

## **Классный час «Как наладить отношения с родителями»**

Данный классный час разработан с целью оказания методической помощи классным руководителям, педагогам-психологам, социальным педагогам.

**Категория учащихся:** 5-11 классы.

### **Цель:**

– сформировать у обучающихся правильное отношение к взрослым, родителям; определить имеющиеся проблемы в отношениях, научиться правильно их решать.

### **Ход занятия.**

#### **Вступление.**

**Классный руководитель**(психолог, социальный педагог). Если у тебя нет проблем с родителями, можешь считать себя счастливым. Вы поняли друг друга. Но чаще всего они есть и очень серьезные.

#### **1. Знакомство.**(2 мин)

**Классный руководитель** (психолог, социальный педагог). Ребята, я предлагаю каждому из вас оценить свои отношения со взрослыми по пятибалльной шкале.

Можно предложить ребятам поделиться своими оценками (по желанию).

#### **2.Диагностика отношений.** (5 мин)

**Классный руководитель**(психолог, социальный педагог) предлагает ребятам ответить на ряд вопросов теста- опросника «Мои отношения с родителями».

**Инструкция:** Прослушайте утверждения и подумайте, согласны ли вы с ними. Согласие и несогласие обозначается знаком «+» и «-» «соответственно

1. Я люблю своих родителей.
3. Я уважаю своих родителей.
4. Хорошие родители ограждают ребенка от трудностей жизни.
5. Я горжусь своими родителями.
6. Я всегда стараюсь помочь своим родителям.
7. Мои родители никогда не придираются ко мне по пустякам.
8. Мой ребенок ведет себя плохо специально, чтобы досадить мне.
9. Я с удовольствием провожу с родителями свое свободное время.
10. Родители мне доверяют.
11. Причина непонимания с родителями часто именно во мне (поведении, поступках)
12. Родители принимают всех моих друзей.
13. Я буду придерживаться тех же принципов воспитания своих детей, что и мои родители.
14. При принятии семейных решений следует учитывать мнение ребенка.
15. Родители многое мне запрещают.

#### **Интерпретация**

Если в твоих ответах есть минусы, то это говорит о проблемах

взаимодействия между тобой и взрослыми или об их назревании.

0 «-» - отношения отличные;

1-2 «-» - отношения среднего уровня, требуют корректировки;

более 2 «-» - низкий уровень взаимопонимания.

### **3. Работа в группах. (30 мин)**

**Классный руководитель** (психолог, социальный педагог). Ребята, я предлагаю вам разделиться на группы по своему желанию. В группе должно быть не менее 3-х и не более 6-ти человек.

Каждая из групп получит задание.

Первое задание группам «Ситуации».

Вы получите ситуацию, которую вам необходимо обсудить между собой, и ответить на вопросы:

- Случалась ли с вами такая ситуация?

- Как вы вели себя или как бы повели себя, окажись в данной ситуации?

Ситуации

1 группа Родители набросились на тебя из-за какой-нибудь мелочи...

2 группа Родители недовольны твоими успехами в учебе...

3 группа Родители не поощряют твоего интереса к противоположному полу...

4 группа Родителям не нравится твоя одежда...

После 2-3-минут обсуждения классный руководитель (психолог) просит группы по порядку ответить на заданные вопросы по своим ситуациям. Затем ребята получают информационную памятку.

#### **Памятка - советчик**

##### **1. Пойми своих родителей!**

Когда ты был маленьким, то наверняка гордился, что твой отец делает для тебя лучшие кораблики, а мама печет самые вкусные пирожки. Теперь родители смущают тебя: они либо слишком «модные», либо совершенно не «модные», и ты боишься, что друзья посмеются над тобой. Ты повзрослел, а они забыли или не хотят вспоминать, какими подростками были сами. А если и помнят, то доносят до тебя только свои подвиги. А если бы они были искренними, то рассказали бы, как всю ночь напролет танцевали на дискотеке, болтались с друзьями по улице и ни во что не ставили своих «предков».

Не веришь, порасспроси своих дядю или тетю.

Родители просто не хотят, чтобы ты увидел их не в идеальном виде.

Сами расспросите их о юности и попросите быть искренними и честными.

Пусть вспомнят, как сами восставали против своих родителей, искали свое «я», вспомнят свои глупости. Может они поймут, что, если даже и доставляли своим «предкам» хлопоты и беспокойство, сейчас у них все хорошо. Может быть, они дадут тебе право на сомнения, ошибки и неудачи (в пределах разумного, неопасного для жизни и здоровья, пойми и их...). И вы сможете вместе обсудить возникшие проблемы.

Доверьтесь их опыту, они такое уже переживали!

В нашем бурном мире существует только одна надежная гавань – ваши родители!

## **2. Как мирно сосуществовать с родителями.**

Родители набросились на тебя из-за какой-нибудь мелочи...

Это вовсе не значит, что они плохие родители и тебя не любят. Может быть, у них проблемы на работе, или они устали. Так что, если мама приходит домой и говорит, что на работе дела идут неважно, или отец появился с мрачной физиономией, старайся держаться от них подальше. И не стоит в такой момент клянчить деньги на кино или концерт и жаловаться на младшую сестренку, которая взяла твою любимую майку. Лучше выразить готовность помочь в чем-нибудь, посочувствуй: «Все образуется, мама!» Покажи им, что ты переживаешь за них!

## **3. Изучай своих родителей.**

Мы подчиняемся своим родителям. Любим их, ссоримся с ними, но очень редко пытаемся узнать их, их прошлое, их надежды и принципы. Попроси рассказать о прошлом – многое поймешь в их поведении.

Когда у тебя появится возможность, спроси родителей об их юности.

## **4. Общение – вот что важно.**

Основа любых хороших взаимоотношений – между родителями и детьми, между влюбленными и друзьями – это общение. Если твои отношения с родителями складываются неудачно, ты должен сам попытаться найти ключ к общению. Постарайся быть немного терпимее и ни в коем случае не веди себя заносчиво и нагло. Требовать, скулить, визжать – значит, вести себя по-детски. Ты ведь хочешь убедить родителей в том, что с тобой надо обращаться, как с взрослым. Это очень нелегко, но попробуй справиться!

Когда родители начинают понимать, что ты уклоняешься от общения с ними, они начинают активно расспрашивать о твоих делах.

Имеют ли они право знать о твоих проблемах? Да!

А не станет ли им плохо от такого знания? Возможно!

Но лучше рассказать все без утайки, пока ты не увяз в проблеме необратимо. У родителей свои представления о добре и зле, у тебя – свои. И прежде чем издеваться над их необоснованными подозрениями или бессмысленно врать, попробуй их успокоить или объяснить.

Попытайся сам найти ключ к общению!

## **5. Родители недовольны твоими успехами в учебе.**

Родители так нервничают и переживают по поводу твоей учебы, что становится непонятно, кто же учится на самом деле. Они по нескольку раз в день напоминают об уроках, ведут назидательные беседы о том, как важно получить хорошее образование. Они так и норовят оказаться у твоего стола в тот момент, когда ты делаешь уроки.

Что же делать?

Не жди, когда родители наткнутся на твой дневник или учитель позвонит им из школы. Лучше всех опередить и начать разговор самому. Объясни, почему оценки оставляют желать лучшего, и подробно распиши, как ты собираешься

исправлять ситуацию. Самое сложное убедить их, что ты сам справишься с проблемами в учебе. Если тебе удастся еще и выполнить обещание, родители начнут тебе доверять. Только не дерзи и не груби, отстаивая свои права на самостоятельность.

Если ты не выполнишь обещание, они имеют право не доверять тебе.

#### **6. Родители не поощряют твоего интереса к противоположному полу.**

Мало кто из родителей спокойно воспринимает известие о том, что у дочери или сына появился друг или подруга. Родители потребуют подробной информации о них и могут вынести вердикт: «Он (она) тебе не пара». И найдут какое-нибудь важное занятие именно в то время, когда назначено свидание.

Не вздумай сказать: «Не ваше дело» либо «Или вы его (ее) принимаете, или я с вами не разговариваю» Только выведешь их из себя. Лучше расскажи родителям о достоинствах своего избранника (избранницы) и обязательно познакомь их поближе. К встрече подготовь и друга (подругу): опиши как можно подробнее своих родителей: что им нравится, а что раздражает, подскажи, как лучше одеться.

Произведите благоприятное впечатление и пользуйтесь свободой общения.

#### **7. Родителям не нравится твоя одежда.**

Чаще всего родителей не приводит в восторг твой «прикид»: драные джинсы, открытые маячки и коротенькие шорты. Им так хочется, чтобы ты оделся «прилично», и они, без твоего ведома и согласия, покупают вещи на свой вкус. И очень обижаются, если ты их не носишь.

Не в коем случае не заявляйте категорично: «Как хочу, так и одеваюсь!». Ты дашь понять родителям, что не интересуешься их мнением и можешь остаться без одежды. Ведь деньги на модные «шмотки» дают все же родители.

Терпеливо объясни им, что все, что ты носишь, сейчас модно, и ты не хочешь выглядеть в своей компании белой вороной. Постарайся убедить их, что ищешь свой стиль, а для этого экспериментируешь, пробуешь выглядеть по-разному.

И хоть иногда одевайся «прилично», порадууй родителей

#### **8. Родителям не нравятся твои друзья.**

Если родителям не нравится твой друг, они постоянно будут говорить о том, что он тебя испортит. А если он (она) позвонит, скажут, что тебя нет дома или ты очень занят.

Неприязнь родителей только подогреют твои фразы типа «Мне лучше знать, с кем дружить!». Ты просто настроишь родителей против себя и друга.

Убеди их в том, что твои друзья – это люди, с которыми тебе интересно, что общение с ними дает новую информацию, статус в классе, ощущение собственной значимости, возможность отдохнуть и т. д. Познакомь родителей поближе с друзьями, организуй дома вечеринку по поводу важного для тебя события или приводи друзей по одному.

Родителям важно убедиться, что ребенок находится в порядочной компании

**Классный руководитель**(психолог, социальный педагог).Ребята, вы получили памятку с советами по поведению и общению с родителями. Проанализируйте свои ответы и советы педагогов и психологов. Правильно ли вы повели себя? Почему?

После того, как ребята проанализируют свои ответы, психолог предлагает ознакомиться с памятками, которые он раздаст им. Эти памятки остаются у ребят.

Памятка общения с родителями.

### **Коротко о главном**

#### 1. Жизнь дома

У каждого должны быть свои обязанности. Выполняй свои и живи спокойно. Не выполнил – объясни почему.

#### 2. Комендантский час, или поздние прогулки

Комендантский час – это мера безопасности, а не способ пытки. Объясняй родителям причину задержки, и ты добьешься послабления режима. В любом случае, предупреди родителей о своей задержке.

#### 3. Наказание.

Родителям сложно определить, какое наказание будет эффективным и достаточно серьезным. Договорись о способах наказания и не сердись, если сам лично его заслужил.

#### 4. Иди на риск.

Будь честным. Не копи чувства в себе, пока не взорвешься. Научись честно высказывать то, что чувствуешь и попробуй договориться.

#### 5. Не бойся показать свою уязвимость.

Расскажи родителям, на что ты сердишься и почему обижен. Только не впадай в гнев или истерику. Скажи, что нужно тебе. Вы обязательно договоритесь!

#### 6. Не хватает смелости в открытую вести диалог с родителями? Напиши им письмо!

Родители, возможно, не знают всего на свете, но, тем не менее, они знают все-таки больше, чем ты. Иметь родителей-друзей гораздо выгоднее.

Попробуй стать их другом!

Второе задание группам «Секреты выживания в семье или как наладить отношения с родителями»

**Классный руководитель**(психолог, социальный педагог). Специалисты утверждают: только 26% подростков довольны отношениями с родителями. Остальные не довольны. Чем именно?

1. Родители их не любят. И не просто не понимают, а не хотят понимать.

2. Родители не желают замечать их взросления, обращаются с ними как с маленькими детьми, ограждают запретами, не позволяют иметь собственную точку зрения, интересы и планы.

3. Родители чужие люди, но почему-то обладают сокрушительной властью. Хорошо чувствовать себя дома можно лишь при одном условии – мать и отец отсутствуют.

В итоге – конфликты, взаимное раздражение повседневное напряжение.

Можно ли изменить тягостную ситуацию? Можно!

Можно, если взяться за это целенаправленно? Можно!

Для восстановления дружеских отношений в семье необходим душевный труд, и тебе, дорогой друг придется поработать.

Пробовал ли кто-нибудь из вас предпринять хоть что-нибудь, чтобы их исправить? Нет, этого не делает никто или почти никто. Почему?

1. Потому, что если уж в семье сложился стереотип негативных отношений, то его достаточно трудно преодолеть.

2. Ты только считаешь себя взрослым и самостоятельным, а внутренне продолжаешь ощущать себя ребенком и рассуждаешь примерно так: почему я должен исправлять плохие отношения с родителями? Это должны делать они.

3. Ты не умеешь и не знаешь, как подступиться к задаче.

Признайся себе сам: ты действительно хочешь, чтобы твои папа и мама тебя понимали, ты действительно хочешь, чтобы они были твоими близкими друзьями? Ты действительно хочешь, чтобы родители не мешали тебе дружить с кем ты хочешь, слушать музыку, какую ты любишь, давали больше свободы, доверяли?

Помни! Этого нельзя достичь в одиночестве, для этого требуется не один день. Если ты готов, тебе можно предложить пути к содружеству с твоими родителями

Каждая из групп получит один из шагов на пути к построению комфортных отношений с родителями. Ваша задача в течении 2-3 минут изучить, обсудить полученную информацию, а затем суметь донести ее до одноклассников.

**1-я группа Шаг первый:** пойми своих родителей.

Итак, прежде всего надо понять родителей. И начнем с тех, кто не хочет понимать своих сыновей и дочерей. Почему не хотят? Родителям так проще жить.

Почему же они стремятся к более простым решениям? Причина серьезна, и ее нужно взять в расчет.

Взрослым сегодня очень трудно, они выросли и сформировались в совершенно ином мире, чем тот, в котором живешь ты.

То, что для тебя является привычным, для них требует серьезной внутренней перестройки.

Родители не могут позволить себе делать то, что они хотят. Это ты поступаешь так, как тебе хочется, хотя на первый взгляд дело обстоит противоположным образом.

Если ты захотел прогулять урок, ты его прогуляешь, хотя это может привести к неприятности. Родители не могут прогулять работу, т.к. от этого зависит благосостояние семьи. Поройся в памяти: когда мама покупала обновку себе? А когда обновку покупала тебе?

На родителей нужно взглянуть новыми глазами. На них давят общественное мнение, чем они очень дорожат, неостановимая необходимость зарабатывать. Посочувствуй им в душе, даже если минуту назад злился на них. У тебя

больше свободы и гибкости, тебе легче преодолеть негативные семейные установки

**2-я группа Шаг второй:** не бейся в одиночку.

Окончательно искоренить конфликты и непонимание между тобой и родителями невозможно. Конфликт - это реальность любых отношений, просто - потому, что все люди, и родители с детьми, в том числе разные и потребности, желания, стремления у них не могут совпадать полностью. Он может привести к длительной враждебности, но может и научить участников лучше понимать друг друга.

В будущей жизни тебе придется столкнуться с многообразными и неизбежными конфликтами, так что опыт здорового разрешения конфликта в родительской семье необходим и полезен.

Некоторые люди панически боятся конфликтов, столкновения точек зрения, выяснения отношений и стараются избежать их любой ценой, тем самым загоняя проблему внутрь. Большинство идет на конфликт, хотя и считает его злом. Воспринимает как сражение, где возможен выигрыш или проигрыш.

Противоборствующие стороны стремятся к полной победе. Слова «выяснить отношения», «объясниться» в повседневном употреблении оказываются синонимами ссоры. Это ошибочное мнение. Прояснить, объяснить, выяснить взаимные позиции и отношения — это совсем другое. Это путь к взаимному выигрышу в конфликте.

Устанавливать взаимопонимание с родителями придется начинать тебе !

Пора научиться нормальному общению. А для этого необходим диалог. В семьях, где родители и дети недовольны друг другом, диалога, по сути, не бывает. А ты попробуй и у тебя получится!

**3-я группа Шаг третий:** не скандаль по пустякам - и останется сил на серьезные проблемы.

Диалог и еще раз диалог! С родителями нужно разговаривать. О чем?

Первая попытка: попробуй поговорить с ними о работе. (Опросы, проведенные среди подростков, выяснили поразительный факт: большинство из вас просто не знают, где, как и почему трудятся родители, понятия не имеют, какое у них образование, любят ли свою работу.) Спрашивай, задавай вопросы, проявляй искренний интерес: «А где ты учился?», «Какая у тебя профессия?», «Почему ты выбрал такую профессию» и т.д.

Если родители увидят, что ты проявляешь к ним неподдельный интерес, они ответят на все твои вопросы, а это путь к взаимопониманию. Даже если в семье стало привычным взаимное отчуждение, интерес к работе родителей обязательно вызовет отклик с их стороны. Как бы, между прочим, осторожно спроси маму вечером: «Устала? Что у тебя сегодня было на работе? Как прошел день?». Она ответит. Вот он твой первый камешек, заложенный в основание отношений со взаимным выигрышем. А как быть, если отношения настолько испорчены, что родители не хотят отвечать? Приступай к разведке на следующий вечер, варьируй вопросы. Расскажи эпизод из своей школьной жизни, выпроси их мнение и вновь перейди к вопросам о работе.

Через некоторое время родители привыкнут к тому, что ты интересуешься их

делами, даже если они этого сразу не покажут. Можно переходить к следующему этапу наведения мостов.

Вторая попытка: связана с очень актуальной для тебя проблемой влюбленности.

Подойди отдельно к маме, отдельно к папе и попроси рассказать, как они встретились, как они полюбили друг друга. Еще не было случая, чтоб на вопрос, а как вы первый раз поцеловались с папой, мама бы не изменилась в лице и не улыбнулась. Папы ведут себя сдержаннее, но и для них это дорогие воспоминания. Устав от будней, родители немножко забыли об этом, но когда ты начинаешь интересоваться их прошлым, они получают редкую и счастливую возможность вновь пережить лучшие минуты жизни.

Третья попытка: разговор по душам. Доверительный и откровенный. Начни с нейтральных тем: обсуди кинофильм, посмотри с родителями телепередачу.

Не забывай, что твои родители тоже были детьми и гораздо лучше помнят свое детство, чем им это кажется. Часто родители, чтобы укорить тебя, пользуются фразой: «Вот я в твои годы...» Лови их на слове: «А, в самом деле, каким ты был в мои годы?»

Расспроси родителей, какими они были, о чем мечтали, чем интересовались, когда им было столько лет, сколько тебе сейчас. Какая была мода? Какую музыку слушали? Случалось, ли им спорить с учителями? Постепенно подводи тему разговора к тому, с чем связана напряженность в ваших отношениях. Разузнай, как родители справлялись с ситуацией, с которой сегодня не справляешься ты.

Кроме того не забывай, что есть волшебные слова, которые действуют на всех и всегда. Вспомни, когда ты в последний раз в разговоре с родителями употребил слова «спасибо» и «пожалуйста».

На родителей ласковые, вежливые слова и волшебные действуют магически. Вспомни о них, употребляй в своей речи и поймешь, что это действительно так. Чрезвычайно продуктивные обращения, связанные с просьбой о совете: мне нужно посоветоваться... дайте мне совет... помогите советом в совете тебе никто не откажет. Теперь ты можешь просить совета о предмете ваших разногласий. Вероятность, что родители ответят: «Сделай так, как я говорю!» - есть. Но ты уже привык вести диалог, поэтому возражай: «Да ведь мы потому и ссоримся, что я не могу поступить так, как вы требуете. Что бы вы сделали на моем месте? Посоветуйте...»

Компромисс можно найти всегда, кроме тех, о которых не может быть двух мнений: наркотики, алкоголь, антиобщественное поведение. Ты хочешь с друзьями поехать за город, а родители против? Спроси, на каких условиях они готовы тебя отпустить, какие обещания должен дать, чтобы они не волновались. Расскажи, почему тебе так важно поехать, кто там будет. Кому из друзей твои родители верят? Договорись с этим человеком, чтобы и он принял участие в этой поездке.

А если какому - то приятелю родители не доверяют? Познакомь их с ним поближе. Ты боишься близкого знакомства и думаешь, что родители станут возражать еще увереннее? Подумай, возможно, родители правы.



**4-я группа Шаг четвертый:** начинай обсуждать условия — и выигрыш неминуем.

Приучайся выражать свои обиды, недовольствие, негодование не бессодержательным криком, а внятными словами по существу. Объясняй причины своих переживаний: мама, мне больно и обидно, когда ты кричишь на меня (отнимаешь телефонную трубку, выключаешь мою музыку), я чувствую себя униженным, и мне начинает казаться, что ты меня не любишь... Попробуй сказать эту фразу в острой ситуации. Проверено на опыте: накал страстей тут же уменьшается, родительское сердце смягчается. Ты ссоришься из-за «своей» музыки? Спроси себя: почему? Если она постоянно включена на полную громкость, то, согласишься, родительские упреки справедливы. Проблема решается просто: надень наушники. Скорее всего, дело пошло на принцип, ты просто хочешь настоять на своем, так как боишься, что, уступив в одном, родители запретят еще что-то. Ты заблуждаешься, родители, наоборот, расширят границы допустимого, когда убедятся, что ты воспринимаешь и учитываешь их возражения.

Ежедневные столкновения из-за обязанностей по дому? А, в самом деле, почему ты их не выполняешь. И что бы делал без принуждения и с удовольствием? Ответив на этот вопрос, начинай разговор издали. Спроси, где она больше устает - на работе или дома? Что любит делать по хозяйству, а что нет? Разговор завязался? Быстро признайся: знаешь, мама, я бы с удовольствием ходил за покупками, чистил ботинки и т.д., но я ужасно не люблю мыть посуду. Ты считаешь, что родители дают тебе мало денег на расходы? А, знаешь ли ты, какой у вас семейный бюджет, сколько зарабатывают родители? Если не в курсе - обсуди этот вопрос. И только потом переходи собственным нуждам. Испытай прием, который называется «испытай меня»: отпусти меня (в гости, на дискотеку и т.п.), я вернусь в точно назначенный срок, расскажу, что там было. Вот увидите, я могу отвечать за себя.

Третье задание группам: Игра «Я – родитель»

**Классный руководитель** (психолог, социальный педагог). Ребята, каждая группа получает ситуацию поведения ребёнка и должна проработать её с позиции родителя по следующим критериям.

1. отношение к поведению
2. причины такого поведения
3. пути изменения поведения
4. диалог (несколько фраз)

**ситуации:**

- ребёнок требует большие деньги на карманные расходы
- ребёнок играет в компьютер до двух часов ночи, не может проснуться на учёбу;
- ребёнок не приходит с улицы в назначенное время;
- ребёнок настойчиво проявляет неуважение к старшим членам семьи (бабушке, дедушке)

После 3-5 минут обсуждения дается слово каждой группе.

#### **4. Рефлексия.(3 мин)**

**Классный руководитель**(психолог, социальный педагог).Ребята, на листочках по пятибалльной шкале оцените:

- своё участие в занятии
- пользу занятия лично для вас.

Если кто-то желает высказать свое отношение к мероприятию, с удовольствием вас послушаем.

Дается слово желающим.

Спасибо за участие! Всего вам доброго!