

План родительского собрания
Как помочь подростку стать самостоятельным
(длительность 1 час)
Для родителей подростков

Цель

- формирование у родителей потребности в воспитании самостоятельности своих детей

Задачи:

- актуализировать знания и представления родителей о потребности подростка в самостоятельности
- выделить способы поддержки для развития и укрепления самостоятельности подростка
- помочь родителям в раскрытии и актуализации собственных ресурсов и возможностей
- проинформировать родителей о телефоне доверия как о виде психологической помощи
- мотивировать родителей обращаться за помощью на телефон доверия в ситуациях воспитания и общения с детьми

1. Введение в тему (2 минуты).

В начале встречи необходимо сообщить родителям о том, что сегодняшнее собрание проходит в рамках празднования Международного дня детского телефона доверия.

Возможное сообщение ведущего: «Вот уже шестой год, начиная с 17 мая 2009 года, как Россия присоединилась к его празднованию. В рамках Международного дня детского телефона доверия по всей стране проводятся всевозможные акции, уроки доверия, классные часы и родительские собрания, во время которых дети и родители узнают не только о телефоне доверия, но и могут обсудить актуальные для них психологические темы. В этом году тема встречи звучит так: «Как помочь подростку стать самостоятельным». Во время сегодняшнего мероприятия мы бы хотели актуализировать знания и представления родителей о потребности подростка в самостоятельности, а также выделить способы поддержки для развития и укрепления самостоятельности подростка».

2. Обсуждение особенностей подросткового возраста (10 минут). Перед тем, как обсудить с родителями стремление подростков к самостоятельности, можно предложить родителям в свободном режиме поделиться своими ассоциациями, чувствами, мыслями, образами по поводу подросткового возраста.

Возможные варианты ответов: напряжение, беспокойство, кошмар, облегчение, новый этап жизни, драйв, страх, неизвестность...

После того, как родители выскажутся, ведущий говорит о том, что, как видно из вышесказанного, подростковый возраст очень противоречивый и непростой период, как для родителей, так и для детей, который может вызывать бурю разных сильных чувств. При этом, важно отметить, что порой, вспоминая собственный подростковый период (особенно если он протекал позитивно), взрослый/родитель может почувствовать ностальгию и даже зависть, так как наряду со всеми непростыми переживаниями в этом возрасте, в этот период много драйва, энергии, ощущения «я все могу», и это время самых смелых замыслов и идей.

Психологи определяют возрастной период подросткового возраста с 10 до 15 лет. Во время этого периода меняется поведение подростка, его эмоциональные

После того, как родители выскажутся и сформируется список позитивных аспектов самостоятельности ребенка для родителя, ведущий задает родителям вопрос о том, какие чувства и/или мысли возникают у них, когда они смотрят на этот список их возможностей.

Возможные варианты ответов: удивление, облегчение, сомнение, тревога, радость, скептицизм, вина...

Ведущий соглашается со всем вышесказанным и говорит о том, что, действительно, все эти «новые-старые» возможности могут и радовать, и пугать, вселять надежду и тревожить. Но в этой двойственности, как для родителей, так и для подростков есть и скрытый потенциал и ресурс, ведь эту противоречивость, двойственность испытывают и родители, и дети. А значит, у них есть намного больше общего, чем может показаться на первый взгляд. Так же как родители, с одной стороны, радуются возникающей самостоятельности ребенка, так и подросток, с одной стороны, в этот период стремится к самостоятельности, протестует против опеки и контроля, с другой стороны — он (подросток) испытывает тревогу и опасения (так же, как и родитель, но по иным причинам), сталкиваясь с новыми для него проблемами и ожидая от родителей помощи и поддержки, не всегда желая в том им признаться. Стремления, желания и чувства подростка как «в маятнике», от ярко выраженных стремлений противопоставить себя взрослым, отстаивать собственную независимость и права, до ожидания от взрослых помощи, защиты и поддержки, ощущая важность их одобрения и оценки.

В конце ведущий делает вывод о том, что это непростой период и для подростков, и для родителей, и вместе его проживать легче.

С тяжелыми, непростыми чувствами не всегда легко справиться, а уж с противоречивыми, двойственными переживаниями и подавно. И в таких случаях можно обращаться за консультацией на телефон доверия.

7. Информационный блок о телефоне доверия (5 минут).

Рекомендации для ведущего. Спросите у родителей, что они знают о телефоне доверия. Расскажите о телефоне доверия, поощряя знания родителей и дополняя

информацией из приведенного материала. Рассказывая о телефоне доверия, акцентируйте внимание родителей на выделенных ключевых моментах.

Возможное сообщение ведущего: «Телефон доверия - эта служба экстренной психологической помощи для детей и родителей, созданная специально для того, что у людей в запутанных, сложных, эмоциональных ситуациях была возможность обсудить мысли, переживания, идеи и т.д. Телефон доверия дает возможность человеку, переживающему какие-либо трудности, получить поддержку, быть понятым и принятым, разобраться в сложной для него ситуации. Телефон доверия открыт для каждого человека - любой человек имеет право быть принятым, выслушанным и получить помощь.

Психологическая помощь по телефону доверия в настоящее время очень популярна во всем мире. Родители и дети разных возрастов имеют возможность обращаться за помощью на телефон доверия, чтобы посоветоваться, получить консультацию, а порой просто «выговориться». Причем эта помощь анонимна, бесплатна и конфиденциальна. На телефоне доверия работают специалисты-психологи, прошедшие специальную подготовку.

Каждый телефон доверия работает в своем определенном режиме - круглосуточно или по расписанию. Далее необходимо проинформировать родителей о режиме работы местного и регионального телефона доверия.

Рекомендации для педагога. Разместите информацию о местном и региональном телефоне доверия в школе или кабинете, там, где она будет доступна для родителей.