наиболее эффективным, когда оно проводится в группе.

**Цель** – создание условий для повышения уровня знаний родителей по вопросам профилактики суицидальных тенденций в подростковой среде.

### **Задачи:**

- создать доброжелательную атмосферу в коллективе родителей, установить эмоциональный контакт;
- информировать о причинах суицидального поведения подростков, о стилях семейного воспитания, приводящих к негативным отклонениям в поведении подростков;
- познакомить с особенностями принимающего и неприняющего поведения родителей;

- формировать умение ведения конструктивного диалога с подростком, используя метод «активного слушания».

**Форма мероприятия** – обучающий семинар с элементами тренинга.

**Целевая аудитория** – родители подростков 12-15-летнего возраста.

**Пространственно-временные условия проведения мероприятия:**

продолжительность собрания – 1 час;

требования к помещению – классный кабинет, библиотека и т.д., специальных требований к помещению нет.

**Требования к ведущему.**

Педагог-психолог, проводящий собрание, должен знать особенности суицидального поведения подростков, условия семейного воспитания, создающие личностные предпосылки к суицидальному поведению, а также владеть методами психологического просвещения родителей и навыками групповой работы.

**Материально-техническое обеспечение и оборудование:**

1. Стулья по количеству участников родительского собрания.
2. Доска, ватман, фломастер.
3. Ручки, бумага, раздаточный материал.
4. Анкеты для рефлексии.

**Ожидаемые результаты мероприятия:**

-знание родителями условий семейного воспитания, создающих личностные предпосылки к суицидальному поведению;

-информированность о методе «активного слушания»;

-знание особенностей принимающего и непринимającego поведения родителей.

**Этапы подготовки и проведения родительского собрания:**

Подготовительный этап: изучение психолого-педагогической и методической литературы, и интернет – ресурсов по данной теме, разработка плана собрания, составление памяток для родителей подростков, подготовка оборудования.

Основной этап: проведение родительского собрания;

Заключительный этап: подведение итогов, анкетирование родителей, оценка мероприятия.

*Ход собрания.*

План собрания.

1. Особенности суицидального поведения подростков.
2. «Язык принятия» подростка.
3. Метод активного слушания как форма конструктивного диалога с подростком.

*Ведущий:* «Добрый вечер, уважаемые родители, благодарю вас за то, что вы нашли время прийти на собрание. Скорее всего, вас это характеризует, как родителей, интересующихся тем, что происходит с вашим ребёнком. Тема нашего родительского собрания «Как наладить контакт с подростком?». Данное собрание мы проводим в рамках профилактики суицидального поведения в подростковой среде. И наша встреча пройдёт в интерактивной форме.

Давайте представим, что мы с вами зрители в кинозале. На экране главный герой, или героиня. Юноша стоит на крыше многоэтажного дома, собираясь прыгнуть вниз. Или девушка в слезах импульсивно раскрывает упаковку с таблетками. Ему или ей примерно 14-16 лет...

По замыслу режиссера кадр останавливается и появляются титры: «Несколько часами ранее». Отматывается плёнка назад. Мы видим ссору с родителями.

По статистике нашего учреждения все парасуициды (незавершённые попытки суицида), как под копирку, произошли после ссоры с родителями. По общей статистике совершённых суицидов среди подростков конфликтные отношения с родителями стоят на 1-м месте. Упрекая ребенка, родители произносят порой слова настолько оскорбительные, что ими поистине можно убить. Часто такие слова произносятся в порыве гнева, несдержанности, но родители при этом не думают, что безобразным своим криком буквально толкают сына или дочь к опасной черте. Думаю, вы со мной согласитесь, что сама ссора – это спусковой механизм. Поднимая на себя руку, ребенок уже прибегает к последнему аргументу в споре с родителями.

Основная причина суицида – одиночество подростка. Подростки решают свести счеты с жизнью оттого, что их не понимали. Не было ни одного человека среди взрослых, способного понять его переживания.

Согласно выбранному нами контексту просмотра фильма, продолжим «отматывать ленту назад». И тогда мы увидим, что конфликтные отношения имели длительный характер.

### **Упражнение «Мозговой штурм».**

*Ведущий:* «Если внимательно понаблюдать за семьями, где дети предпринимали попытки самоубийства, то окажется, что их благополучие лишь кажущееся. На самом деле эти семьи можно отнести в разряд неблагополучных, но не с материальной точки зрения, а с психологической. Всё дело во внутрисемейной атмосфере. Родители относятся к своим детям недоброжелательно, без уважения. Неблагоприятная семейная обстановка формирует определённые личностные особенности ребёнка.

*Предлагаю вам поразмышлять и назвать какие это личностные особенности формирует неблагоприятная семейная атмосфера?*

Все ответы родителей ведущий записывает на ватмане.

*Примечание:* в результате обсуждения составляется перечень психологических особенностей подростка. В их число обязательно должны войти такие качества личности, как неадекватная самооценка, низкая способность переносить боль, тревожность, пессимизм, склонность к импульсивным, эмоциональным поступкам. Если такие не были названы, то ведущий может сам предложить обсудить их.

*Ведущий:* «Поэтому большое значение в становлении личности ребёнка имеет стиль семейного воспитания.

Что такое стиль воспитания? Это система взаимоотношений родителя с ребёнком. Хотелось бы остановиться на таких воспитательных стилях, как гиперопека, когда присутствует чрезмерная забота, ограничение активности, самостоятельности или авторитарном, когда присутствует жёсткая система запретов, наставлений и инструкций ребёнку, не учитывается его мнение, и таким образом, у ребёнка не формируются и не закрепляются самостоятельные способы разрешения трудных ситуаций, не закрепляются навыки регуляции своего эмоционального состояния. И как следствие – появляется протестное поведение и нарушается контакт с родителями.

А ведь главное в подростковый период для нас, родителей, не утратить доверительных отношений с ребёнком, т.к. подросток испытывает потребность в поддержке. Поэтому важно найти формы налаживания и поддержания контакта с ребёнком.

Итак, «открутим ленту» нашего воображаемого фильма назад для того, чтобы успеть научиться налаживанию контакта с ребёнком, научиться принятию.

### **Дискуссия «Язык принятия».**

*Ведущий:* «Психологи часто советуют: «Принимайте ребёнка таким, какой он есть.

Что это означает?»

*Примечание:* примерные ответы родителей: давать ребёнку возможность высказывать своё мнение, не командовать.

*Ведущий:* «Нередко можно слышать от родителей такое обращение к сыну или дочке: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь... (лениться, драться, грубить), не начнешь... (хорошо учиться, помогать по дому, слушаться)».

Приглядимся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают условно, что его любят (или будут любить), «только если...». Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Психологами доказано, что потребность в любви, в принадлежности, то есть нужности другому, одна из фундаментальных человеческих потребностей. Ее удовлетворение – необходимое условие нормального развития ребенка. Эта потребность удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Я рада тебя видеть», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе...». Язык принятия означает **оценку поступка** («Мне жаль, что ты не поделился с сестрой игрушками»), а не **оценку личности** («Ты очень жадный мальчик»); **временный язык** («Сегодня у тебя это задание не получилось»), а не **постоянный язык** («У тебя никогда ничего не получится как следует»); невербальные проявления «языка принятия» (улыбка, взгляды, жесты, интонации, позы).

Примечание: После дискуссии родителям раздают памятки, в которых указаны вербальные (речевые) и невербальные (неречевые) проявления «языка принятия» и «языка непринятия». (Приложение 1).

### **Упражнение «Обсуждение ситуаций».**

*Ведущий:* «Прошу вас разделить на две группы. Сейчас вам будут предложены фразы ребёнка. Попробуйте сформулировать ответы на «языке принятия» и «языке непринятия». Время работы в группах 10 минут».

Соведущий раздаёт заранее приготовленные таблицы с примерными фразами ребёнка. По завершению работы представитель от каждой группы зачитывает ответы.

*Примечание:* в таблице представлены примерные ответы для ведущего.

Фразы ребёнка	Ответ на «языке непринятия»	Ответ на «языке принятия»
Мама, купи...	Как ты мне надоел со своими просьбами	Мне очень хочется купить тебе эту вещь, но у меня нет денег
Мама, ты, когда ссорись с папой, ты его все равно любишь?	Это не твое дело	Люди могут ссориться, но вместе с тем продолжать любить друг друга
Я глупый?	Отстань	Я считаю, что нет. А что случилось?

Не буду читать вслух по литературе	Читай, я сказала	Понимаю, не всегда хочется читать вслух, но мне так интересно послушать, обсудить с тобой, что там написано
Почему я должна выносить ведро?	А кто? Я?	У каждого из нас есть свои обязанности по дому, ты уже достаточно взрослая, чтобы тоже их иметь

*Ведущий:* «Сейчас мы попробуем проиграть представленные ситуации по ролям. Прошу выйти двух участников. Один из вас становится «ребёнком», другой – «родителем». «Ребёнок» произносит фразу, родитель отвечает сначала на «языке принятия», затем на «языке непринятия». Отвечая на «языке непринятия», «родитель» стоит. Отвечая на «языке принятия», «родитель» садится на стул и смотрит на ребёнка.

А теперь спросим у «ребёнка»: «Какие чувства он испытывал в первом и во втором случаях?».

*Вывод:* «Принимать ребёнка – это любить его не за то, то он отличник, помощник, умный, а просто так, по факту его существования».

*Ведущий:* «Часто мы слышим от детей фразу: «Мама, ты меня не слушаешь!!!» Слышать и слушать-различные понятия. Слышать-различать, воспринимать что-то слухом. Слушать-направлять слух на что-то. То есть слушать – это направленное внимание на говорящего.

Активное слушание создаёт **отношения теплоты**; родители могут «влезть в шкуру» ребёнка; облегчается решение проблем ребёнка; у детей **появляется желание прислушаться** к мнению родителей. Активное слушание помогает **воспитывать самоконтроль и ответственность**.

Один из эффективных приёмов активного слушания-пересказ (полный и краткий)- изложение своими словами того, что сказал подросток. Ключевые слова: «Ты говоришь...», «Как я понимаю...», «Другими словами, ты считаешь...». Родитель, который может повторить слова ребёнка, помогает ему **разобраться в собственных чувствах и мыслях**, конечно, при этом совсем не стоит механически повторять. Повторение эффективно будет только в случае, если родитель эмоционально на стороне ребёнка. Пересказ-это своеобразная обратная связь ребёнку «Я тебя слышу». Сложность формирования навыка пересказа заключается в том, что при этом необходимо сосредоточиться на чужих мыслях и чувствах, отключившись от своих. Родитель, который может повторить слова ребенка, помогает ему разобраться в собственных чувствах и мыслях.

Активно слушать ребёнка-«возвращать» ему то, что он вам поведал, **при этом обозначив его чувство».**

### **Упражнение «Активное слушание».**

*Ведущий:* «Попробуем разобраться, какие чувства «стоят» за словами подростка. Перед вами таблица, в которой нужно заполнить графу «чувства ребёнка» и «ваш ответ». В левой колонке вы найдете описание ситуации и слова ребёнка. Записывая ваш ответ ребёнку, постарайтесь обозначить в них чувство, которое по вашему предположению он испытывает».

Затем ведущий просит зачитать полученные ответы. (Один родитель зачитывает ответ на одну ситуацию).

*Примечание:* соведущий раздаёт родителям заранее подготовленные таблицы. (Приложение 3).

Возможные ответы родителя для ведущего:

1. Ты очень расстроился и было обидно...
2. Тебе хочется, чтобы я тебя тоже защищала.
3. Было неловко и обидно.
4. Здорово, я вижу ты тоже рад.
5. Очень досадно.

*Ведущий:* «Какие трудности возникли при выполнении упражнения?»

*Примечание:* возможные ответы родителей: трудно обозначить чувство, найти нужные слова.

*Ведущий:* «У меня к вам предложение: начните делать это в своём повседневном общении с ребёнком: замечайте моменты, различных переживаний подростка, когда он обижен, расстроен, боится, не хочет, рассержен, радостен... и называйте их в вашем обращении к нему».

*Заключительное слово ведущего:* «Общение с ребёнком, особенно в подростковом возрасте требует от нас определённых навыков и умений. Сегодня, вы познакомились с техникой активного слушания. Данная техника помогает выстраивать отношения с подростками, лучше понимать чувства, с её использованием **ослабевают напряжение в общении**. Таким образом, если следовать контексту нашего воображаемого фильма, мы вернулись в то место, где можно что-то поменять, а именно: вы получили знания о средствах общения, которые помогут наладить контакт с подростком, а значит, в корне поменяет сюжет киноленты. Наш подросток теперь живёт с ощущением, что мы, родители, **«за него»**.

Суть поддержки человека, находящегося в ситуации одиночества, когда «фундамент смысла жизни» из-под ног ушел - дать ему другой «фундамент», вернуть ему почву, вернуть ощущение того, что он в этом мире кому-



то нужен. Дайте этот смысл подростку, покажите, что вы его любите. Кто это делает, если не вы?

В заключение собрания мы предлагаем вам памятки по профилактике суицидального поведения среди подростков (Приложение 4) и анкеты обратной связи».

## Информационно-демонстрационное обеспечение

### Список использованной литературы

1. Алимова М.А. Суицидальное поведение подростков: диагностика, профилактика, коррекция. Барнаул, 2014. – 100 с. [Электронный ресурс] URL: <http://school5mih.ru/userfiles/files/suicide.pdf> (дата обращения: 15.04.2018).
2. Амбрумова А. Г., Постовалова Л. И. Социальные и клинико-психологические аспекты самоубийств в современном обществе. Обзор психиатрии и мед. психологии им. В. М. Бехтерева. № 1, 1991.
3. Байярд Р. Т., Байярд Дж. Ваш беспокойный подросток. — М.: Просвещение, 1991
4. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. — СПб.: Питер, 2003.
5. Бек А. Методы работы с суицидальным пациентом. «Журнал практической психологии и психоанализа» № 1, март, 2003.
6. Бурменская Г. В., Карабанова О. А., Лидере А. Г. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. — М.: Изд. МГУ, 1990
7. Вихристюк О.В. Что нужно знать родителям о подростковых суицидах? / под ред. Вихристюк О.В., – М.: МГППУ, 2015 – 77 с.
8. Гиппенрейтер Ю. Б. Общаться с ребенком. Как? —М.: МАСС МЕДИА, 1995
9. Зотов М. В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика, коррекция. – СПб.: Речь, 2006.
10. Канавина С.С. Профилактика суицидов среди несовершеннолетних путем повышения стрессоустойчивости: методические рекомендации / под ред. О.П. Ворсиной. – Иркутск: ООО ПИФ «Круг», 2015. – 176 с.
11. Конькова Н. Л. Профилактика суицида в детской среде. Сборник методических рекомендаций. – Биробиджан: ОблИПКПР, 2012.
12. Максименкова Л.И. Психолого-педагогическое сопровождение детей и подростков, находящихся в кризисной ситуации – Учебно- методическое пособие. – Псков: Псковский государственный университет, 2013. – 400 с.
13. Марковская И. А. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. - СПб.: Речь, 2003.
14. Методические рекомендации по профилактике суицидального поведения детей и подростков в образовательных организациях. Письмо Мино-

брнауки России от 18.01.2016 № 07-149 «О направлении методических рекомендаций про профилактике суицида».

15. Профилактика детского и подросткового суицида и иных социальных отклонений: МУ «Центр социально-психологической помощи детям и молодежи «Форпост», Екатеринбург 2010.

16. Синягина Н.Ю., Зайцева Н.В., Артамонова Е.Г. (ред.) Психологические аспекты детского суицида: технологии профилактики. – Сборник материалов международной научно-практической конференции. – Центр исследования проблем воспитания, формирования здорового образа жизни, профилактики наркомании, социально-педагогической поддержки детей и молодежи. – М.: АНО ЦНПРО, 2013. – 99 с.

17. Слуцкий А. С., Занадворов М. С. Некоторые психологические и клинические аспекты поведения суицидентов. «Психологический журнал». – Т. 13. №1 1992.

18. Югова Н.Л., Симакова Н.Б. Профилактика суицидального поведения подростков: рекомендации, диагностические методики, тренинги, игры и упражнения. – Глазов: Глазовский государственный педагогический институт, 2014 г. – 196 с.

Интернет ресурсы:

1. <http://www.7ya.ru>
2. «Победишь. Ру»

Раздаточный материал

Приложение 2

Фразы ребёнка	Ответ на «языке неприятия»	Ответ на «языке принятия»
Мама, дай денег		
Мама, ты, когда ссоришься с папой, ты его все равно любишь?		
Я глупый?		
Не буду читать вслух по литературе		
Почему я должна выносить мусорное ведро?		

Приложение 3

Ситуации и слова Ребёнка	Чувства ребёнка	Ваш ответ
1.«Сегодня, когда я выходила из школы, мальчишка-хулиган выбил у меня портфель и из него всё высыпалось»		
2.(Старший сын маме): «Ты всегда её защищаешь, говоришь «маленькая», а меня не жалеешь»		
3.«Сегодня на уроке математики я ничего не поняла и сказала об этом учителю, а все ребята смеялись»		
4.(Влетает в дверь): «Мама, ты знаешь я сегодня первый написал и сдал контрольную!»		
5.«Ну надо же, я забыла включить телевизор, а там было продолжение фильма!»		

Памятки

Приложение 1.

Памятка: «Вербальные (речевые) и невербальные (неречевые) проявления «языка принятия» и «языка непринятия»

«Язык принятия»	«Язык непринятия»
Оценка поступка, а не личности: «Мне кажется ты поступил нехорошо»	Негативная оценка личности: «Какой же ты лентяй», «Ты просто дубина», «Не будь тряпкой»
Похвала, комплимент, ласковые слова: «Ты, молодец», «Я рада, что ты так сделал»	Отказ от объяснений: «Отстань», «Это не твое дело»
Сравнение с самим собой: «Сегодня ты написал лучше, чем вчера»	Указание на несоответствие родительским ожиданиям: «Зря я на тебя надеялась», «Опять всё сделал не так»
Выражение заинтересованности: «Как прошёл твой день?», «Что нового?»	Игнорирование: «Успокойся», «Не обращай внимания»
Одобрение, согласие: «ага», кивок головой	Команды, приказы: «Оставь и уходи», «Убери», «Вынеси ведро»
Телесные контакты	Нотации, «лекции»: «Без конца отвлекаешься, вот и делаешь ошибки»
Улыбка, контакт глаз	Угрозы, наказания: «Я вот сейчас»
Доброжелательные интонации	Угрожающие позы

Оценка результативности.

Собрание проведено 13.06.2018 г.

В собрании приняли участие 10 родителей.

Собрание проведено в интерактивной форме. Такая форма проведения способствовала повышению интереса родителей к вопросам воспитания детей. Став членами одной группы, родители смело высказывали свое личное мнение, активно взаимодействовали друг с другом.

Анализ экспресс-анкет показал интерес к заявленной тематике, родители собираются использовать полученные знания и практические умения в повседневном общении с детьми.

Элементы данной разработки родительского собрания были использованы при проведении родительских собраний в муниципальных общеобразовательных организациях в 2017-2018 учебном году.