**Психофизиологические особенности развития старшеклассника.**

**Мой ребенок – личность**

**Цель:** осознание родителями своих возможностей в создании благоприятных условий для развития старшеклассников.

**Задачи:**

- знакомство родителей с психологическим содержанием юношеского возраста;

- фасилитация выбора родителями способов поддержки детей в старшем школьном возрасте.

научиться выслушивать своего ребенка, получать и давать обратную связь.

- научиться навыкам эмпатичного поведения, оказанию эмоциональной поддержки.

**Материалы:** мультимедийный проектор, бедже, ручки, бумага.

**ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

*Вступительное слово ведущего*: учебно-профессиональная деятельность как ведущая в старшем школьном возрасте, формирование психологической готовности к профессиональному и личностному самоопределению, образование ценностных ориентаций как устойчивого свойства личности, становление мировоззрения, возникновение жизненного плана, мотивы самоутверждения и саморазвития как ведущие, развитие самосознания старшеклассника, осознании себя, своих особенностей, возможностей, достоинств, недостатков, роль самооценки и притязаний личности, открытие своего внутреннего мира, первая любовь и чувство одиночества как личностные новообразования возраста.

**ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ**

*Ведущий предлагает родителям старшеклассников вопросы для обсуждения:*

1) что отличает, на ваш взгляд, старшего школьника от подростка?

2) на чем, по вашему мнению, основывается готовность выпускников школы к выбору профессии и образа жизни?

3) как вы думаете, какую роль играют общечеловеческие и семейные ценности в становлении мировоззрения старшеклассников?

4) какие способы самоутверждения вы могли бы посоветовать своим детям?

5) какую роль в развитии старшеклассников, на ваш взгляд, играют первая любовь и чувство одиночества?

*Ведущий предлагает дилеммы для обсуждения и аргументированного выбора родителями воспитательной стратегии по отношению к старшекласснику:*

- расширить границы свободы для старшеклассника ***или*** сузить их, учитывая важность последних лет обучения в школе;

- усилить критику и нравоучения, ужесточить правила ***или*** увеличить помощь и поддержку;

- давить на ребенка своим авторитетом, решать за него что, как и когда ему нужно делать ***или*** предоставить право ему самому принимать решение и делать выбор;

- формулировать правила для старшеклассника в виде жестких требований ***или*** в виде совета и предостережения;

- подчинить все время старшеклассника учебе, подготовке к сдаче ЕГЭ ***или*** предоставлять ему личное время для любимых занятий и общения со сверстниками;

- сравнивать старшеклассника с его сверстниками ***или*** с ним самим прежним;

- опекать старшего школьника ***или*** доверять ему;

- относиться к ошибке сына, дочери как катастрофе ***или*** как возможности

для развития и достижения успеха.

*Затем ведущий формулирует следующие вопросы для обсуждения с родителями.*

Как вы думаете, на что должна быть, прежде всего направлена поддержка со стороны родителей:

- если старшеклассник существенно теряет интерес к учению?

- если старшеклассник сомневается в выборе профиля обучения, профессии и образовательного маршрута после окончания школы?

- если юноша или девушка переживают неразделенную любовь?

- если ваш ребенок в юношеском возрасте склонен к катастрофическому восприятию жизни и самого себя?

- если ваш ребенок – выпускник школы – очень боится итоговой аттестации и ставит на результаты ЕГЭ свою жизнь? На занятиях, одной из целей которых является формирование навыков общения, это упражнение для приветствия и разминки является повторяющимся из занятия в занятие. Это помогает педагогу-психологу отслеживать формирование определенных, заложенных в программе навыков (соответствие задач подбору упражнений на занятии), а так же с удовольствием видоизменяется участниками программы в процессе овладения новыми компетенциями.

 Приветствие: Каждому участнику по кругу, передавая мяч, предлагается поздороваться с соседом, упоминая его имя, и закончить приветствие продолжением фразы: «Я желаю тебе сегодня ….».

*Упражнение «Представление».*

 В начале работы предлагается каждому родителю оформить визитку, где участники программы указывают свое тренинговое имя. При этом каждый родитель вправе взять себе любое имя, то, которое ему нравится. Визитки крепятся булавкой на груди так, чтобы все участники могли прочитать. В дальнейшем на всем протяжении занятий можно будет обращаться друг к другу по этим именам.

 Далее каждый родитель по кругу называет свое имя и сообщает о нем что-нибудь, например, что означает мое имя, почему я его выбрал и т.п.

*Упражнение «Принятие соглашений группы».*

 После того, как родители выбрали себе тренинговое имя и рассказали о нем, педагог-психолог знакомит участников программы с основными правилами занятий с элементами тренинга, обсуждает особенности этой формы общения. Далее вырабатываются собственные правила группы родителей (см. пример).

*Правила:*

1.Обращаться друг к другу по выбранному имени.

2.Быть активным на занятиях.

3.Быть ответственным за свои дела и поступки.

4.Все происходящее совершается «здесь и теперь».

5.Быть искренним, говорить от первого лица.

6.Принимать себя и других.

7.Соблюдать конфиденциальность.

8.Избегать оценочной позиции по отношению к другому участнику программы.

 После каждого произнесенного и записанного правила, кто-то из участников может придумать, как это можно будет нарисовать. Желающие рисуют на общем листе ватмана, рядом с написанными правилами, по 1-2 рисунку на каждое правило или (если все хотят рисовать) на маленьких листочках, которые затем прикрепляются к ватману.

 Плакат с правилами прикрепляется на стенд в аудитории, где будут проходить дальнейшие занятия.

*Упражнение «Ритм».*

 Ведущий отстукивает в ладони какой-либо ритм. Родители внимательно слушают и по команде ведущего его повторяют (все вместе или по отдельности). Когда ритм освоен, ведущий предлагает различные вариации этого упражнения: каждый по очереди отбивает по одному хлопку. Слева направо. Когда ритм закончится, следующий участник выжидает короткую паузу и начинает сначала; и так до команды ведущего «Стоп». Далее задача усложняется: удлинение и усложнение ритма; отстукивание ритма каждым участником обеими руками по очереди и т.д.

 Далее задавание ритма предлагается желающим, которые задают ритм группе, повторяющей его.

 Рефлексия: желающие могут поделиться своими впечатлениями от этого упражнения: что было легче, что труднее, что они почувствовали в процессе упражнения.

*Упражнение «Правильно ли я понял, что ты…».*

 Участники программы делятся по парам. Каждому дается задание выступить сначала в роли рассказчика, который составляет небольшой рассказ о себе, рассказывает его своему партнеру, по сигналу ведущего, слушающий рассказ участник программы должен воспроизвести содержание рассказа, помогая себе словами: «правильно ли я понял, что ты…». Далее по сигналу ведущего участники меняются местами.

 Рефлексия: по кругу участники делятся впечатлениями от данного упражнения с помощью ответов на вопросы: «Было ли трудно воспроизвести рассказ партнера?»; «Какие трудности вы при этом испытывали?»; «Получилось ли у партнера точно передать Ваш рассказ?»; «Чем может помочь это упражнение при Вашем общении с ребенком?».

*Упражнение «Поделись со мной».*

Участникам занятия предлагается записать на карточке 10 качеств:

• нежность;

 • умение сочувствовать;

 • умение создавать хорошее настроение;

 • эмоциональность;

 • доброжелательность;

 • интеллект;

 • организаторские способности;

 • твердость характера;

 • решительность;

 • креативность.

 Далее каждый участник должен решить, какое качество присутствует у кого-либо из группы в большей степени, чем у него и подходит к этому человеку с фразой: «Пожалуйста, поделись со мной, например, твоим умением сочувствовать». Тот участник, к которому обратились с просьбой, отмечает у себя на карточке это качество. Таким образом, нужно обойти всю группу, попросив у каждого какое-либо качество (или несколько). На карточке каждого участника будут отметки о том, какие качества были у него востребованы другими, и какие качества он запрашивал сам.

 После выполнения задания участники садятся в круг для обсуждения. Обсуждение результатов может происходить как по количественному, так и по качественному составу признаков.

 Рефлексия: после выполнения и обсуждения упражнения участникам предлагается ответить на вопросы: «Что нового дало мне данное упражнение?»; «Что было для меня легко и что сложно?» и т.п.

**ЗАКЛЮЧИТЕЛЬНАЯ ЧАСТЬ**

*Заключительное слово ведущего:*  таким образом, старший школьный возраст чувствителен к освоению своего внутреннего мира, ему свойственны поиски перспективы жизненного пути, развитие чувства ответственности, стремление управлять собой, обогащение эмоциональной сферы. Юность – не пассивный объект обучения и воспитания, а самостоятельный субъект деятельности, подход к ней может быть только личностным, в духе сотрудничества. В связи с раз­витием самосознания у старшеклассников возникает стремление к доверительности во взаимодействии с окружающими людьми. Юношеская мечта о любви выражает, прежде всего, потребность в эмоциональном контакте, по­нимании, душевной близости. Доверительность становится качеством общения со взрослыми, а исповедальность — со сверстниками, что в первую очередь пред­полагает понимание и глубокое самораскрытие. К культуре отношений взаимопонимания и сотрудничества во многом юноши и девушки приобщаются в своей семье.

Ведущий подводит итоги групповой дискуссии и предлагает ее участникам написать мини-сочинение на тему «Как я помогу моему ребенку быть успешным и счастливым в последние годы обучения в школе».