**Сценарий лекции для родителей на тему:**

**«Мелодия отношений.**

**Как общаться с ребенком»**

**Материал и оборудование:** мультимедийное оборудование с возможностью демонстрации презентации, микрофон, презентер.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Текст** | **Примечания** |
| 1 | **Титульный слайд**  Добрый день, уважаемые родители! Рад(а) встрече с вами.  Меня зовут (ФИ), я – педагог-психолог школы/колледжа №. Сегодня мы поговорим о том, как найти общий язык с ребенком, уметь слышать, понимать и доверять друг другу.  Наша встреча продлится 45 минут. Важно, чтобы у нас состоялся живой, открытый разговор. Включайтесь, делитесь своим опытом, задавайте вопросы. | Установить первый контакт с аудиторией, по возможности вызвать интерес к своей персоне, к тому, как вы говорите. Найти людей, которые будут вам помогать из числа зрителей. |
| 2 | **Слайд 2**  Прежде чем мы начнем, я предлагаю вам послушать музыкальный фрагмент.  (*Проигрывание первого фрагмента)*  Что вы почувствовали при прослушивании фрагмента? Какие возникли ассоциации?  *(Собираем и комментируем ответы родителей)*  А теперь давайте прослушаем второй музыкальный фрагмент.  (*Проигрывание второго фрагмента)*  А что вы чувствуете сейчас? Какие ассоциации возникли? Что представили?  *(Собираем и комментируем ответы родителей)*  Интересно, какие разные чувства и образы у нас возникли.  Вы верно отметили, что первый фрагмент был неприятен на слух, это была настоящая какофония.  Вы пришли сегодня на лекторий по теме «Мелодия общения», а услышали дисгармонию звуков.  Это было неожиданно, согласны?  *(Собираем ответы родителей)*  Так и в жизни бывает, когда возникает недопонимание, конфликты, дисгармония в отношениях.  Второй музыкальный фрагмент другой – спокойная, легкая, приятная мелодия.  Мы дали прослушать второй фрагмент детям. Давайте узнаем, что они услышали. | Предъявляя музыкальные фрагменты, поощряйте родителей высказывать  свое мнение, делитесь тем, что вы сами почувствовали и образами, которые у вас возникли. |
| 3 | **Слайд 3**  *Просмотр видеосюжета* №1 из презентации Лектория (Приложение 1) |  |
| 4 | **Слайд 4**  Музыка передает наши эмоции и настроение. Какие теплые чувства вызвала в детях мелодия! Они говорят о том, что эта музыка ласковая, добрая, нежная. Они нарисовали бы море, небо, цветы, семью. Это произведение П.И. Чайковского «Мама» – настоящая гармония звуков.  И сегодня мы поговорим о том, как превратить общение с ребенком в мелодию.  А мелодия – это что? Это последовательность звуков. А звуки – это ноты. | Важно выделить голосом слово «мама». |
| 5 | **Слайд 5**  И сегодня мы с вами обсудим 7 нот общения с ребенком –  семейные **традиции**, **любовь**, как основа отношений в семье, **границы и правила**, которые должны быть даже в самой любящей семье, **пример** родителей, который скажет больше, чем слова, ну и, конечно, как **поддержать** ребенка, выстраивая **диалог** и **принимая** его таким, какой он есть. |  |
| 6 | **Слайд 6**  ***Первая нота «До» – традиции***  Какие традиции или ритуалы есть в вашей семье?  *(Собираем и комментируем ответы родителей. Можно привести личный пример)*  Спасибо, что поделились. Действительно, в каждой семье есть свои традиции. Давайте посмотрим на слайд, вы видите облако тегов, наиболее популярные ответы выделены крупным шрифтом, это подготовка к праздникам, ужин в кругу семьи, настольные игры, семейный фотоальбом, кино в субботний вечер или оладушки на завтрак в выходной.  Традиции – это то, что делает нас ближе друг к другу, а ежедневный ритуал (например, оставить записку с пожеланиями дня) – это способ сказать ребенку: «Я тебя люблю».  ***А что будет, если нота фальшивая?*** Что, если в семье нет никаких традиций?  *(Собираем ответы, комментируем)*  Ребенок будет чувствовать, что каждый сам по себе.  Если в семье еще нет традиций или ритуалов, нужно их придумать! Традиции дают чувство безопасности, создают особую теплую атмосферу, а также могут стать отличным поводом для встреч, проявления заботы и любви. И мы переходим к следующей ноте. | Делитесь своим опытом искренне. |
| 7 | **Слайд 7**  ***Вторая нота – «Ре». Любовь***  Как ребенок понимает, что родители его любят?  *(Собираем ответы родителей)*  Да, верно, когда о нем заботятся, с ним проводят время, поддерживают, хвалят, жалеют, помогают. Любовь родителя – ресурс, который помогает преодолевать ребенку трудности, быть самостоятельным, это точка опоры для него на всю жизнь.  ***А что будет, если нота фальшивая?***  Ребенок не чувствует, что его любят. А ему важно чувствовать, слышать, что он любим.  Когда вы сегодня придете домой, скажите своему ребенку, что вы его любите.  Каким вырастит ребенок, если он не чувствует, что его любят?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, таким детям сложно будет в будущем выражать любовь к другим людям, построить здоровые близкие отношения, им сложно принимать себя, они могут вести себя агрессивно или даже жестоко по отношению к другим.  Любовь – главная составляющая отношений с ребенком, но любовь не значит вседозволенность, когда ребенку можно все, в ущерб потребностям других.  И мы переходим к следующей ноте. | Подчеркните, что ребенку важно слышать, что его любят. |
| 8 | **Слайд 8**  ***Нота «Ми». Границы и правила***  Зачем нужны границы и правила в общении?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Наличие правил и границ дают ощущение безопасности в общении и отношениях.  Как сделать общение безопасным?  Важно быть последовательными, обсудить с ребенком правила. Они могут касаться пространства, личных вещей, общения, взаимоотношений.  Важно открыто говорить о проблемах, чтобы у каждого была возможность высказать свое мнение и, как результат, быть услышанным.  Важно уважать личное пространство друг друга, устанавливать и соблюдать границы. Границы обеспечивают безопасность и ребенка, и родителя, и других членов семьи.  Когда в семье нет четких правил и границ, ребенок не видит как личных границ, так и границ других людей, не знает, как правильно поступать.  Расставляя границы, взрослым иногда приходится говорить «нет». | Подчеркните, что нужно не только договариваться, а устанавливать правила. |
| 9 | **Слайд 9**  ***Как сказать «нет» ребенку?***  Самое важное – сохранять спокойствие, позицию взрослого во время разговора. Спокойно, не повышая голоса, поговорите с ребенком, выскажите свою точку зрения.  Затем объясните причину отказа. Для каждого возраста будут актуальны свои аргументы. Для ребенка младшего возраста можно привести примеры из мультфильмов или книг.  Далее предложите решение, которое может стать альтернативой, обсудите его с ребенком.  Очень часто мы, взрослые, бываем категоричны и «берем» ***фальшивую ноту*** – выражаем отказ резко, с криком или угрозой: «не смей», «это не обсуждается», «будет так, как я сказала» и пр.  А ведь как важно найти нужные слова и понять, когда и как сказать «нет», а когда – договориться, прийти к общему решению.  Как сделать ребенка своим союзником? Иногда хорошо работает правило трех «да». Что это значит? Найдите то, с чем вы оба согласны. Задайте три последовательных вопроса, на которые ребенок ответит утвердительно. При этом первый вопрос – общий взгляд на ситуацию, а последний – самый конкретный. Учите его рассуждать и думать о последствиях своего выбора.  *Разберем пример. Подросток 14 лет просит разрешить ему провести выходные в малознакомой компании*.  Вопрос 1. Для тебя сейчас важно общаться и проводить время с друзьями, не так ли?  Вопрос 2. Друзья, в отличие от знакомых, – это люди, которых ты хорошо знаешь, на них можно положиться. Так?  Вопрос 3. Ты ведь сама понимаешь, что провести два дня в обществе малознакомых ребят небезопасно?  Важно бережно относиться к чувствам ребенка, где-то договариваться, в чем-то настаивать, иногда что-то запрещать, так как ребенок в силу недостатка жизненного опыта не может видеть всех последствий ситуации.  Личным примером мы показываем, что границы нужно соблюдать. Если мы соблюдаем границы ребенка, то и ребенок соблюдает наши. | Подчеркните, что важно уметь говорить «нет» и делать это с позиции заботливого взрослого – не повышая голос и принимая ребенка.  Здесь важно не «провалиться» в дискуссию и обсуждение конкретных ситуаций. Любой случай требует индивидуальной консультации. |
| 10 | **Слайд 10**  ***Нота «Фа». Личный пример***  Что еще мы передаем нашим детям своим примером?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, вы правы, мы передаем наше отношение к жизни, показываем, как вести себя в разных ситуациях, как реагировать на свои неудачи, как относиться к другим.  Важно, чтобы наши слова и наши действия совпадали. Если мы говорим одно, а сами поступаем с точностью до наоборот, то ребенок получает два противоположных послания – слышит ***фальшивую ноту*** и в итоге не знает, как нужно поступать.  Ребенок, как правило, копирует наше поведение, очень часто бывает так, что неприятные слова, которые мы слышим от наших детей, изначально сказали когда-то им мы сами. Давайте посмотрим видеоролик. | Личный пример рассматривается в 2-х ситуациях:1) родители сами должны придерживаться тех же ценностей, о которых говорят ребенку;  2) ребенок копирует наше поведение. |
| 11 | **Слайд 11**  *Просмотр видеосюжета* №2 из презентации Лектория (Приложение 1) |  |
| 12 | **Слайд 12**  В жизни так часто случается – как аукнется, так и откликнется. В общении с ребенком важно подбирать правильные слова. И мы поговорим о поддержке.  ***Нота «Соль». Поддержка***  Каждый ребенок нуждается в словах поддержки, но бывает и так, что мы пытаемся поддержать ребенка, а в ответ он обижается или говорит, что его не понимают. Почему так происходит? Поддержка может быть разной.  Мы можем присоединиться (выразить понимание, что ребенок чувствует), указать на сильные стороны ребенка, обозначить плюсы ситуации или предложить помощь.  Сейчас я предлагаю поиграть. На экране появятся две фразы, вам нужно угадать, какая них будет поддерживающей, а какая – нет.   * Итак, присоединение. И мы видим две фразы – «Я тебя понимаю» и «У меня было еще хуже, ты даже не представляешь, как мне было тяжело». Какая из них является поддержкой? Или обе?   *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Почему вторая фраза не поддерживает ребенка?  *Собираем ответы родителей.*  Да, вы правы, в попытках поддержать ребенка мы иногда «перетягиваем» одеяло на себя, увлекаемся собственными примерами, и фокус внимания с ребенка смещается на нас самих или других людей («А вот у моей знакомой знаешь, что с сыном произошло…»)   * Второй способ поддержки – указание на сильные стороны ребенка.   «Ну и что, что ты самый низкий в классе, зато ты волонтер, помогаешь другим»; «Ты сильный, ты справишься». Какая фраза является поддержкой?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, верно, это вторая фраза. Первая фраза о том, что ребенок активный и помогает другим, не имеет отношения к его переживаниям относительно своего роста.  Важно поддержать ребенка в конкретной ситуации, которая волнует ребенка.   * Третий способ поддержки – указание на положительные стороны ситуации, ее плюсы. Рассмотрим две фразы: «Теперь у тебя есть опыт, хорошо, что это произошло сейчас». Или: «Это вообще не проблема».   Какая фраза поддержит ребенка?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, вы правы, первая фраза. Во втором случае мы обесцениванием ситуацию – мне бы твои проблемы, это вообще не стоит переживаний и т.д.   * Четвертый способ поддержать – предложить помощь.   В первом случае – «Я поговорю с твоими одноклассниками», во втором – «Чем я могу тебе помочь?». Какая фраза поддержит ребенка?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, верно, вторая. Старайтесь избегать принятия решений за ребенка.  Главное, чтобы ребенок чувствовал, что его понимают, чтобы он не оставался один на один со своими проблемами. Для этого необходима поддержка. А поддержки без диалога не бывает. И мы переходим к следующей ноте. | Важно объяснить, в каких ситуациях слова поддерживают, а в каких – нет. |
| 13 | **Слайд 13**  ***Нота «Ля». Диалог***  А как выстроить диалог с ребенком? Важно задавать открытые вопросы. Закрытые вопросы предполагают ответ «да» или «нет». Например, я спрошу: «У вас все в порядке?»; «Вы обедали?» Что вы на это ответите?  *(Ответы родителей)*  Да, в ответ мы получаем «да» или «нет». Это просто обмен информацией (например: «Уроки сделал?»)  Открытые вопросы предполагают развернутый ответ: что в школе понравилось? Какой урок был самый интересный сегодня и почему?  Также важно применять приемы активного слушания. Сесть рядом, слушать внимательно, смотреть в глаза, кивать, делать паузы, выражать сочувствие («Вижу, как тебе это неприятно»). Более подробно узнать об искусстве слышать своего ребенка можно из книги Ю.Б. Гиппенрейтер «Общаться с ребенком. Как?»  Если нет диалога, ребенок чувствует, что его не слышат.  А мы с вами поговорим о приеме, который помогает нам стать ближе к ребенку – Я-сообщении. Это высказывание о том, что вы чувствуете, при этом вы не даете оценки ни ситуации, ни ребенку. | Задача – познакомить с техниками общения без глубокого погружения. |
| 14 | **Слайд 14**  Я-сообщение строится по формуле: «Я чувствую…, когда…, потому что…, я хотела бы, чтобы...»  Давайте посмотрим, как с помощью Я-сообщения можно реагировать в следующей ситуации: «Дочь 15 лет поздно вернулась домой, заранее не предупреждала, что задержится, на телефон не отвечала».  Ты-сообщение будет звучать так: «Бессовестная, сил моих больше нет, завтра вообще никуда не пойдешь».  Как вы думаете, что скажет дочка в ответ?  *(Ответы родителей)*  Да, вы правы, скорее всего это будет началом конфликта.  Давайте посмотрим, как составить Я-сообщение: «Я волнуюсь, когда ты приходишь поздно и не предупреждаешь об этом, потому что мне важно понимать, что с тобой все в порядке. Я бы хотела, чтобы ты заранее предупреждала в таких ситуациях».  Как вы думаете, как отреагирует девочка?  *(Ответы родителей)*  Вы видите разницу? Ситуация одна, но реагировать мы можем по-разному. Но тут важно избежать ошибок – оскорблений, обвинений во второй части Я-сообщения.  Давайте потренируемся? | Важно подчеркнуть, что эта техника – шаг к пониманию, а не способ манипуляции и не «волшебная палочка» (вот я так скажу, и он сразу сделает так, как я сказала). |
| 15 | **Слайд 15**  Ситуация: «Сын 8 лет отказывается ложиться спать, просит поиграть еще полчаса». Поднимите руки те, кто сталкивался с подобной ситуацией. Как поговорить с ребенком?  Я чувствую…  Как можно продолжить фразу?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Когда…  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Потому что… Какие последствия могут быть у этой ситуации?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Яхотела бы…Что можно предложить?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Как вы думаете, как отреагирует ребенок?  *(Собираем ответы)*  Когда мы говорим открыто о своих чувствах, ребенок тоже этому учится. Даже если у вас с ребенком есть диалог, установлены границы, это не значит, что есть принятие. | Здесь важно, чтобы было несколько вариантов ответов. |
| 16 | **Слайд 16**  ***Нота «Си». Принятие***  Что значит принимать ребенка? Скажите одним словом.  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Когда ребенка принимают, он вырастет с ощущением, что он ценен сам по себе, независимо от его оценок, достижений, успехов или неудач.  Как стать принимающим родителем?  *(Собираем ответы родителей, комментируем результаты)*  Да, вы правы, важно, чтобы наши ожидания соответствовали возможностям ребенка. Важно также отмечать положительные моменты, то, что у ребенка получается хорошо. А если что-то не получается, важно разобраться, почему так происходит, и найти подходящее решение. Если этого не происходит, ребенок чувствует, что его не ценят.  Важно быть рядом с ребенком. А сами дети нуждается в этом? Давайте послушаем, что они скажут. |  |
| 17 | **Слайд 17**  *Просмотр видеосюжета* №3 из презентации Лектория (Приложение 1) |  |
| 18 | **Слайд 18**  Дети говорят о доверии, взаимопонимании, диалоге, о том, что важно слушать и слышать друг друга. Это то, о чем мы с вами говорили сегодня. Всего 7 нот мелодии общения. Как порой трудно, но очень важно правильно сыграть эти ноты.  На слайде вы видите QR-код с памяткой-рекомендациями (Приложение 2) для вас. |  |
| 19 | **Слайд 19**  Уважаемые родители, спасибо, что сегодня вы были с нами. Я получил(а) удовольствие от общения с вами, надеюсь, это взаимно.  На слайде указана контактная информация, телефоны доверия и другие ресурсы получения психологической помощи. Если возникнут вопросы, вы можете всегда ко мне обратиться.  С наступающим Днем матери! Всего вам доброго, пусть ваше общение с ребенком будет приятной мелодией! |  |