

**Классный час 5 класс  
(первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Алипцева Надежда Викторовна,**  
*учитель математики высшей категории, классный руководитель*

Разработка классного часа по сплочению коллектива  
«Кораблекрушение»  
(на посвящение в Академики нам подарили модель нашего класса- корабля)  
для учащихся 5 класса  
2017-2018 учебный год

Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности, тренинг коммуникативных навыков.

**Цель:**

- создание благоприятного психологического климата в классном коллективе,
- Научиться и разделять эмоциональные состояния других людей.
- Развивать способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли».
- Научиться качественно общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

**Ход классного часа**

В одном селе умирал глава большой семьи. Он попросил принести веник и предложил своим сыновьям сломать его. Каждый попытался, но хотя все они были сильные люди, ни одному не удалось справиться. Тогда отец попросил разрезать проволоку, связывающую веник, и предложил сыновьям сломать рассыпавшиеся прутья. Они с легкостью сделали это. Отец сказал: "Когда меня не будет, держитесь вместе, и любые испытания вам не страшны. А поодиночке вас легко сломать как эти прутья".

Что имел в виду глава семьи? Какой основной смысл этой притчи? Какой класс можно назвать дружным? А можно ли наш класс назвать дружным? Почему? Сегодня мы посмотрим, насколько дружен наш классный коллектив и сможем ли мы действовать сообща в сложных ситуациях.

Давайте представим, что мы дрейфуем на яхте в южной части Тихого океана. В результате пожара яхта начинает наполняться водой.

Как вы думаете, сможете ли вы действовать сообща, сплоченно? Как вы оцениваете свои шансы спастись именно с этой группой. Сейчас я предлагаю вам оценить свои шансы на выживание от 1-5. Давайте закроем глаза и по моей команде покажите на пальцах количество баллов.

Итак, вода постепенно заполняет наш корабль. Экипажу необходимо спустить на воду небольшой плот с самыми необходимыми вещами. Ваша задача из предложенного списка выбрать всего 7 предметов, помните, что яхта тонет - нужно торопиться!

1. Посуда.
2. Ракетница.
3. Тёплые вещи.
4. Мясные консервы.
5. Канистра с питьевой водой.
6. Аптечка.
7. Винтовка с запасом патронов.
8. Деньги, золото.
9. Документы.
10. Спасательный жилет.

Итак, наш корабль постепенно заполняется водой, для того чтобы выжить нам необходимо добраться до небольшого островка, который уже виден впереди. Мы

воспользуемся шлюпками. Итак, первым в шлюпку спустился .....Он может взять с собой одного человека, но только продолжив фразу: «Я возьму тебя за то что...» (Далее по цепочке)

Итак, все уже в спасательных шлюпках. В каждой шлюпке оказалось 11 человек, однако они рассчитаны всего на семерых. Ваша задача добраться до острова, передвигая стулья, но при этом не уронив никого в пучину т.е.не ступая на пол.

Вы добрались до острова. Все спасены! Однако вода поднимается и размеры острова постепенно уменьшаются. Вам необходимо всем уместиться на острове.

На горизонте виднеется корабль. Это наш последний шанс, поэтому нужно привлечь его внимание. Подумайте, как вы будете делать это и кто за что будет отвечать, но так чтобы было задействовано максимальное количество человек.

А сейчас я попрошу вспомнить начало классного часа, когда вы оценивали свои шансы на выживание. Подтвердились ли ваши ожидания или изменились?

А сейчас посмотрите на доску. Здесь вы видите карту островов. В соответствии с чувствами и эмоциями разместите ваш кораблик на одном из островов

- Остров страха
- Остров уверенности
- Остров дружбы
- Остров невезения
- Остров неуверенности
- Остров безразличия

**Классный час 5 класс  
(первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Алипцева Надежда Викторовна,**  
*учитель математики высшей категории, классный руководитель*

**Классный час для 6 класса  
2018-2019 учебный год**

**ТЕМА: «Люди существуют друг для друга»**

#### **Цели и задачи:**

1. Помочь детям осознать различия в отношениях между людьми с разными мировоззренческими позициями.
2. Развивать умение вести конструктивную дискуссию:
  - а) работать с текстом;
  - б) высказывать свою точку зрения и при этом считаться с мнением других.
3. Продолжать мягкое корректирование воспитанности ребенка через вовлечение его в ценностную палитру новых для него отношений.
4. Диагностировать социальное развитие учащихся.
5. Вызвать положительные эмоции у каждого из участников игры.

#### **Занятие:**

##### **1. Вступительное слово учителя.**

**Люди существуют друг для друга**  
(учимся общению)

**Цель:** Помочь учащимся понять необходимость и ценность общения. Сформировать представления о правилах общения.

**Форма:** Диалог с элементами тренинга.

**Информация к размышлению:**

##### **Ход классного часа**

##### **1. Вступительное слово учителя.**

Учиться жить среди людей, уметь общаться, так же важно, как изучать математику или физику, покорять горные вершины или исследовать морские глубины.

И если вы хотите прожить нормальную, полноценную жизнь, без умения жить, в согласии с другими людьми не обойтись, а для этого **необходимо учиться общению**. Наш классный час сегодня мы посвятим проблемам общения и взаимодействия друг с другом. Это не всегда просто. Но очень интересно!

Но для начала мне хотелось бы выяснить, хотите ли вы со мной общаться?

## **2. Разминка. Игра «Ладони»:**

- если вы очень хотите со мной общаться, то покажите 2 ладони;
  - если вы просто согласны на общение, то покажите 1 ладонь;
  - если вы по какой-то причине вообще не хотите общаться, то не поднимайте руки.
- ( *Большое спасибо за Вашу искренность* )

Обратите внимание на эпиграф классного часа.

Выскажите свое отношение к словам Марка Аврелия «Люди существуют друг для друга»

## **3. Слово ВЗАИМОДЕЙСТВОВАТЬ означает действовать сообща .**

Сейчас мы попробуем провести знакомую **игру «Счёт»**.

Ребята в кругу. Произвольный счёт от 1 до 30. Если цифру произносят 2 и более человека сразу, то счёт начинаем сначала.

Сложно! Необходимы правила!

(посчитать по порядку, через одного, желающий назвать цифру – поднимает руку и т.д.)  
Тот кто называет цифру берёт кусочек открытки

**4. Правила помогли нам выполнить задание до конца. Взаимодействуя друг с другом, не нарушайте правила, которые существуют в обществе!**

## **Игра «Пазлы» (формирование групп)**

### **5.Смысловая поддержка.**

Сейчас мы поработаем в группах. У вас на партах лежат положения, взятые из мировых религий. Подумайте, о чём говорится в каждом из них. Передайте эти мысли своими словами.

- «Не делай другому того, от чего больно тебе».
- «Во всём, как хотите, чтобы с вами поступали люди, так поступайте и вы с ними».
- «Считай успех соседа своим успехом, а потерю соседа своей потерей».
- «В счастье и страдании, в радости и горе мы должны относиться ко всем существам, как относимся к самим себе».

- Давайте обобщим. Каков общий смысл всех этих высказываний?

*Люди должны быть снисходительными друг к другу, терпимее, уважать мнение других.  
Люди должны быть ТОЛЕРАНТНЫМИ и ВНИМАТЕЛЬНЫМИ.*

## **6. Качества, необходимые для общения (работа в группах)**

У вас на столах файлы. В них перечислены различные качества человека. Попробуйте выбрать 5 качеств, которые помогают человеку в общении:

1. Снисходительность, злорадство, эгоизм, конфликтность, доброта, уважение, понимание, миролюбие, бессердечность, сострадание, великодушие, бестактность.
2. Доброта, сердечность, хвастовство, равенство, грубость, милосердие, зазнайство, сострадание, благосклонность, уважение, великодушие.

3. Миротлюбие, бессердечность, прощение, равенство, уважение, милосердие, вспыльчивость, диалог, сердечность, конфликт, великодушие.

4. Поддержка, миротлюбие, сотрудничество, равенство, сострадание, скупость, ложь, согласие, зависть, милосердие, великодушие, доброта.

- Подумайте, а все ли мы обладаем этими качествами? Все ли мы можем спокойно выслушать друг друга? Поддержать в трудную минуту, понять непохожих на нас людей, разрешить конфликты мирным путём?

- А можем ли мы изменить себя? Можем ли воспитать в себе те качества, о которых сегодня говорим? Как мы можем это сделать?

- А где в первую очередь мы должны проявлять такт и терпение по отношению друг к другу друг к другу?

***В повседневном общении.***

**7. Давайте познакомимся с памяткой (правилами культурного общения)**

- ❖ Уважай собеседника.
- ❖ Будь тактичен.
- ❖ Не унижай собеседника.
- ❖ Не принижай достоинств собеседника, не ставь его в неловкое положение.
- ❖ Будь внимателен к собеседнику.
- ❖ Умей слушать и слышать собеседника, не перебивай его.
- ❖ Стремись к взаимопониманию.

- Скажите, какие правила здесь самые важные и почему?

**Классный час 7 класс  
(первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Бибик Светлана Валентиновна,  
учитель немецкого языка высшей категории, классный руководитель**

**ТЕМА: «Общение между людьми»**

**Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности  
(знакомство с основными понятиями)**

**Цели:**

- Научиться и разделять эмоциональные состояния других людей.
- Развивать способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли».
- Научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

**Теоретическая часть тренинга. Знакомство с новыми понятиями.**

Для того, чтобы эффективно общаться с другими людьми, мы должны представлять и разделять их эмоциональные состояния, уметь поставить себя на их место, проникнуть в их переживания. Это позволяет человеку грамотно общаться с людьми, получать удовольствие общения. Мне хотелось, чтобы вы научились получать удовольствие от общения. Общение, даже с незнакомым или неприятным вам человеком, перестало быть для вас тяжёлым трудом, а стало интересным и увлекательным процессом. Давайте познакомимся с новыми понятиями: «аффилиация» и «эмпатия».

**Аффилиация** – стремление человека быть в обществе других людей. У каждого есть потребность в аффилиции. Благодаря этой потребности люди вступают в социальные

отношения. Потребность в ней усиливается в стрессовых ситуациях. Блокирование этой потребности вызывает чувство одиночества, отчужденности, порождает и усугубляет стресс. Аффiliation неразрывно связана с эмпатией.

**Эмпатия** – постижение эмоционального состояния другого человека, умение сопереживать. В структуре эмпатии выделяют различные компоненты: физиологический, кинестетический, аффективный, когнитивный и мотивационный. Эмпатию принято рассматривать как:

- процесс переживания эмоционального состояния другого в ответ на его эмоциональное поведение;
- понимание внутренней жизни другого человека, способность встать на его позицию, сохранив при этом свою.

**Эмпатия** – «это способность воспринимать внутренний мир другого без потери своего» (К. Роджерс)

### **Практическая часть тренинга.**

Наше занятие сегодня мы проводим с использованием световых столов для рисования песком. Дети встают к столам парами.

#### **1. Описание своих эмоций и умение услышать собеседника.**

В качестве вступительной части занятия для знакомства с песком и с партнером, мы выбираем игру «Отпечатки рук».

На ровной поверхности песка ребята и учитель по очереди делают отпечатки кистей рук: внутренней и внешней стороной. Важно задержать руку на песке, слегка вдавив ее, и прислушаться к своим ощущениям. Учитель начинает игру, рассказывая о своих ощущениях: «Мне приятно. Я чувствую прохладу (или тепло) песка. Когда я двигаю руками, я ощущаю маленькие песчинки. А что чувствуешь ты?» Учитель обращается с этим вопросом к ребенку, стоящему рядом с ним. Теперь, когда ребенок получил образец проговаривания своих ощущений, он попробует сам рассказать о том, что чувствует. Дети могут отвечать все по очереди, или выборочно, по желанию. Не беда, если в начале игры, ребенок в точности воспроизводит ваши слова, передавая свои ощущения. Постепенно, накапливая свой чувственный опыт, он научится передавать свои ощущения и другими словами.

Далее учитель переворачивает свои руки ладонями вверх: «Я перевернул руки, мои ощущения изменились, чувствую шероховатость песка, по-моему, он стал чуть холоднее. А что чувствуешь ты? Мне не очень удобно держать так руки. А тебе?» Не исключено, что ощущения учителя и ощущения детей будут не совпадать.

Если у ребенка похожие ощущения, можно обсудить: что лучше сделать, чтобы их изменить. Можно подвигать руками, поскользнуть ладонями по поверхности песка, выполняя зигзагообразные и круговые движения (как машинки, змейки, санки и др.), выполнить те же движения, поставив ладонь на ребро, пройтись ладошками по проложенным трассам, оставляя на них свои следы, - создать отпечатками ладоней, кулачков, костяшками кистей рук, ребрами ладоней всевозможные причудливые узоры на поверхности песка, попытаться найти сходство узоров с объектами окружающего мира (ромашка, солнышко, дождевики, травки, дерево, ежик и пр.), пройтись по поверхности песка отдельно каждым пальцем поочередно правой и левой рукой, потом - одновременно (сначала только указательным, потом средним, затем безымянным, большим, и наконец, мизинчиком), затем можно группировать пальцы по два, по три, по четыре, по пять. Здесь уже ребенок может наблюдать загадочные следы. Как хорошо вместе пофантазировать: чьи они? Поиграть по поверхности песка, как на клавиатуре пианино или компьютера. При этом, двигаются не только пальцы, но и кисти рук, совершая мягкие движения вверх-

вниз. Для сравнения ощущений можно предложить ребенку проделать то же упражнение на поверхности стола.

Ребята, включаясь в игру, начинают делиться своими ощущениями с партнерами по световому столу или другими ребятами. Эти незатейливые упражнения помогут нам стабилизировать эмоциональное состояние учащихся.

Также мы учим ребенка прислушиваться к себе и проговаривать свои ощущения. Ребенок получает опыт рефлексии, учится понимать себя и других. Так закладывается база для дальнейшего формирования навыков позитивной коммуникации.

### **Итоги упражнения. Обсуждение в группе:**

1. Что вы узнали нового о своих ощущениях и эмоциях? Почему вы испытываете разные эмоции в различных ситуациях? От чего они зависят?
2. Какие выводы можно сделать о возникновении и зависимости эмоций от явлений в окружающем мире?

### **2. Распознавание настроения другого человека.**

На данном этапе мы выбираем игру "Настроение". Она направлена на развитие умения описывать свое настроение и распознавать настроение других. Учитель предлагает детям поведать остальным о своем настроении: его можно изобразить при помощи сюжета рисунка. Все зависит от фантазии учащегося.

Когда рисунки готовы, сосед справа описывает настроение своего одноклассника слева, и наоборот. Остальные учащиеся могут присоединиться к беседе. Автор рисунка подтверждает или отрицает правильность догадки.

Немного видоизменяем ход игры: участник игры описывает при помощи рисунка настроение своего соседа... Сосед, в свою очередь, по окончании рисования оценивает правильность определения его настроения.

### **Работа в группе.**

После завершения работы в группе проводится обсуждение:

- Легко ли понять эмоциональное состояние другого человека?
- Правильно ли вы определили настроение другого человека?
- В чем возникла трудность?
- Какие советы вы можете дать другим одноклассникам по определению эмоционального состояния человека?

Цель нашего занятия по рисованию песком на световых столах состоит в том, чтобы помочь преодолеть равнодушное или отчужденное отношение к сверстникам, увидеть в них не противников и конкурентов, а близких людей, заметить их положительные качества ...

### **Заключение**

Как вы считаете, получили вы сегодня полезную информацию?

Какой вывод вы можете сделать?

**Классный час 8 класс  
(второй год ОЭР)**

**Автор-составитель: Бибик Светлана Валентиновна,  
учитель немецкого языка высшей категории, классный руководитель**

**ТЕМА: «Общение между людьми»**

**Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности  
(знакомство с основными понятиями)**

### **Цели:**

- Научиться и разделять эмоциональные состояния других людей.
- Развивать способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли».
- Научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

### **1. Теоретическая часть.**

Учитель напоминает ученикам понятие «эмпатия».

Эмпатия - понимание чувств других людей и готовность оказать им эмоциональную поддержку. Эмпатия предполагает способность поставить себя на место другого человека, способность к сопереживанию, способность воспринимать внутренний мир другого точно с сохранением эмоциональных и смысловых оттенков.

### **2. Практическая часть.**

Наше занятие мы проводим на световых столах для рисования песком.

1. В качестве вступительной части учитель предлагает выполнить упражнение "Зеркало", которое направлено на развитие умения понимать и передавать свои и чужие эмоции. Дети делятся на пары, встают лицом друг к другу и смотрят друг другу в глаза. Один ученик начинает выполнять какое-нибудь движение, другой его повторяет в зеркальном отображении. Затем учитель предлагает детям в жестах и мимике передавать разные эмоциональные состояния: грусть, радость, страх, боль, отвращение и т. д. Учащиеся попеременно изображают всевозможные эмоции, а также определяют их.

Это упражнение мы разнообразим и используем в игре при рисовании песком. Один ребенок рисует, второй в точности пытается повторить все его движения и скопировать рисунок, затем они меняются ролями...

### **Итоги упражнения:**

После завершения игры ответьте, пожалуйста, на следующие вопросы:

1. Легко ли повторять движения человека?
  2. А угадывать и повторять эмоции?
  3. Какие эмоции самые легкие?
  4. А какие самые сложные?
  5. Что было легко?
  6. Что было самым сложным?
  7. Помогло ли мне это упражнение лучше узнать партнера по игре?
2. Следующая наша игра "Угадай-ка" отлично подходит как для работы в парах, так и в группах, мы же играем в группе. Учащиеся встают вокруг световых столов, чтобы было удобно ходить вокруг них.

Учитель предлагает каждому ребенку нарисовать только один характерный элемент задуманного животного, далее переходить от стола к столу по кругу и дополнять увиденное им на следующем столе животное также только одним элементом. Лишь в конце игры дети озвучивают задуманное животное и сравнивают его с получившимся. После обсуждения историй преобразования животных учитель предлагает детям дать имя животному и рассказать от его имени о своих мыслях и чувствах.

### **Итоги упражнения:**

1. Легко ли угадать по одному элементу задуманное животное?
2. Можно ли судить о целом по одной детали?
3. Легко ли описать чувства и мысли по внешнему виду животного/человека?
4. Какие эмоции вы испытывали, будучи «необычным» животным?

5. Какие решения вы приняли по окончании упражнения?

**Классный час 9 класс  
(первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Дунаева Эльмира Хабдильрауфовна,  
Учитель английского языка высшей категории, классный руководитель**

**ТЕМА: «Общение между людьми»**

**Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности  
(знакомство с основными понятиями)**

Цели:

- Научиться и разделять эмоциональные состояния других людей.
- Развивать способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли».
- Научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

**Теоретическая часть тренинга. Знакомство с новыми понятиями.**

Для того, чтобы эффективно общаться с другими людьми, мы должны представлять и разделять их эмоциональные состояния, уметь поставить себя на их место, проникнуть в их переживания. Это позволяет человеку грамотно общаться с людьми, получать удовольствие общения. Мне хотелось, чтобы вы научились получать удовольствие от общения. Общение, даже с незнакомым или неприятным вам человеком, перестало быть для вас тяжёлым трудом, а стало интересным и увлекательным процессом. Давайте познакомимся с новыми понятиями: **«аффилиация» и «эмпатия».**

**Аффилиация** – стремление человека быть в обществе других людей. У каждого есть потребность в аффилиции. Благодаря этой потребности люди вступают в социальные отношения. Потребность в ней усиливается в стрессовых ситуациях. Блокирование этой потребности вызывает чувство одиночества, отчуждённости, порождает и усугубляет стресс. Аффилиация неразрывно связана с эмпатией.

**Эмпатия** – постижение эмоционального состояния другого человека, умение сопереживать. В структуре эмпатии выделяют различные компоненты: физиологический, кинестетический, аффективный, когнитивный и мотивационный. Эмпатию принято рассматривать как:

- процесс переживания эмоционального состояния другого в ответ на его эмоциональное поведение;
- понимание внутренней жизни другого человека, способность встать на его позицию, сохранив при этом свою.

Эмпатия – «это способность воспринимать внутренний мир другого без потери своего» (К. Роджерс)

**Практическая часть тренинга.**

### **1. Создание эмоционального словаря**

**Описание:** учитель представляет упражнение, сообщая, что создание словаря для разных эмоций и ощущений поможет создавать эффективные предложения для выражения чувств. Эмоции можно разделить по категориям: позитивные, болезненные (негативные) и нейтральные. Позитивными могут считаться счастье, возбуждение, умиротворенность, спокойствие, надежда. Негативными — страх, злость, вина, грусть, пустота, заниженная самооценка, отчаянье. Нейтральными — удивление, любопытство, интерес.

В свою очередь болезненные эмоции можно разделить на тяжелые и легкие. Тяжелыми могут быть гнев, фрустрация, раздражение, в то время как легкие — это печаль, вина, пустота, низкая самооценка

Учитель просит взять лист бумаги и записать все эмоции и ощущения, которые ученики переживают на протяжении дня. Для этого учитель просит составить список всех действий и дел, например, проснулся, привел себя в порядок, сделал зарядку, оделся, почувствовал запах кофе, ехал на школу, услышал спор людей, услышал смех людей, вошел в класс, сел за парту, слушал учителя, выполнил задание, пообедал, увидел родителей, поиграл с друзьями, поужинал, пошел спать. Даже мелкая деятельность имеет значение. Дело в том, что любая смена деятельности так или иначе меняет чувства, настроение и эмоции. Далее учитель просит рядом с каждой деятельностью записать эмоцию, которую ученик испытал.

**Итоги упражнения.**

3. Что вы узнали нового о своих эмоциях и ощущениях?

4. Какие выводы можно сделать относительно взаимосвязи конкретных эмоций с конкретной деятельностью? Почему вы испытываете позитивные эмоции в одной ситуации и негативные в другой?

## **2. Распознавание эмоций и мыслей**

**Описание:** в этом упражнении учитель предлагает ученикам закончить предложение, начинающееся со слов «я чувствую...», за которым следует эмоция. Ученик может пользоваться словариком эмоций, составленным в первом упражнении.

**Примеры:**

- Я чувствую себя счастливым, когда вижу своего друга.
- Я прихожу в восторг, когда рисую.
- Я чувствую себя грустным, когда понимаю, что наступает осень.

Учитель напоминает, что мысль, в отличие от эмоции, выражается словосочетанием «я чувствую» в контексте «я думаю», «я полагаю». Например, когда вы произносите «я думаю играть на гитаре интересно», то это ваше мнение, ваша мысль, но не эмоция.

**Итоги упражнения:**

- Какая разница между мыслью и ощущением?

Мысль — это идея и мнение, ощущение — эмоция.

## **3. Создание предложений**

**Описание:** задача учеников — создать предложение, имея шаблон и подставляя свой готовый список эмоций. Шаблон для упражнения в команде и наедине:

«Ты чувствуешь \_\_\_\_, потому что \_\_\_\_ . Я прав?»

«Я чувствую \_\_\_\_, потому что \_\_\_\_».

Подставлять можно совершенно любую эмоцию: злость, раздражение, счастье, подавленность, пустоту, смутение.

**Примеры:** вот два примера ситуаций, в которых человек создает правильное предложение с точки зрения эмпатии.

- Лена нахмурила свое лицо и сказала, что ее подруга просто взяла и уехала.  
Эмпатический ответ: «Лена, ты чувствуешь себя грустной, потому что твоя подруга уехала? Я прав?».

- Брат пришел домой и сказал, что провалил экзамен.  
Эмпатический ответ: «(Имя), ты чувствуешь себя обеспокоенным из-за того, что провалил экзамен? Я прав?»

Данные примеры являются настолько простыми, что могут показаться слишком очевидными. Однако если вы тщательно проанализируете свою жизнь, то можете

заметить, что часто игнорировали эмоции и чувства других людей, будучи заваленными своими проблемами.

**Практические примеры:** для каждой следующей ситуации придумайте эмпатический ответ.

1. Ваш брат пришел домой в слезах и сказал, что ему дали обидное прозвище в школе.
2. Ваш одноклассник, которому сегодня дали обидное прозвище, сидит тихо, понурился.
3. Ваш друг сказал, что не может пригласить вас к себе, потому что его мама заболела.

**Итоги упражнения:**

- Какие вопросы и трудности у вас возникли при создании предложений, демонстрирующих эмпатию?
- Почему так важно проверять, верно ли вы трактовали эмоцию человека?

### **Заключение**

Как вы считаете, получили вы сегодня полезную информацию?

Какой вывод вы можете сделать?

**Классный час 10 класс  
(второй год ОЭР)**

**Автор-составитель: Дунаева Эльмира Хабдильрауфовна,**  
*Учитель английского языка высшей категории, классный руководитель*

### **ТЕМА: «Общение между людьми»**

#### **Развитие эмпатии, аффилиации, коммуникативной социальной компетентности (знакомство с основными понятиями)**

**Цели:**

- Научиться и разделять эмоциональные состояния других людей.
- Развивать способности «вставать» на позицию других, научиться «принимать их роли».
- Научиться умело и с удовольствием общаться с людьми, понимать людей и смысл общения.

#### **1. Теоретическая часть.**

Учитель напоминает ученикам понятие «Эмпатия»

Эмпатия — это осознанное сопереживание текущему эмоциональному состоянию другого человека. Это значит, что вы распознаете чувства и эмоции других людей, умеете утешать и помогаете им выходить из сложных психологических и эмоциональных состояний.

#### **Преимущества эмпатии**

- **Эмпатия объединяет людей.** Когда к человеку относятся с эмпатией, он склонен отвечать взаимностью. Если вы эмпатичны, люди тянутся к вам: вы можете стать отличным лидером.
- **Эмпатия исцеляет.** Негативные эмоции разрушают психику и физическое здоровье человека, в то время как проявление эмпатии помогает заживить раны.
- **Эмпатия создает доверие.** Любой, даже самый недоверчивый человек, начинает доверять вам со временем, если вы проявляете к нему живой интерес и понимаете, что он чувствует.
- **Эмпатия несовместима с критикой.** Большинство людей постоянно критикует близких, не задумываясь о том, как это ранит их самолюбие. Если вы развиваете эмпатию, то начинаете понимать, что нужно и чего не нужно говорить.

#### **2. Практическая часть.**

## **Дублирование**

**Описание:** данное упражнение выполняете в паре. Первый человек (спикер) говорит о счастливых воспоминаниях или о восторге от будущего события. Второй человек (дублировщик) является как бы его настоящей эмоцией, которую спикер испытывает. Суть упражнения в том, что дублировщик, зная, какую эмоцию испытывает спикер, начинает сознательно распознавать ощущения других людей.

### **Пример:**

Спикер: «Я хочу навестить своих родителей на следующей неделе».

Дублировщик: «И я чувствую себя от этого счастливым».

Спикер: «Моя мама готовит лучшие пироги на свете».

Дублировщик: «Я в восторге, когда их ем».

Задание можно усложнить, когда спикер заранее не сообщает, нравится ли ему то, о чем он скажет. Поэтому дублировщику приходится угадывать.

### **Итоги упражнения:**

После того, как два человека поменяются местами и пройдут упражнение еще раз, задайте себе следующие вопросы:

8. Каково быть спикером и слышать от дублировщика о его догадках?
9. Каково быть дублировщиком и угадывать настоящую эмоцию спикера?
10. Что было самым сложным?
11. Какие эмоции было сложнее всего распознать? Какие легче?
12. Как это упражнение помогло мне узнать человека?

### **Становление другим человеком**

**Описание:** чтобы выполнить это упражнение, обратитесь за помощью к двух близким друзьям. Сделайте следующее:

1. Напишите диалог между тремя действующими лицами. Например: жертва, задира, наблюдатель или придирчивый покупатель, ранимый продавец и наблюдатель. Можете придумать свои варианты.
2. Каждый сценарий играется трижды и при каждом исполнении люди меняются ролями. Таким образом, вы играете роли жертвы, задиры и наблюдателя.
3. После завершения упражнения, все участники делятся впечатлениями о своих мыслях, эмоциях и ощущениях.

### **Итоги упражнения:**

6. Какие эмоции вы испытывали, будучи жертвой?
7. Какие эмоции вы испытывали, будучи задирой?
8. Какие эмоции вы испытывали, будучи наблюдателем?
9. Какие решения вы приняли по окончании упражнения?

### **Эмпатия и злость**

**Описание:** это упражнение поможет вам справиться со злостью на другого человека при помощи эмпатии. Придумайте (или воскресите из жизни) ситуацию, при которой вы были чрезвычайно злы на другого человека, а затем создайте эмпатическое утверждение.

### **Пример:**

Раздраженный человек: «Ты никогда не делаешь того, о чем я прошу!»

Эмпатический слушатель: «Ты испытываешь раздражение из-за того, что я не сделал свою работу, и тебе пришлось работать за меня. Я прав?»

### **Итоги упражнения:**

1. Что вы чувствовали, когда придумывали раздраженную фразу?
2. Что вы чувствовали, когда придумывали эмпатический ответ?

3. Как вы думаете, что почувствует раздраженный человек, когда услышит эмпатический ответ?
4. Согласны ли вы с тем, что враждебность (хоть и не сразу) исчезнет при эмпатических ответах?

### **План родительского собрания 5 класс (первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Алипцева Надежда Викторовна,**  
*Учитель математики высшей категории, классный руководитель*

#### Родительское собрание в 5 классе «БУДЕМ ЗНАКОМЫ!»

Цели собрания:

- 1) содействовать созданию доброжелательного настроения у родителей на общение со своим новым классным руководителем;
- 2) способствовать осознанию и принятию родителями учащихся уникальности каждого ребенка, необходимости уважительного отношения к его личности;
- 3) разработать план совместной деятельности ученического и родительского коллективов.

Участники: родители учащихся 5–го класса, классный руководитель.

Подготовительная работа.

I. Классный руководитель вместе с членами родительского комитета определяют повестку и ход проведения собрания, заготавливают извещения родителям о времени собрания и подклеивают их в школьные дневники.

II. Учащиеся под руководством классного руководителя создают «Портреты моих ресурсов» с использованием синквейна: на шаблоне человечка помещается существительное, выражающее понимание каждым из них своего Я (кто я?); на голове – 2 прилагательных (какой я?); на руках – 3 глагола (что я умею?); на ногах – фраза, состоящая из 4 слов и отражающая основные качества их личности.

III. Классный руководитель готовит компьютерные презентации: «Знакомьтесь – ваш классный руководитель!», «Учителя и предметы 5-в класса», «5 в класс – это мы!», раздаточные материалы для родителей.

IV. Учащиеся отвечают на вопросы анкеты «Какой я!»

Оформление, оборудование и инвентарь:

- а) мультимедийная установка;
- б) оформленная на стенде выставка анонимных работ учащихся «Портреты моих ресурсов»;
- в) рабочие места для микрогрупп родителей (столы, стулья, листы цветной бумаги двух оттенков, листы ватмана, маркеры).

Ход собрания

При входе в кабинет каждому родителю предлагается выбрать лицо-смайлик, характеризующее его настроение при посещении школы и сесть за парту на то место, где сидит его ребенок.

Вступительное слово классного руководителя:

Рассказ о себе, своих педагогических принципах в работе с детьми (с использованием компьютерной презентации).

Классный руководитель, используя компьютерную презентацию, знакомит родителей с педагогами, которые будут работать с классом в новом учебном году. Затем родителям

предлагается изготовить визитку на маленьких цветных листочках, охарактеризовав свою семью тремя словами. Листочки вывешиваются на доску рядом со смайликами настроений. Классный руководитель знакомит родителей с портретом класса, составленным на основе ответов ребят на анкету «Какой я», сгруппированных по рубрикам.

#### Приложение 1

Учитель предлагает родителям в групповом портрете найти своего ребенка, а затем обращает внимание на выставку «Портретов моих ресурсов» и просит угадать, какой из портретов отражает особенности их детей.

Классный руководитель просит родителей помочь ей лучше узнать учащихся класса, выполнив следующую работу: на светлом листочке написать хорошие качества своего ребенка, а на темном – негативные. Затем «светлая сторона» медали собирается классным руководителем с благодарностью за помощь, а «темную сторону» медали родители забирают с собой.

Классный руководитель акцентирует внимание на том, что он хочет в работе с детьми опираться на их достоинства, а не недостатки.

Классный руководитель предлагает родителям разделить на группы. Перед каждой группой располагаются лучики солнышка, заготовленные из листов ватмана, на них родители записывают свои правила общения между учащимися – педагогами – родителями. После обсуждения лучики прикрепляются рядом со средней частью солнышка.

Классный руководитель говорит о том, что после обсуждения учениками эти правила станут основными правилами классного коллектива.

Затем классный руководитель предлагает родителям в группах обсудить следующие вопросы:

1. На какое время и день недели Вам удобно, чтобы назначались родительские собрания?
2. Какие вопросы Вы хотели бы обсудить на родительских собраниях в течение учебного года?
3. Кто из Вас хотел бы оказать помощь классу в организации его жизнедеятельности и войти в состав родительского комитета?

После предложений, высказанных группами, классный руководитель подводит итоги собрания, благодарит родителей за сотрудничество и предлагает утвердить решение родительского собрания. Решение родительского собрания

1. Принять в качестве основных правил классного коллектива предложенные родителями правила общения.
2. Утвердить состав родительского комитета класса.
3. Утвердить предложенную тематику родительских собраний на текущий учебный год.

#### Литература

1. Воспитание индивидуальности / Под ред. Е.Н.Степанова. М., 2005.
2. Гуткина Л.Д. Пакет нормативно-методических документов для классных руководителей // Классный руководитель. 2007. №4.
3. Что такое Workshop? Пособие для организаторов практических семинаров./ Авт.-сост. О.Б. Чикуров. Псков, 2001.

#### Приложение 1

##### АНКЕТА «КАКОЙ Я!»

1. Меня зовут \_\_\_\_\_
2. Мне \_\_\_\_\_ лет
3. У меня \_\_\_\_\_ глаза
4. У меня \_\_\_\_\_ волосы

5. Улица, на которой я живу, называется \_\_\_\_\_
6. Моя любимая еда \_\_\_\_\_
7. Мой любимый цвет \_\_\_\_\_
8. Мое любимое животное \_\_\_\_\_
9. Моя любимая книга \_\_\_\_\_
10. Моя любимая телепередача \_\_\_\_\_
11. Самый прекрасный фильм, который я видел \_\_\_\_\_
12. Я люблю в себе \_\_\_\_\_
13. Моя любимая игра \_\_\_\_\_
14. Моего лучшего друга зовут \_\_\_\_\_
15. Страна, в которую я хотел бы съездить \_\_\_\_\_
16. Лучше всего я умею \_\_\_\_\_
17. Моих братьев и сестер зовут \_\_\_\_\_
18. Самая главная моя цель \_\_\_\_\_

**План родительского собрания 6 класс  
(второй год ОЭР)**

**Автор-составитель: Алипцева Надежда Викторовна,**  
*Учитель математики высшей категории, классный руководитель*

**Родительское собрание в 6 классе  
2018-2019 учебный год  
«наши разные взгляды на одно и то же»**

Цель:

Способствовать гармонизации взаимоотношений родителей и детей

Задачи:

Помочь понять возможные психологические истоки конфликтов, непонимания  
Познакомить с методами разрешения конфликта, формировать умение видеть те или  
события глазами другого человека, анализировать жизненные ситуации.  
Способствовать установлению взаимопониманию родителей и детей

Необходимое оборудование:

Мультипликационный фильм  
Карточки с изображением предметов для упражнения № 1  
2 стенда – мольберта с карточками для упражнения № 1  
Карточки с текстом для упражнения № 2 ( 2 шт.)  
Пластиковые стаканы (0,5 л) с подписанными номерами от № 1 до № 10 (2 комплекта (для  
детей и родителей) для упражнения № 3  
Таблички с надписями для упражнения № 4  
Мама  
Ребенок  
Деньги  
Квитанция  
Компьютер  
Компьютерная игра  
Телефон  
Кошка – наблюдатель  
Часы  
Хор 1    Хор 2

Изображение эмоционального термометра для упражнения № 5

Жетоны разных цветов (4 цвета) для упражнения № 5 по количеству участников, клей  
2 листа А4 для составления Памяток для упражнения № 6, ручки  
Медленная музыка для упражнения № 7, CD-проигрыватель  
Раздатки «Тест-игра «Какой вы родитель?» по количеству родителей  
Бумага и карандаш для записи наблюдений и результатов

Для создания благоприятной атмосферы, снятия напряжения перед началом разговора можно предложить посмотреть мультипликационный фильм, демонстрирующий разные взгляды на вещи, например «Чуня» или «Винни-пух и день забот»

### **- О чем был данный мультфильм?**

Варианты ответов: не важно, кто ты, важно, какой ты; у каждого есть свой взгляд на вещи; нужно уважать чужое мнение; чтобы понять другого, нужно поставить себя на его место.

**- Предлагаю вам проверить наши выводы с помощью следующего упражнения.**

## **I. Упражнение №1.**

**«Одинаков ли взгляд на вещи у детей и родителей?»**

*(автор упражнения Дж. Кинчер)*

Посмотрите на фигуры и напишите, что это, по-вашему, такое.

Приложение № 1.

Выслушиваются по очереди ответы детей и родителей.

*Во время ответов сгруппируйте ответы испытуемых по категориям, размещая их на мольбертах.*

- Вещи (одежда, украшения)
- предметы домашнего обихода (мебель, посуда)
- растения
- игрушки
- насекомые, животные
- спортивные предметы
- природа
- строение
- еда
- механизм
- геометрическая фигура
- другое

Сравните детей и родителей по тому, какие категории они предпочитают.

### **Вопросы для обсуждения полученных результатов**

■ Как опыт обращения с предметами повседневного обихода может сказываться на восприятии этих фигур?

■ Чем еще можно объяснить различия в их восприятии?

Этот эксперимент напоминает о том, что на один вопрос может быть несколько правильных ответов. Или может быть несколько правильных восприятий одного и того же явления.

Каждый человек придает окружающим вещам свой смысл. Кого-то мыши приводят в ужас, а кто-то считает их хорошенькими.

Вывод. Во что превратилась бы жизнь, если бы все воспринимали окружающее совершенно одинаково?!

**Наше первое упражнение наглядно доказало, что между детьми и родителями существует некое непонимание.**

Различия между поколениями - это различие между людьми, родившимися в разное время. Эти различия так же универсальны, как и возрастные отличия.

Общество - это смена, преемственность поколений. Степень межпоколенных различий зависит **от темпов социально-исторического развития**. Преемственность поколений всегда избирательна: то, что соответствует изменившимся условиям, отвергается или изменяется.

Разность поколений связана и с **возрастными** особенностями подростков, их родителей, бабушек и дедушек.

**Подростки** обладают той жадью новизны, которая не свойственна людям в зрелом и пожилом возрасте. Подросток занимает промежуточное положение между миром взрослых и детей. Главным новшеством подросткового возраста является чувство взрослости у подростков. Это противоречивое чувство; вместе с этим одной из важных потребностей подросткового возраста является стремление к независимости от контроля и опеки старших.

II. Сегодня мы попробуем найти точки соприкосновения. И для начала обозначим проблему.

**Упражнение №2.**

Работа с текстом.

**Инструкция. Заполните, пожалуйста, пробелы в следующем тексте:**

«Далеко-далеко, так далеко, что отсюда не видно, есть звезда Непонимания. На этой звезде живут существа, которые называют себя \_\_\_\_\_... Им кажется, что их никто не понимает и поэтому... \_\_\_\_\_»

И вот однажды решили они рассказать о себе другим существам.

Собрали небольшую посылку, в которую положили все свои проблемы. Их оказалось так много, что они не вместились в капсулу, и пришлось им оставить только 5 самых важных:

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.

Долго ждали ответа. Но ...

Готовые рассказы зачитываются.

Как вы думаете, почему в конце рассказа стоит союз НО ?

**III. Следующие наши упражнения –это своеобразные шаги навстречу друг другу.**

**Уточним, в каких аспектах взаимоотношений родителей и детей на самом деле существуют разногласия.**

### Упражнение №3

#### Блиц-опрос.

Участникам встречи раздаются жетоны (кусочки цветной бумаги, вырезанные кружки и т. д.).

Выставляются пластиковые стаканы с номерами двумя линиями: для детей и родителей

**Зачитываются вопросы и по очереди варианты ответов для детей и родителей. Нужно дать ответ «ДА» или «НЕТ».**

Если «ДА», то в пластиковый стакан (0,5) с номером вопроса бросается жетон.

	Для родителей	Для детей
<b>1. Самостоятельность</b>	1. Ваш ребенок растет самостоятельным, инициативным, способным к принятию важных решений ?	Ты считаешь себя самостоятельным, сам проявляешь инициативу в делах , принимаешь важные решения?
<b>2. Степень защищенности</b>	2. Вы всегда защищаете своего ребенка, даже если он не прав?	Ты полностью уверен в том, что твои родители всегда тебя защитят.
<b>3. Доверие</b>	3. Вы полностью доверяете своему ребенку и уверены в том, что у него нет от вас тайн.	Всегда ли ты говоришь правду родителям?
<b>4. Совместное времяпровождение</b>	4. Вы мало времени проводите со своим ребенком.	Ты хочешь чаще общаться с родителями.
<b>5. Похвала.</b>	5. Вы всегда хвалите ребенка за его успехи.	Родители всегда замечают твои успехи и не забывают похвалить тебя.
<b>6. Степень ответственности</b>	6..Родители виноваты в том, что дети становятся наркоманами, алкоголиками, ворами, проститутками.?	Родители виноваты в том, что дети становятся наркоманами, алкоголиками, ворами, проститутками.?
<b>7. Критика</b>	7. Вы часто критикуете ребенка, делаете ему замечания.	Ты слышишь в свой адрес только одни упреки и замечания.
<b>8. Организация досуга.</b>	8. Вы позволяете своему ребенку выбирать себе друзей и проводить свободное время по его усмотрению.	Ты сам выбираешь, с кем тебе дружить и как проводить свободное время.
<b>9. Семейные обязанности</b>	9. Вы считаете, что Ваш ребенок недостаточно помогает Вам в семейных делах.	Ты считаешь, что у тебя должно быть больше свободного времени.
<b>10. Любовь</b>	10. Вы часто говорите ребенку, что любите его.	Ты хочешь чаще слышать, что родители тебя любят.

#### Обсуждение результатов.

Давайте посмотрим на результаты.

Совпадения по вопросам, связанным.....

Расхождения....

**IV.** Оценить себя объективно – довольно сложно. Для этого нужно уметь посмотреть на себя со стороны.

В жизни любому человеку приходится в какой-то мере быть артистом. Только играем мы не актерские роли, а психологические. Понятие «психологическая роль» можно раскрыть так: построение поведения в соответствии с тем, чего от тебя ждут.

« Пьеса» исполнителя психологической роли - это реальная ситуация . «Режиссер» - это воспитатели, родители, учителя, авторитетные представители сегодняшнего окружения . «Сорежиссер» - это сам человек, который предъявляет определенные требования к содержанию и стилю своего поведения. Есть и «публика», которую может представлять всего один собеседник, чьи ожидания человек схватывает и сознательно или бессознательно стремится согласовать свое поведение с этими ожиданиями.

В каждом человеке, по мнению американского психотерапевта Э. Берна, существует три «Я». : **Дитя** (зависимое, подчиняемое и безответное существо); **Родитель** (независимый, неподчиняемый и берущий ответственность на себя) и **Взрослый** (умеющий считаться с ситуацией, понимать интересы других и распределять ответственность между собой и ими).

Сейчас вы попробуете себя в самых различных ролях.

#### **Упражнение №4.**

##### **Сюжетно- ролевая игра.**

Ситуация: мама, уходя на работу, просит ребенка после школы оплатить квитанцию за телефон, так как подошел последний день оплаты. Ребенок, придя из школы, садится за компьютер, и забывает про просьбу. Телефон отключают.

**Раздаются карточки с ролями, и 2 раза проигрывается сюжет, в зависимости от варианта позиций героев: «главное – дело», «главное – добрые взаимоотношения»**

Роли.

Мама

Ребенок

Деньги

Квитанция

Компьютер

Компьютерная игра

Телефон

Кошка – наблюдатель

Часы

Хор 1    Хор 2

Финал: участники должны выбрать одну из позиций, отойдя к той стороне, которую определяет ведущий. Например, направо -«главное – дело», налево -«главное – добрые взаимоотношения»

В процессе общения возникают непростые ситуации. С социально-психологической точки зрения общение является основным содержанием, конструктором человеческой жизни.

Характер общения определяет здоровье человека, его привлекательность, красоту, успех и в работе, и в личных отношениях.

**V. Установлению тесных взаимоотношений с родными людьми способствуют и следующие моменты:**

**Привязанность.**

Чувство близости, основанное на привязанности, симпатии

**Самораскрытие.**

Это обнаружение сокровенных переживаний и мыслей перед другим человеком.

**Преданность.**

Поскольку двое доверяют друг другу, они свободно открывают свои сокровенные тайны, мир фантазий, делятся жизненным опытом, не требуя ничего взамен, кроме радости общения.

**Бескорыстность.**

Подлинные друзья с готовностью оказывают помощь даже в тех случаях, когда не может идти речь ни о какой компенсации. Желание «дарить» выступает как глубокая внутренняя потребность.

**Упражнение №5.**

**Эмоциональный термометр** (автор метода психолог Г.А. Цукерман).

Чтобы ладить с людьми, надо учитывать особенности их эмоциональной жизни. Чтобы владеть своими чувствами, надо познакомиться с собственным эмоциональным устройством. Изменить собственное состояние, настроение, эмоцию можно, посмотрев на себя со стороны. ВОТ как выглядит «эмоциональный термометр».

Если на вопрос: «Присутствуют ли в ваших отношениях с детьми (с родителями) следующие отношения, вы можете ответить «Конечно, да», то кружок соответствующего цвета нужно поместить на шкалу термометра.

Привязанность, розовый	Самораскрытие, голубой	Преданность, салатовый	Бескорыстность, красный	
---------------------------	---------------------------	---------------------------	----------------------------	--

Все присутствующие размещают разноцветные кружки на изображении эмоционального термометра.

Ведущий озвучивает результаты: какие отношения присутствуют в достаточной степени, какие нужно развивать и т.д.

**Надо помнить,**

что в человеческих отношениях нет ничего окончательного, они живут, изменяются с возрастом людей, изменяются под влиянием опыта, личностного роста, характера общения.

Если отношения дороги, нужно учиться сохранять и беречь их.

Центральное звено любых отношений – эмоции и чувства.

Эмоциональные способности заложены в природе человека.

По новейшим данным, эмоциональный фактор способствует личному успеху человека, по крайней мере, на 80%, тогда как уровень интеллекта - всего лишь на 20%.

Свои эмоции мы выражаем через слова. Слова имеют большую психологическую силу.

Словами мы не только описываем события, предметы, но и вызываем определенные чувства. Зачастую люди плохо умеют или вовсе не умеют описывать свои чувства, особенно гнев или раздражение, и поэтому иногда подавляют их проявление либо выплескивают на головы близких. «Человек оказывается во власти отрицательной эмоции,

а ближние - как бы в его власти», - считает отечественный психолог М. Папуш.  
 «Боясь открыто выразить чувства, которые нас переполняют, - рассмеяться, когда весело, заплакать, когда мы потрясены или растроганы, - мы часто боимся лучшего в себе, и это лучшее, не находя выхода, умирает, как костер, наглухо заваленный валежником.  
 Мужество в искренности», - замечает Е.М. Богат, русский философ XX века.

Так возникает привычка быть нечувствительным к происходящему не только с нами, но и с окружающими людьми и во взаимоотношениях с ними. Искусство поддерживать хорошие отношения с другими людьми в значительной мере сводится к умению понимать эмоциональное состояние других.

**VI.** Иногда недостаточно просто сказать , чего же ты хочешь на самом деле, а нужно еще, чтобы тебя услышали.

Помогите друг другу понять те ошибки, которые вы совершали в общении.

### Упражнение №6.

#### Составление Памяток.

В течение 5-7 минут составьте памятку своему ребенку ( родителю), в которой содержались бы ваши пожелания о взаимоотношениях.

Например.

Родителям	Детям
Родители! Доверяйте своему ребенку!	Дети! Прислушивайтесь к советам родителей!
Хвалите меня чаще!	Говорите родителям комплименты!

### VII.

#### Упражнение № 7.

Интересные вещи можно обнаружить в специальном эксперименте, когда два человека садятся близко напротив друг друга, смотрят друг другу в глаза и прямо разговаривают друг с другом. Выясняется, что любые два человека независимо от того, какого они пола и были ли они до этого знакомы между собой, всегда начинают испытывать симпатию друг к другу. Это показывает, что неприязнь между людьми возникает из-за того, что они не видят друг друга и не разговаривают прямо друг с другом» (Э. Берн, американский психолог XX века).

#### Музыка.

Сядьте напротив друг друга, возьмитесь за руки.

Посмотрите друг другу в глаза.

Скажите добрые слова.

Хочется наш разговор закончить мнением героя повести Г. Михасенко «Милый Эп»: « ... Конечно, откуда им знать, если я молчу, но родители должны чувствовать так, без слов ... Ясновидцами и волшебниками должны быть родители! Это почти фантастика, но что поделаешь, если я этого хотел!»

Так будьте же пусть не волшебниками, но обязательно друзьями своих детей. А дети, в свою очередь, гордитесь своими родителями.

**В заключение, мы предлагаем родителям домашнее задание.**

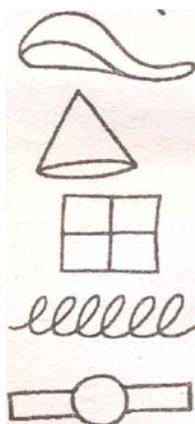
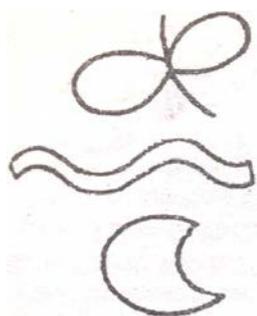
Ответив на вопросы этого теста, вы узнаете , какой Вы родитель.

## Приложение № 2

### Литература.

1. Азаров, А. П. Семейная педагогика / А. П. Азаров. - М.: 1985
2. Калейдоскоп родительских собраний: Методические разработки. Выпуск 1. / Под ред. Е. Н. Степанова. – М.: ТЦ Сфера, 2002. – 144 с.
3. Бадирова, З. А., Козлова, А. В. Классные часы и беседы для девочек (6-11 классов) / З. А. Бадирова., А. В. Козлова. – М.: ТЦ Сфера, 2008. – 192 с.
4. Макаренко, А. С. Книга для родителей / А. С. Макаренко - М.: Педагогика, 1983. – 160 с.
5. Маленкова, Л. И. Педагоги, родители, дети (воспитателю, классному руководителю о работе с родителями) / Л. И. Маленкова. - М. : ТОО «ИнтелТех», Правление о-ва «Знание» России, 1994- 216 с.
6. Лупоядова, Л. Ю., Мельникова, Н. А., Якимович, И. Г. Родительский всеобуч. Родительские собрания. 5-7 класс / – Брянск: Курсив, 2006. – 208 с.
7. Козлова, Г. Н. Школьный родительский клуб: программа работы, формы занятий, методические разработки / Г. Н. Козлова, Е. В. Любезнова, Е. Н. Нецветайлова. – М.: Глобус; Волгоград: панорама, 2009. – 176 с. – (Воспитательная работа)

### Приложение № 1.



### Приложение № 2.

#### Тест-игра «Какой вы родитель?»

Выберите из перечисленных фраз те, которые наиболее часто употребляются Вами в общении с детьми :

- |  |   |
|--|---|
| 1. Сколько раз тебе повторять!         | 8. Ты моя опора и помощница (к).          |
| 2. Посоветуй мне, пожалуйста.          | 9. Ну, что за друзья у тебя?!             |
| 3. Не знаю, что бы я без тебя делала?! | 10. О чём ты только думаешь?!             |
| 4. И в кого ты такой уродился?!        | 11. Какая ты у меня умница!               |
| 5. Какие у тебя замечательные друзья!  | 12. А как ты считаешь, сынок (доченька)?  |
| 6. Ну, на кого ты похожа?!             | 13. У всех дети как дети, а ты?           |
| 7. Я в твоё время!                     | 14. Какой ты у меня сообразительный (ал)! |

После сделанного выбора подсчитайте сумму баллов оценки избранных фраз:

1-2	8-1
2-1	9-2
3-1	10-2
4-1	11-1
5-1	12-1
6-2	13-2
7-2	14-1

**5-8 баллов** - вы живёте с ребёнком душа в душу. Он искренне любит Вас. Ваши отношения способствуют становлению его личности;

**9-10 баллов** - вы непоследовательны в общении с ребёнком.

Он уважает вас, хотя и не всегда с вами откровенен.

**11-12 баллов** - вам необходимо быть с ребенком повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но, согласитесь, авторитет не заменит любви.

**13-14 баллов** - вы и сами чувствуете, что идёте по неверному пути. Между вами и ребёнком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять ему больше внимания, прислушивайтесь к его словам.

## Протокол родительского собрания 7 класс (первый год ОЭР)

**Автор-составитель: Бибик Светлана Валентиновна,**  
*учитель немецкого языка высшей категории, классный руководитель*

### **Тема собрания: «Взаимодействие и взаимопонимание семьи и школы»**

Присутствовали: 16 человек

Отсутствовали: 5 человек

#### **Повестка дня:**

1. Представление темы собрания. Актуальность.
2. Мозговой штурм. Школа глазами родителей.
3. Определение требований семьи к школе и школы к семье в воспитании и обучении детей.
4. Школа моей мечты. Анализ сочинений школьников.
5. Организация досуга детей. О проведении совместных праздников, конкурсов, соревнований и других мероприятий для детей и их семей.

#### **Ход собрания.**

1. Выступление классного руководителя по теме родительского собрания. Ознакомление классного коллектива с вопросом, в чем же состоит это взаимодействие школы и семьи, почему оно необходимо. Ознакомление родителей с новыми совместными задачами школы и семьи. Классным руководителем была предложена система взаимоотношений с ребёнком в семье в школьный период, и даны соответствующие рекомендации по этому вопросу.

2. Анкетирование родителей.

1. С какими трудностями столкнулись Вы и Ваш ребенок в начальный период подросткового возраста/адаптации в классе (5-6 класс)? Что Вас больше всего порадовало, что огорчило?
2. Назовите формы взаимодействия семьи и школы и подчеркните самые приоритетные для вас.
3. Что, по Вашему мнению, надо сделать или изменить, чтобы школа отвечала Вашим требованиям?
4. Какие психолого-педагогические темы и проблемы Вы хотели бы обсудить на родительских собраниях?
5. Предложите совместные темы проектов и внеклассных мероприятий, которые были бы интересны Вам и Вашим детям.

3. В ходе собрания были определены требования семьи к школе и школы к семье в воспитании и обучении детей.

4. Классный руководитель представил выдержки из детских сочинений, а также родителям были розданы сочинения их детей по теме «Школа моей мечты» для обсуждения с детьми.

#### **Постановили:**

- обеспечить единство требований семьи и школы путем совместного обсуждения всех проблем учащихся в системе учитель — ученик — родители, решать вопросы в открытом взаимодействии;
- обеспечить согласованное взаимодействие ОУ и семей учащихся в осуществлении комплексного подхода в воспитании учащихся путем привлечения родителей к партнерству по организации внеурочной деятельности детей (праздники, акции, декады, работа объединений, кружков, подготовка к различным конкурсам и т. п.)

#### **Протокол родительского собрания 8 класс (второй год ОЭР)**

**Автор-составитель: Бибик Светлана Валентиновна,**  
*учитель немецкого языка высшей категории, классный руководитель*

**Тема собрания: «Взаимодействие и взаимопонимание семьи и школы.  
Итоги летней практики.»**

Присутствовали: 15 человек

Отсутствовали: 5 человек

#### **Повестка дня:**

1. Представление темы собрания. Актуальность.
2. Мозговой штурм. Летняя практика глазами родителей и учителей.
3. Определение требований семьи к школе и школы к семье в вопросе летней практики.
4. Анализ сочинений/эссе/летописи школьников на практике.
5. Организация досуга детей на летней практике.

#### **Ход собрания.**

1. Выступление классного руководителя по теме родительского собрания. Ознакомление классного коллектива с вопросом, в чем же состоит это взаимодействие школы и семьи, почему оно необходимо.

Включаясь в трудовой процесс, ребенок коренным образом меняет представление о себе и об окружающем мире.

Изменяется самооценка, что в свою очередь меняет авторитет ребенка в жизни.

Главная функция летней волонтерской практики – это переход от самооценки к

самопознанию. Формируются новые виды мышления.

Вследствие коллективного труда ребенок получает навыки работы, общения, сотрудничества, что улучшает социальную адаптацию ребенка.

## 2. Анкетирование родителей.

1. С какими трудностями столкнулись Вы и Ваш ребенок в период летней практики? Что Вас больше всего порадовало, что огорчило?

2. Назовите формы взаимодействия семьи и школы (по вопросу летней практики) и подчеркните самые приоритетные для вас.

3. Что, по Вашему мнению, надо сделать или изменить, чтобы волонтерская практика отвечала Вашим требованиям/представлениям?

3. В ходе собрания были определены требования семьи к школе и школы к семье в вопросе летней волонтерской практики.

4. Классный руководитель представил выдержки из детских эссе/летописи, а также родителям были розданы работы их детей по теме для обсуждения с детьми.

## **Постановили:**

- обеспечить единство требований семьи и школы путем совместного обсуждения всех проблем учащихся в системе учитель — ученик — родители, решать вопросы в открытом взаимодействии;
- обеспечить согласованное взаимодействие ОУ и семей учащихся в осуществлении комплексного подхода в воспитании учащихся путем привлечения родителей к партнерству по организации волонтерской практики;
- Основными принципами работы семьи в вопросе трудового воспитания детей являются приобщение детей к труду через самообслуживание. В дальнейшем постепенный переход от самообслуживания к труду для других. Расширение и усложнение круга обязанностей. Тактичный и постоянный контроль качества выполнения трудовых поручений. Формирование у ребёнка уверенности в важности выполнения порученной ему работы.
- Необходимо участие детей в социально значимой деятельности в период летних каникул (летняя волонтерская практика).

## **План родительского собрания с элементами тренинга 9 класс (первый год ОЭР)**

**Автор-составитель: Дунаева Эльмира Хабдильрауфовна,**

*Учитель английского языка высшей категории, классный руководитель*

### **Тема: «Развитие эмпатии у подростков»**

#### **Цель:**

- Обучение участников группы в распознавании чувства детей в разных ситуациях;
- Усиление способности родителей к пониманию и вчувствованию в эмоциональный мир своего ребенка, через установление визуального контакта, физического контакта, наблюдение и совместную деятельность;
- Изменение неадекватных родительских позиций;
- Оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания детей.

#### **Тема 1. Эмпатия: понятие и механизмы.**

**Теоретическая часть тренинга. Знакомство с новыми понятиями.**

Для того, чтобы эффективно общаться с другими людьми, мы должны представлять и разделять их эмоциональные состояния, уметь поставить себя на их место, проникнуть в их переживания. Это позволяет человеку грамотно общаться с людьми, получать удовольствие общения. Мне хотелось, чтобы вы научились получать удовольствие от общения. Общение, даже с незнакомым или неприятным вам человеком, перестало быть для вас тяжёлым трудом, а стало интересным и увлекательным процессом. Давайте познакомимся с новыми понятиями: *«аффилиация»* и *«эмпатия»*.

**Аффилиация** – стремление человека быть в обществе других людей. У каждого есть потребность в аффилиции. Благодаря этой потребности люди вступают в социальные отношения. Потребность в ней усиливается в стрессовых ситуациях. Блокирование этой потребности вызывает чувство одиночества, отчуждённости, порождает и усугубляет стресс. Аффилиация неразрывно связана с эмпатией.

**Эмпатия** – постижение эмоционального состояния другого человека, умение сопереживать. В структуре эмпатии выделяют различные компоненты: физиологический, кинестетический, аффективный, когнитивный и мотивационный. Эмпатию принято рассматривать как:

- процесс переживания эмоционального состояния другого в ответ на его эмоциональное поведение;
- понимание внутренней жизни другого человека, способность встать на его позицию, сохранив при этом свою.

Эмпатия – «это способность воспринимать внутренний мир другого без потери своего» (К. Роджерс)

#### ***Практическое занятие.***

##### **Создание эмоционального словаря**

Родителям предлагается создать словарь эмоций. Эмоции можно разделить по категориям: позитивные, болезненные (негативные) и нейтральные. Позитивными могут считаться счастье, возбуждение, умиротворенность, спокойствие, надежда. Негативными — страх, злость, вина, грусть, пустота, заниженная самооценка, отчаянье. Нейтральными — удивление, любопытство, интерес.

В свою очередь болезненные эмоции можно разделить на тяжелые и легкие. Тяжелыми могут быть гнев, фрустрация, раздражение, в то время как легкие — это печаль, вина, пустота, низкая самооценка.

Далее родителям предлагается записать все эмоции и ощущения, которые они переживают на протяжении дня, а для этого составить примерный список всех действий и дел за прошедший день. Даже мелкая деятельность имеет значение. Дело в том, что любая смена деятельности, так или иначе, меняет чувства, настроение и эмоции. Далее родителям предлагается рядом с каждой деятельностью записать эмоцию, которую они испытали.

##### **Итоги упражнения.**

5. Что вы узнали нового о своих эмоциях и ощущениях?

Какие выводы можно сделать относительно взаимосвязи конкретных эмоций с конкретной деятельностью

**Практическое задание.** Игра, наглядно иллюстрирующая проявления различных аспектов эмпатии в совместной деятельности. Участникам предлагается во взаимодействии по парам совершить определенные манипуляции предметом (пластиковым шариком или карандашом), касаясь его только одним пальцем. Игру можно усложнить, играя с завязанными глазами и распределением ролей «ведущий и ведомый». Игра демонстрирует необходимость для достижения поставленной цели «прислушиваться» к действиям партнера.

**Вопросы для обсуждения:** Что было необходимо участникам для успешного выполнения задания?

## **Тема 2. Расширение своих способов восприятия.**

Что помогает и что препятствует взаимопониманию между родителями и детьми. Способы осознавать собственный эмоциональный мир, свои переживания и чувства, учиться владеть собственными эмоциями, развивать психологическую наблюдательность и способности к сочувствию и сопереживанию.

### ***Практическое задание.***

Игровой тренинг, где родители могут понаблюдать за своими стратегиями поведения в ситуациях элементарной командной работы. Игры, используемые здесь, моделируют простые групповые задачи, в ходе решения которых каждый участник мог бы отразить свои эмоциональные реакции на саму ситуацию совместной задачи, на поведение других участников, а также отследить свои установки и базовые стратегии. С целью расширения своих способов восприятия при помощи психогимнастики родителям предлагается поупражняться в децентрации - в умении сместить свой взгляд восприятия с самого себя на другого человека или даже неодушевленный предмет. Участникам предлагается мысленно представить себя каким-либо предметом, находящимся перед глазами, и вообразить, как бы этот предмет мог бы себя ощущать, что видеть и что чувствовать. Второй этап упражнения заключается в том, чтобы поставить себя на место другого человека и попытаться посмотреть на мир «его глазами».

**Вопросы для обсуждения:** Насколько успешно удалось выполнить это задание? Что помогало и что мешало?

**Как Вы предполагаете с этим работать на собрании? Тема 3. Возрастные особенности и факторы формирования эмпатии у детей.** Знакомство с концепцией развития эмпатии М.Хоффмана позволяет узнать, в каком возрасте можно наблюдать у человека первые признаки проявления эмпатических способностей и как они развиваются в детстве. Анализ предпосылок стремительного развития эмпатических способностей у подростков. Основные условия развития эмпатии у человека. К вопросу о влиянии семьи - исследование М.Шаффер.

В отношении процесса развития эмпатии психологи не в состоянии определенно сказать, в каком возрасте эта способность приобретается. Частично это происходит из-за недостатка эмпирических исследований. Но даже при отсутствии однозначных ответов большинство исследователей придерживаются мнения о том, что дети с малых лет способны к эмпатии и что их эмпатийные навыки развиваются с возрастом. Наиболее широко известная теория развития эмпатии опирается на исследования, проведенные М. Hoffman, по мнению которого, в процессе развития дети переходят от стадии неосознания различий между «я» и «не я», реагируя на чужие переживания как на свои, к стадии более высокой: в ребенке развивается познавательный смысл «я», позволяющий разграничивать как переживания, связанные с собственной личностью, так и переживания по отношению к другим людям. М. Hoffman выделил четыре стадии в формировании эмпатии. В течение этих четырех стадий дети становятся способными понимать и реагировать соответственно переживаниям других. Первая стадия — «глобальная эмпатия» (“global empathy”). Эта стадия начинается в младенчестве, когда ребенок еще не может дифференцировать себя от других. Младенец реагирует «реактивным или заразительным криком» в ответ на крик другого ребенка. Из этого следует, что ребенок способен испытывать эмпатический дистресс еще до того как у него появляется способность дифференцировать себя от других. Хотя детский крик не является результатом понимания другого ребенка — он является реакцией на эмоцию неудовольствия. Вторая стадия, «эгоцентрическая эмпатия», охватывает период второго года жизни, когда ребенок начинает демонстрировать общее понимание эмоций других людей. Но хотя он может испытывать сочувствие и может пытаться успокоить человека, он сделает это тем способом, который успокоил бы его в схожих обстоятельствах. Третий период — «сочувствие к переживаниям других»

("empathy for another's feelings") — это период 2–3 года жизни. У ребенка появляется глубокое понимание своих собственных чувств, также как и чувств других. Они более склонны к проявлению способности к принятию роли и действиям, которые согласуются с нуждами других и могут контрастировать с их собственными. Наряду с более развитой способностью к принятию роли, они способны провести более тонкие различия между эмоциями, которые они наблюдают. Они также имеют больший словарный запас и начинают выражать сочувствие вербально. Четвертая стадия «сочувствие к общему состоянию другого человека» ("empathy for another's general condition"). Начинается период в позднем детстве или в ранней юности, когда у детей полностью разовьется способность видеть себя как самостоятельную личность, независимую от других. К 9 годам «ребенок начинает фокусироваться на своих внутренних процессах. И внутренние состояния других людей могут опосредованно переживаться ребенком как свои собственные». Как отмечают А. Bohart и L. Greenberg, хотя приобретение такого качества, как эмпатия может казаться само собой разумеющимся, оно является продуктом научения, социализации и социального взаимодействия. Из этого можно заключить, что важную роль в формировании эмпатии играют взаимоотношения в семье. М. Shaffer провела исследование, целью которого было определение связи между эмпатией, стилем родительского воспитания и развитием антисоциального поведения. Отсутствие теплых детско-родительских отношений, противоречия, авторитарный, карательный стиль воспитания и либеральный, свободный стиль воспитания являются благоприятными факторами для развития антисоциального поведения у детей и подростков, вследствие низкого уровня эмпатии. М. Shaffer выделяет три типа родительских стилей воспитания: разрешающий (permissive), авторитарный (authoritarian) и авторитетный (authoritative). При разрешающем стиле родители устанавливают слабый контроль за детьми и редко их наказывают. При авторитарном стиле родители строги и часто наказывают своих детей. При авторитетном же стиле родители устанавливают теплые взаимоотношения с детьми и разумную дисциплину. В этом исследовании была обнаружена значимая связь между антисоциальным поведением и низким уровнем когнитивной и эмоциональной эмпатии. Более того, именно модель разрешающего стиля воспитания, а не авторитарного, способствует низкому уровню эмпатии и высокому уровню антисоциального поведения. Следовательно, именно недостаток воспитания при разрешающем стиле влияет прямо на антисоциальное поведение или косвенно через препятствие развития эмпатийных способностей. Все найденные связи между разрешающим стилем воспитания, эмпатией, как когнитивной, так и эмоциональной, и антисоциальным поведением были значимы.

**Практическое занятие.** Игра «Всё можно». Участникам, сидящим в кругу, предлагается сформулировать обращённую к ребенку фразу, начиная её со слова «нельзя». Следующему по очереди участнику необходимо переформулировать запрет в разрешение с сохранением общего смысла того, что мы хотим получить от ребёнка. Например, «Нельзя ходить в уличной обуви по дому.» трансформируем в «По дому можно ходить только в домашней обуви, а в этих ботинках можно ходить по улице.»

**Вопросы для обсуждения:** Какой запрет оказался наиболее сложным для переформулирования и почему?

**Вопросы для обдумывания:** Какой стиль воспитания присущ мне как родителю? Даёт ли он положительные результаты воспитания моего ребёнка?

**План родительского собрания с элементами тренинга 10 класс  
(второй год ОЭР)**

**Автор-составитель: Дунаева Э.Х. (классный руководитель)**

**Тема: «Развитие эмпатии у подростков» (Продолжение)**

**Цель:**

- Обучение участников группы в распознавании чувства детей в разных ситуациях;
- Усиление способности родителей к пониманию и вчувствованию в эмоциональный мир своего ребенка, через установление визуального контакта, физического контакта, наблюдение и совместную деятельность;
- Изменение неадекватных родительских позиций;
- Оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания детей.
- Обучение технике «активного слушания»

### Ход занятия

#### Теоретическая часть

Что такое эмпатия?

Эмпатия – это социальная эмоция. Воспитание эмпатии позволяет людям проникать в мир другого человека, лучше понимать его чувства и мотивы его поступков, сочувствовать ему и активно отзываться на его чувства.

А вот эмпатом называют такого человека, который способен не просто понимать, но и переживать чувства другого человека.

Иногда говорят, что эмпатия – это сострадание. Действительно, сначала человек учится сострадать другому. Но эмпатия – это не только сострадание, это еще и сорадость, радость за другого, радость его успехам и счастью.

Иногда можно услышать такое мнение, что для человека эмпатия в современном обществе вредна, она не дает ему быть жестким, сильным, достигать своих целей любыми средствами. Действительно, если захотеть, можно воспитать жесткого и даже жестокого человека. Но не эмпатия делает человека слабым, наоборот, она делает человека психологически сильнее, увереннее в себе. Именно эмпатия дает человеку возможность располагать к себе людей и позволяет предугадать их поступки, а лидеру дает возможность понять, на каком месте человек будет наиболее успешным.

#### Как воспитывается эмпатия?

Ребенок учится эмпатии на личном опыте. Во–первых, чем больше ребенок осознает и принимает свои эмоции, тем проще ему распознавать чувства других. И во–вторых, наблюдая за поведением близких ему взрослых, он учится выражать свои эмоции и реагировать на эмоции других людей

#### Упражнение «Угадай чувство»

Цель: развитие эмпатии

Все участники разбиваются на пары. Первый партнёр произносит эмоционально окрашенную фразу. Второй участник сначала повторяет своими словами содержание того, что услышал, а затем пытается определить чувство, которое испытывает партнёр в момент произнесения фразы. Партнёр оценивает точность обоих отражений. Затем участники меняются ролями.

Обсуждение:

-Легко ли выражать то чувство, которое вы хотели передать?

-Поняли ли то чувство, которое хотели передать?

#### «Пословицы»

Деление на 2 группы, каждая получает по две пословицы, поясняя, что имели, введу наши предки:

Без корня и трава не растёт.

Не мы на детей походим, а они на нас.

Матушкин сынок, да батюшкин горботок.

Похвальное слово гнило бывает.

#### Беседа «Активное слушание»

Сегодня мы будем говорить о проблемах, которые возникают у нас в процессе общения с детьми. Попробуем разобраться в причинах, обсудим, как можно решить эти проблемы. В нашей повседневной жизни мы часто сталкиваемся с различными ситуациями в общении с

детьми: наши дети не могут что – то поделить, с кем –то подрались, его кто – то обидел и т.д. Причины трудностей детей часто бывают скрыты в сфере его чувств. В каких то случаях ребёнка просто выслушать. Этот способ называется **активным слушанием** (пример)

Дочка собирается гулять; мама напоминает, что надо одеться потеплее, но дочка капризничает: она отказывается надевать «эту уродскую шапку».

– Перестань капризничать, вполне приличная шапка! (обычный ответ родителей).

При всей кажущейся справедливости этих ответов они имеют один общий недостаток: оставляют ребенка наедине с его переживанием. Своим советом или критическим замечанием родитель как бы сообщает ребенку, что его переживание неважно, оно не принимается в расчет.

Во всех случаях, когда ребенок расстроен, обижен, потерпел неудачу, когда ему больно, стыдно, страшно, когда с ним обошлись грубо или несправедливо и даже когда он очень устал, первое, что нужно сделать – это дать ему понять, что вы знаете о его переживании (или состоянии), «слышите» его.

Для этого лучше всего сказать, что именно, по вашему впечатлению, чувствует сейчас ребенок. Желательно назвать «по имени» это его чувство или переживание.

Если у ребенка эмоциональная проблема, его надо активно выслушать.

Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом обозначив его чувство.

**МАМА:** Тебе она очень не нравится.

**Алгоритм действий по применению активного слушания:**

Занять правильное положение по отношению к ребёнку (глаза взрослого и ребёнка должны находиться на одном уровне);

Если ребенок маленький, присядьте около него, возьмите его на руки или на колени, можно слегка притянуть ребенка к себе, подойти, или избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой, смотря телевизор, читая газету, сидя, откинувшись на спинку кресла или лежа на диване. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза – первые и самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать и услышать. придвинуть свой стул к нему поближе.

2. Повтор услышанного от ребёнка;

3. Делать паузы между фразами;

Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Помолчать хорошо и после ответа ребенка – может быть, он что-то добавит.

4. Обозначение чувств ребёнка

5. Чувства в утвердительной форме

Потому что она сразу показывает, что родитель настроился на «эмоциональную волну» ребёнка, что он слышит и принимает его эмоциональное состояние.

**Правила хорошего слушания:**

слушай внимательно, обращай внимание не только на слова, но и на невербальные проявления собеседника (мимика, позы, жестикация);

проверяй, правильно ли ты понял слова собеседника, используя, если это необходимо, приемы активного слушания;

не давай советов;

не давай оценок.

**Положительные результаты**, которые можно обнаружить (любой из них или сразу все) при удачном активном слушании ребенка уже в ходе беседы

Исчезает или ослабевает отрицательное переживание ребенка.

Ребенок, убедившись, что взрослый готов его слушать, начинает рассказывать о себе все больше: тема повествования (жалобы) меняется, развивается.

Ребенок сам продвигается в решении своей проблемы.

## **Рефлексия**

- Полезна ли была для вас информация, которую вы получили сегодня на занятии?
- Будете ли вы применять технику АС в повседневной жизни?

## **Заключение**

Общение с ребёнком, особенно в подростковом возрасте – это проблема, для разрешения которой требуются определённые навыки и умения.

Сегодня, вы познакомились с техникой активного слушания, на практике попробовали использовать эту технику. Вы убедились в том, как это не просто. Увидели, что вам так и хочется задать ребёнку вопрос и прокомментировать ситуацию. Данная техника помогает выстраивать отношения с детьми, лучше понимать детей, с её использованием ослабевает напряжение в общении. Я думаю, что вы попробуете применять эту технику и в повседневной жизни.

## **Советы родителям**

Всегда называйте его по имени.

Слушайте, что говорит вам ребенок, не перебивайте его.

Если вы обещаете ребенку что-то для него сделать – обязательно выполните.

Давайте правдивую оценку поведению ребенка.

Внимательно относитесь к обращенным вам переживаниям ребенка. Предложите свою помощь в разрешении трудного для него вопроса. Здесь уместно только: « Как я тебе могу помочь?» и нежелательно навязывание своего варианта решения проблемы.

С одобрением относитесь к идеям и предложениям ребенка, выражайте благодарность за инициативность и участие в совместной деятельности.

## **ВАЖНО ЗАПОМНИТЬ!**

Основное правило общения с ребенком - никакой критики!