

Тематика родительских собраний в 10-м классе

Личная проблема старшеклассников — чувство одиночества, открытие своего внутреннего мира.

В этот период своей жизни старшеклассник зачастую остается один на один со своими проблемами.

Существенное изменение самосознания приводит к тому, что повышается значимость собственных ценностей, самооценка отдельных качеств личности перерастает в оценку своего целостного образа.

Чувство взрослости, осознание собственной свободы, мечты о будущем, свободном от обязательств перед взрослыми, часто приводят к тому, что старшеклассник становится жертвой сект, начинает употреблять наркотики, может попасть в опасную компанию.

Отличительной чертой взрослости старшеклассников является то, что они порой не задумываются о завтрашнем дне, сегодня делая то, что требует их внутренний мир.

С родителями старшеклассников нужно говорить о таких страшных явлениях сегодняшнего мира, как СПИД и наркотики, об ответственности, которую начинает нести старшеклассник, если он совершает противоправные действия, об умении взрослых не конфликтовать и о том, как выйти из конфликта с взрослым ребенком.

Собрание 1

Тема собрания: СПИД — реальность или миф?

*«Слабость характера — это единственный недостаток, который невозможно исправить.»
Франсуа Ларошфуко*

*«В жизни возможны лишь две трагедии: первая-неосуществление своей страстной мечты,
вторая— добиться ее осуществления.» Оскар Уайльд*

Форма проведения собрания: беседа.

Задачи собрания:

1. Познакомить родителей старшеклассников с информацией о болезни СПИД.
2. Формировать у родителей адекватность понимания проблемы существования болезни СПИД.

Вопросы для обсуждения:

1. Родительский практикум.
2. История СПИДа и общемировые тенденции проблемы.
3. Стадии развития ВИЧ-инфекции.
4. Анализ ответов родителей на предложенные по теме ситуации.

Подготовительная работа к собранию

1. Подготовка информационного материала к родительскому собранию.
2. Подготовка к родительскому практикуму.
3. Оформление исторической справки по проблеме в виде плаката.
4. Подготовка информации для памятки родителям и детям.
5. Классный час Трагедии, участником которых можешь оказаться и ты...»

Ход собрания

Вступительное слово классного руководителя

Уважаемые папы и мамы!

Узнав о теме нашего родительского собрания, возможно, кто-то из вас подумал: зачем мне это, с моим ребенком ничего подобного произойти не может.

Дай бог, чтобы это было так и наш разговор сегодня остался только разговором.

Однако давайте обратимся к статистике. Сегодняшняя молодежь достаточно рано вступает в сексуальные отношения:

5% — 12 лет; 19% — 14 лет;

9,5% — 13 лет; 27% — 15 лет.

Сексуальные знания молодежь получает:

из фильмов — 72%; от родителей — 12%;

на улице в компаниях — 47%; от педагогов — 1%.

от друзей и подруг — 44%;

Данная статистика говорит сама за себя. Но самое главное, о чем говорят представители лечебных учреждений, консультаций — все больные, независимо от своего возраста, говорят одну фразу: «Если бы я знал об этом раньше...»

Давайте не будем об этом молчать. Рядом с вами, рядом с вашим ребенком в реальной жизни может быть больной человек, он может стать членом вашей семьи, он может вместе с вами работать, жить на одной лестничной площадке. Нельзя отгородиться от реалий сегодняшней жизни. Нужно учиться жить в этом мире и учить этому своего подросткового ребенка.

Родительский практикум

В начале собрания можно провести родительский практикум.

На доске написаны ситуации и формы поведения, которые нужно разделить на категории:

1. Сопряжено с риском 2. Безопасно.

Представьте, что рядом с вами, с вашей семьей или в вашем окружении появился человек, зараженный СПИДом. Какие ситуации, приведенные на доске или формы поведения, могут привести к заражению вашего ребенка и вас болезнью — чумой 20-го века?

Действия	Сопряжено с риском	Безопасно
Дружески обниматься		
«Иметь половые отношения		
Принимать пищу за одним столом		
Спать в одной комнате		

Обмениваться рукопожатиями		
Помогать при промывании ран		
Сидеть за одной партой		
Дать другому человеку в пользование свои учебные принадлежности		
Использовать чужую зубную щетку		
Пить из общего питьевого фонтанчика		
Пользоваться общим туалетом		
Целоваться в губы		
Кашлять и чихать в одной комнате		
Совместно посещать бассейн		
Ехать в одном автобусе		
Купаться в одной реке		
Быть укушенным ВИЧ – инфицированным		
Пользоваться чужой бритвой		
Играть в одной команде по футболу		
Читать одну и ту же книгу (газету)		

Анализ ответов родителей проводится в конце собрания.

Знакомство родителей с историей появления на планете Земля СПИДа.

История СПИДа и общемировые тенденции

(Таблицу можно сделать на доске.)

Июнь 1981 г. — появляются первые сообщения о симптомах необычной болезни, распространившейся среди американских гомосексуалистов. Аналогичные симптомы отмечаются в Африке.

Май 1983 г. — в Пастеровском институте в Париже выделен вирус, вызывающий СПИД.

Март 1985 г. — в США впервые проводится анализ с целью обнаружения антител ВИЧ.

Октябрь 1991 г. — Мэджик Джонсон, звезда американского баскетбола, объявляет о том, что заражен ВИЧ.

Октябрь 1992 г. — Гарвардская комиссия по глобальной политике в области СПИДа предсказывает: к 2000 году в мире будет около 24 миллионов больных СПИДом.

Февраль 1993 г. — Артур Эги, первый чернокожий теннисист, выигравший Уимблдонский турнир, умирает от СПИДа.

Январь 1995 г. — ученые установили: уже через 2 — 4 недели после заражения ВИЧ размножается в организме настолько, что не поддается воздействию современных лекарственных препаратов.

К 1995 г. СПИД поразил 4,5 миллиона человек, из которых более 3 миллионов умерли. В течение следующих 5 лет ВИЧ заразились еще около 20 миллионов человек.

70% женщин — носителей ВИЧ, находятся в возрасте от 15 до 24 лет.

По данным Всемирной организации здравоохранения, к началу XXI века от 5 до 10 миллионов детей осиротели в результате смерти родителей от СПИДа.

Вопросы родителям:

1. Встречали ли вы на своем жизненном пути человека, больного СПИДом?
3. Как выглядит такой человек?
4. Чем он отличается от нас с вами?

Стадии ВИЧ-инфекции

Американский институт исследований вируса СПИДа выделяет 6 стадий:

- 1, Проникновение вируса в организм. Люди еще не чувствуют, что они больны. Организм выделяет достаточное количество антител для борьбы с болезнью, но при половом контакте больные уже заражают других людей.
2. Ночная потливость, опухание желез. Через 2 — 3 недели у большинства инфицированных эти симптомы исчезают, и человек еще не знает, что он — носитель вируса.
3. Поражение иммунной системы. У взрослых этот период может длиться 10 лет. Люди не чувствуют себя больными.
4. Повреждение иммунной системы и ослабление сопротивляемости организма инфекционным заболеваниям. Если человек подвергается любому вирусному заболеванию, ему излечиться гораздо труднее, чем до заражения СПИДом.

5. У больного наблюдаются следующие симптомы:

- ~ хроническая усталость;
- ~ жар, озноб, обильная ночная потливость;
- ~ потеря веса (более 5 кг);
- ~ опухание желез (сохраняется более 2 месяцев); пятна, сыпь, фурункулы различных оттенков (от розового до лилового) на коже и под кожей;
- ~ не исчезающие белые пятна в ротовой полости;
- ~ хронический понос;
- ~ хронический сухой кашель с одышкой.

6. Последняя стадия инфекции ВИЧ. Больной имеет шанс прожить лишь 18 месяцев.

Пути распространения СПИДа

1. Интимная половая близость (половое сношение).
2. Внутривенное введение лекарственных препаратов или наркотиков.
3. Переливание крови.
4. Нанесение татуировок или проведение ритуалов, связанных с использованием человеческой крови.
5. Трансплантация органов.

Что нужно помнить родителям

Сейчас вы слушаете поучительную историю легендарного греческого баснописца Эзопа, мораль которой вы должны определить сами.

В одном болоте жили-были две лягушки. Настало жаркое лето, болото высохло, и лягушкам пришлось перебираться на новое место, ведь лягушки живут там, где влажно. В поисках нового убежища они наткнулись на глубокий колодец. Одна из лягушек заглянула в него и сказала: «Отличное место! Здесь полно холодной воды! Давай прыгнем в этот колодец и останемся в нем жить!»

Но другая лягушка ответила: «Не торопись. Конечно, здесь много воды, но что с нами будет, если этот колодец высохнет, как и болото? Как мы сможем выпрыгнуть из такой глубокой ямы?»

Обсуждение проблемы.

Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы! Ваш сын или дочь выросли, но они — ваши дети. Их ошибки — это ваши бессонные ночи, горькие слезы, отсутствие радости жизни.

Помните об этом, когда уходите от общения с ними, замалчиваете проблемы, скрываете факты, которые могут привести к трагедии...

Вы обязаны знать:

- ~ с кем дружит ваш ребенок, в каких компаниях бывает;
- ~ кто его лучший друг или подруга;
- ~ где проводит свободное время;
- ~ чем увлекается и какие у него увлечения и интересы.

Вы должны тревожиться, если ваш ребенок:

- ~ вам грубит, дерзит, уходит из дома, не ставя вас об этом в известность;
- ~ вам лжет;
- ~ требует у вас деньги;
- ~ становится зависимым от алкоголя;
- ~ перестает с вами общаться и не реагирует на ваши требования.

Знайτε: из любой самой трудной ситуации есть выход. Надо только пытаться его найти!

Литература для подготовки к собранию

1. Как вырастить здорового ребенка. М., 1991.
2. Гаррисон М. Любовь, секс, СПИД. М., 1996.
3. С П И Д, его последствия и предупреждение. Калуга, 1992.

Собрание 2

Тема собрания: Об этом с тревогой говорят родители... Наркомания: что о ней нужно знать?

«Свобода есть осознанная необходимость» . Жизненная мудрость

Задачи собрания:

1. Помочь родителям получить достоверную информацию о наркотиках и их влиянии на личность.
2. Формировать у родителей понимание значимости данной проблемы в обществе, желание предупредить проблему.

Форма проведения собрания: вечер вопросов и ответов.

Подготовительная работа к собранию

1. Социологический и анкетный опрос среди учащихся и их родителей.
 2. Изучение тенденции к риску у старшеклассников.
 3. Подготовка вопросов родителей по теме,
 4. Подготовка памяток для родителей и учащихся.
 5. Проведение классного часа «Об опасностях, которые рядом».
 6. Подбор видеоматериалов по проблеме собрания. Опрос родителей и учащихся
- Учащиеся получают лист опроса и выполняют задание дома вместе с родителями.

Прочтите эти утверждения и укажите, согласны вы с ними или нет. Большинство наркотиков не вызывает серьезных осложнений здоровья, если принимать их в умеренных количествах.

Наркоманы иногда совершают жестокие криминальные преступления, о которых впоследствии не помнят. Марихуана вызывает у человека потерю интереса к любимой деятельности. Даже одноразовое применение кокаина может привести к смертельному исходу. В каждой дозе марихуаны содержатся неизвестные ядовитые вещества.

Каждый раз, когда человек находится в состоянии наркотического опьянения, происходит разрушение клеток мозга, которые впоследствии не восстанавливаются. Каждое принятие наркотиков требует увеличения принимаемой ранее дозы для получения прежнего эффекта.

От инфицированной иглы невозможно заразиться СПИДом. Алкоголь — это наркотик, позволяющий ощутить свободу и прилив энергии.

Наркотические лекарства, которые выписывают больному человеку, могут быть опасны и могут вызвать привыкание, если их принимать неправильно.

Опрос родителей

Общаясь с ребенком, касаетесь ли в разговоре темы наркотиков?

Как реагирует ребенок на ваши вопросы?

Доверяете ли вы вашему ребенку в вопросах, касающихся наркотиков?

Читаете ли вы литературу по этой проблеме?

Если бы вам предложили послушать лекцию по данной проблеме, приняли бы вы это предложение?

На какие вопросы по данной теме вы хотели бы получить ответ на родительском собрании?

Опрос учащихся

Продолжи предложения

Наркотики — это

Человек, употребляющий наркотики, — это

Если бы мне предложили наркотики, то я бы

Если бы мои друзья принимали наркотики, то я бы

Если бы мои родители узнали, что я принимаю наркотики, то они бы

Если бы я захотел попробовать наркотики, то я мог бы

Я знаю, как можно бороться с наркотиками. Тенденция к риску у старшеклассников

Ответьте на поставленные вопросы с максимальной откровенностью.

1. Если бы ты ехал на машине, превысил бы ты установленную скорость, зная, что человеку нужна твоя помощь?
2. Согласился бы ты участвовать в опасном эксперименте ради хорошего заработка?
3. Встал бы ты на пути опасного врага?
4. Мог бы ты ехать на подножке товарного вагона, который мчится на большой скорости?
5. Можешь ли ты всю ночь не спать, общаясь с друзьями?
6. Стал бы ты первым переходить бурную реку?
7. Дал бы ты другу деньги, зная, что для этого их нужно взять у родителей, родных в известность?
8. Вошел бы ты в клетку к тигру, если бы тебя предупредили, что это безопасно?

9. Мог бы ты залезть на крышу дома, чтобы просто полюбоваться видом, зная, что это небезопасно?
10. Мог бы ты без тренировки управлять лодкой?
11. Рискунул бы ты схватить за уздечку скачущую лошадь?
12. Мог бы ты пройти по бревну над бурной рекой?
13. Мог бы ты совершить прыжок с парашютом?
14. Мог бы ты проехать без билета и денег большое расстояние?
15. Сел бы ты в машину с водителем, который пьян?
16. Мог бы ты прыгнуть с горы в реку?
17. Если тебе было бы нужно делать срочную, но очень опасную операцию, ты бы согласился?
18. Мог бы ты кататься на подножке трамвая?
19. Мог бы ты подняться в лифте с большим количеством людей, чем положено по норме?
20. Мог бы ты за большие деньги совершить безрассудный поступок?
21. Мог бы ты выполнять работу с риском для жизни?
22. Мог бы ты на спор прыгнуть в ледяную воду?
23. Мог бы ты что-то делать по указанию авторитетного для тебя человека, зная, что это сопряжено с риском?
24. Мог бы выполнять какую-то работу по инструкции?
25. Мог бы поехать в опасное путешествие с риском для жизни?

Шкала ответов:

- 2 — нет;
- 1 — скорее нет, чем да;
- 0 — трудно сказать;
- +1 — скорее да, чем нет;
- +2 — да.

Общая оценка подсчитывается как сумма баллов по всем пунктам опросника. Чем сумма баллов выше, тем сильнее склонность к риску у отвечающего на вопросы.

Предварительная подготовка вопросов родителей по теме вечера Вопросы родителей собираются и анализируются. На основе вопросов составляется предварительный запрос родителей на получение информации по теме собрания.

Вопросы родителей:

1. Почему подростки наиболее подвержены наркомании? .
2. Как давно появились наркотики?
3. Как ведется борьба с наркоманией?
4. Можно ли реально через наркотики заболеть СПИДом?
5. Каковы опасности, связанные с наркотиками?
6. Могут ли быть дети у наркоманов, и какими они могут родиться?

Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы!

Для того, чтобы избежать проблем, связанных с употреблением наркотиков, помните:

1. Вы должны быть своему ребенку самым близким человеком, независимо от тех трудных ситуаций, в которые он может попадать.
2. Если ребенок выходит из-под вашего контроля, не замалчивайте проблему, идите к людям и специалистам, чтобы ее решить.
3. Если ваш ребенок курит, пьет спиртные напитки, вы не застрахованы от того, что он может принимать наркотики.
4. Если вашему ребенку дома плохо, если он живет в мире ссор и скандалов, то он может оказаться в компании, которая научит его, как уйти в мир счастья и покоя с помощью наркотиков.
5. Наблюдайте за поведением и состоянием здоровья вашего ребенка,
6. Если ваш ребенок испытывает необъяснимую тошноту, возбуждение, бред, галлюцинации, вам необходимо срочно обратиться к специалистам.
7. Старайтесь не отмахиваться от вопросов собственного ребенка, будьте справедливы и честны в оценке его поступков и действий.;
8. Помните! Если ребенок принимает наркотики, значит, в его воспитании вы допустили серьезные просчеты. Не усугубляйте их!

Классный час с учащимися на тему «Об опасностях, которые рядом»

В ходе классного часа классный руководитель ведет с ребятами откровенный разговор по проблеме, используя видеосюжеты, статьи из журналов, плакаты и памятки.

В конце классного часа педагог должен предложить учащимся в виде памятки следующую информацию.

Опасности, связанные с употреблением наркотиков:

- ~ передозировка ведет к потере сознания и даже смерти;
- ~ очень часты аварии в состоянии наркотического опьянения;
- ~ привыкание, физическая и психологическая зависимость;
- ~ растерянность, эйфория, галлюцинации, которые приводят к смертельному исходу;
- ~ повышенная эмоциональная возбудимость и нерациональное поведение;
- ~ провалы памяти;
- ~ частые головокружения после принятия;
- ~ мгновенная смерть (чистый кокаин);
- ~ СПИД и другие сопутствующие заболевания;
- ~ потеря интереса, стремлений, лень (марихуана);
- ~ врожденные дефекты у будущих детей;
- ~ повторная тяга к наркотикам после длительного перерыва в их употреблении (ЛСД и «Ангельская пыль»);
- ~ физические и психические нарушения.

Полезная информация

Наркотики — это токсические вещества, вызывающие поражение многих органов, снижающие иммунитет и приводящие к ранней смерти. При использовании инъекций наркоманы заражаются СПИДом и гепатитом и заражают этими болезнями других.

Под действием наркотиков у человека происходят резкие изменения психики, появляются галлюцинации — видения, которые не существуют на самом деле. Человек начинает жить новыми ощущениями, ничего не замечая вокруг, ему могут казаться разные вещи. В таком состоянии человек способен на любые поступки и преступления, так как у него отсутствует контроль за своим поведением.

После того, как действие наркотика проходит, наступает очень болезненное состояние, вынуждающее снова применять наркотическое средство. Человек постоянно думает о том, как достать новую порцию зелья. Он становится злым и угрюмым, перестает интересоваться друзьями и семьей. Таким образом, развивается страшная болезнь — наркомания, которая может привести к смерти.

Постоянное применение наркотических веществ ведет к изменению личности — понижается роль высших чувств и повышается роль чувств низших; ухудшается здоровье и меняется характер.

Причины использования наркотиков:

1. Недостаточное воспитание нравственно-этических качеств.
2. Отсутствие эмоциональной уравновешенности, неспособность противостоять различным внешним ситуациям.
3. Своеобразная мода в современном обществе на наркотики.

Меры профилактики:

- ~ воспитание нравственно-этических качеств;
- ~ воспитание безопасного и ответственного поведения, обучение методам самоуправления;
- ~ социальная защита в детском и молодом возрасте;
- ~ запрет на пропаганду наркотиков;
- ~ запрет на производство и распространение наркотиков;
- ~ пропаганда здорового образа жизни.

Ход собрания

Собрание начинается с показа видеосюжетов. На фоне видеосюжетов классный руководитель знакомит родителей с материалами анкетирования учащихся и родителей.

Затем классный руководитель или приглашенные для участия в вечере специалисты отвечают на вопросы родителей.

Вопрос первый. Почему подростки наиболее подвержены наркомании?

В подростковом возрасте очень хочется:

- ~ освободиться от постоянного контроля взрослых, который сопровождается недоверием и подозрительностью;
- ~ соответствовать необоснованно предъявляемым обвинениям,
- ~ освободиться от взрослых обязанностей и правил игры;
- ~ вкусить запретный плод, о котором так много говорят;
- ~ соответствовать нормам и ценностям референтной группы;
- ~ казаться сильным и умеющим все, не бояться взрослых.

Вопрос второй. Как давно появились наркотики?

Растения с психоактивными веществами известны с давних времен. В племенах они использовались для ритуальных церемоний. Выбор растения зависел от того, какое количество его произрастало в данной местности.

Грибы-галлюциногены — Северная Америка;

Кустарник коки — Южная Америка;

Мак и конопля — Центральная и Южная Азия, Северная Африка, Кавказ.

Вопрос третий. Как ведется борьба с наркоманией?

Во многих странах арабского мира и среднеазиатских странах за употребление, хранение и сбыт наркотиков полагается смертная казнь. Во многих европейских странах законы более мягкие. В Германии, Голландии люди-наркоманы не боятся в этом признаваться, получают медикаменты и неотложную помощь.

Вопрос четвертый. Насколько реально наркоману заразиться СПИДом?

Есть определенная статистика: в двадцати случаях из ста наркоман становится ВИЧ-инфицированным.

Вопрос четвертый. Самые распространенные наркотические вещества?

Галлюциногены — наркотики, вызывающие галлюцинации. Самый распространенный — ЛСД. После его принятия резко меняется настроение — от безудержного смеха до бесконечных и непрекращающихся рыданий. Этот наркотик был впервые выделен из грибка спорынья и впоследствии синтезирован.

Токсины — клей, лак, бензин, чистящие и моющие средства. Они задерживают дыхание, приводят к состоянию ощущения падения с большой высоты.

Опиаты — вещества, которые используют в медицине для снятия боли. Самый распространенный — героин. Он действует угнетающе на нервную систему.

Опиоиды — синтетические суррогаты опиумных препаратов. Вызывают толерантность и зависимость.

Вопрос пятый. Куда обращаться за помощью?

Телефон доверия «Российской нарколинии»

(095) 280-61-01;

Российский фонд борьбы с наркоманией

(095) 299-53-52;

Телефон доверия НАН для подростков и их родителей

(095) 421-55-55;

Неотложная наркологическая помощь

(095) 427-66-01;

Фонд спасения детей и подростков от наркотиков

(095) 458-74-58;

Вопрос шестой. Какими могут быть дети у наркоманов?

- ~ от рождения зависимы от наркотиков;
- ~ у них чаще всего развиты пороки внутренних органов;
- ~ большой риск психических заболеваний;
- ~ плохая учебная успеваемость;
- ~ асоциальное поведение.

Затем классный руководитель знакомит участников вечера с сочинениями учащихся по проблеме, мнением учащихся, результатами состоявшегося классного часа.

Обмен мнениями родителей.

Итог собрания.

Литература для подготовки к собранию

1. Родионов В. А. Я и другие. Тренинги социальных навыков. Ярославль, 2003.
2. Соловов А. В. Наркомании: причины, виды, последствия, профилактика. Казань, 1999.

Собрание 3

Тема собрания: Характер моего ребенка.

«У каждого человека три характера: тот, который ему приписывают, тот, который он сам себе приписывает, и, наконец, тот, который он имеет в действительности.» В. Гюго.

Задачи собрания:

1. Обсудить с родителями проблемы старшеклассников, связанные с особенностями формирования их характера.
 2. Учить родителей понимать особенности характера собственного ребенка.
- Форма проведения собрания: родительско-ученический ринг.

Подготовительная работа к собранию

1. Подготовка заданий для групп «отцов и детей».
2. Подготовка теста для учащихся и родителей,
3. Написание ребятами сочинения-размышления на тему «Несхожесть характеров может привести к трагедии?!»
4. Учащиеся получают задание к родительскому собранию — «Характер и судьба».

Подготовка заданий для групп

Группа «отцы и дети» #1

Задание 1

Дайте толкование понятию «характер». Что он «характеризует» в человеке?

Задание 2

Проиллюстрируйте примерами пословицу: «Посеешь привычку — пожнешь характер». Докажите, что это так, или опровергните эту точку зрения.

Задание 3

Есть черты характера, которые определяют способность человека к выбору цели. Назовите их и проиллюстрируйте примерами.

(Для справки классного руководителя: целеустремленность, прагматизм, рациональность, расчетливость.)

Группа «отцы и дети» #2

Задание 1

Объясните непосвященным, как образуется характер человека? Приведите тому примеры.

Задание 2

Оноре де Бальзак говорил: «Серьезность — основа характера». Так ли это?

Задание 3

Есть черты характера, которые демонстрируют отношение человека к делу, к труду. Назовите их и проиллюстрируйте примерами. (К сведению классного руководителя — трудолюбие, добросовестность, инициативность, безответственность и т. д.)

Группа «отцы и дети» #3

Задание 1

Часто можно слышать: «У него золотой характер» или «Как можно жить с таким несносным характером?».

Поясните, как это понимать и с чем связано наличие у человека золотого характера и несносного характера.

Задание 2

Опровергните или подтвердите мысль, высказанную Виктором Гюго:

«У каждого человека три характера: тот, который ему приписывают, тот, который он сам себе приписывает, и, наконец, тот, который есть в действительности.»

Задание 3

Есть черты характера, которые демонстрируют отношение человека к людям. Назовите эти черты характера и проиллюстрируйте их своими примерами. (К сведению классного руководителя: общительность — замкнутость, искренность — лицемерие и другие.)

Группа «отцы и дети» #4

Задание 1

Что вы можете сказать по данному утверждению: «Плохой характер можно изменить».

Задание 2

Подтвердите или опровергните эту мысль: «Характер — это умение быть собой». Трудно ли человеку быть всегда самим собой?

Задание 3

Есть группа качеств, которые характеризуют отношение человека к самому себе.

Назовите эту группу качеств. Какими качествами этой группы обладают люди, близкие вашему окружению. Какие качества этой группы могут здорово помешать человеку нормально жить? (К сведению классного руководителя — самокритичность, требовательность, гордость.)

Группа «отцы и дети» #5.

Задание 1

Объясните фразу: «Темперамент — климат характера».

Задание 2

Какие черты характера демонстрируют отношение человека к материальным ценностям? Так ли это важно в реальной жизни? Проиллюстрируйте это положение своими примерами.

Задание 3

Можно ли иметь хороший характер и быть бездуховным человеком? Какие черты характера кроются за бездуховностью? Приведите примеры и доказательства.

Подготовка теста для учащихся и родителей

Тест предлагается учащимся и родителям. Выполняют они его отдельно, но результаты анализируют вместе в ходе собрания после вопросов ринга.

1. Считаете ли вы, что у многих ваших знакомых плохой характер?
2. Раздражают ли вас повседневные мелкие обязанности?
3. Верите ли вы, что ваши друзья преданы вам?
4. Вам неприятно, когда незнакомый человек на улице говорит вам «ты»?
5. Способны ли вы ударить собаку или кошку?
6. Часто ли вы принимаете лекарство?
7. Вам надоедает ходить в один и тот же магазин за продуктами?
8. Тяготят ли вас общественные обязанности?
9. Способны ли вы ждать опаздывающего человека более пяти минут?
10. Способны ли вы ждать телефонный звонок, не проявляя беспокойства?
11. Часто ли вам приходит в голову мысль о вашей невезучести?
12. Часто ли меняется ваша фигура и отчего это зависит?
13. Можете ли вы с улыбкой воспринимать подшучивание друзей?
14. Нравится ли вам жизнь вашей семьи?
15. Злопамятны ли вы?
16. Раздражают ли вас изменения в природе или «у природы нет плохой погоды»?
17. Случается ли вам с самого утра быть в плохом настроении?
18. Раздражает ли вас современная живопись, музыка и песни?
19. Надоедает ли вам присутствие в доме чужих людей?

Обработка результатов

Поставьте себе по одному очку за каждый отрицательный ответ на вопросы: 1, 2, 4, 5, 6, 7, 8, 11, 12, 15, 16, 17, 18.

Поставьте себе по одному очку за каждый положительный ответ на вопросы: 3, 9, 10, 13, 14, 19.

Подсчитайте очки.

Если вы набрали больше 15 очков, то с вашим характером можно жить хорошо. Вы покладисты, люди, которые рядом с вами, могут радоваться. Вы доброжелательны и тактичны, рядом с вами не бывает неловкости.

Если вы набрали от 8 до 15 очков, то у вас еще не все потеряно. В вашем характере есть недостатки, но много и достоинств. Вам только нужно не поспешить раскрыть свои достоинства. Хотя это для вас достаточно не просто. Вы боитесь потерять свой авторитет в глазах окружающих.

Если вы набрали меньше 8 баллов, вашим родным и близким, друзьям и сослуживцам не позавидуешь. Рядом с вами по жизни идут ссоры и конфликты, которым вы не можете противостоять из-за своего характера. Характер характером, но можете ведь и у разбитого корыта остаться.

Сочинение-размышление на тему

«Несхожесть характеров может привести к трагедии? 1»

К родительскому собранию старшеклассники пишут сочинение-размышление: «Несхожесть характеров может привести к трагедии?!».

Это сочинение очень уместно зачитать после теста, который будут обсуждать дети и родители друг с другом. Если кто-то из ребят не хочет читать вслух, он может показать свое сочинение родителям, которые сидят вместе с ним за партой.

Характер и судьба

Учащиеся получают предварительное задание. Задание состоит из нескольких вариантов.

Первый вариант — ребята готовят историческую справку. Она о жизни выдающихся людей, на судьбу которых повлиял их характер.

Второй вариант — рассказ о том, как сложились судьбы некоторых предков семьи или родственников под влиянием характера.

Ход собрания Вступительное слово классного руководителя

Юноши и девушки! Уважаемые родители!

Пройдет совсем немного времени, и ваши дети покинут стены школы, которая с каждым годом становится им все более мала, и пойдут учиться, работать, строить свою жизнь и судьбу.

Как сложится их жизнь, будет ли она счастливой и интересной, зависит от многих факторов.

Однако одним из главных факторов является характер человека. Добрый он или злой, капризный или неприхотливый, безжалостный или душевный покажет время. От того, какие качества характера преобладают в человеке, порой зависит так мало — просто человеческая жизнь!

Сегодня мы поговорим о характере. Однако наш разговор будет несколько необычен. Мы сами определим основные характеристики человеческого характера, обсудим это в группах, а затем родители и дети приведут свои доводы по каждому пункту тех заданий, которые лежат перед вами.

Работа в группах

Учащиеся и родители делятся на группы

Каждая группа «отцов и детей» получает одинаковое задание. В ходе собрания группы «отцов и детей» должны привести свое толкование тех постулатов, которые им предлагаются. Они могут вступать в полемику, опровергать доводы друг друга или соглашаться. На выступление каждой группы отводится 3 — 4 минуты. Затем группа экспертов из числа педагогов, присутствующих на собрании, выносит свой вердикт и отдает предпочтение какой-либо одной группе, которая была более убедительна.

Подведение итогов работы групп.

Тестирование старшеклассников и их родителей по теме собрания Каждый ученик и родитель выполняет тест отдельно, затем они садятся друг к другу и обсуждают, что у них получилось. Может быть, благодаря этому тесту выявятся причины конфликтных ситуаций во многих семьях, проблемы с педагогами и сверстниками.

По реке под названием Судьба

Учащиеся приводят примеры из жизни выдающихся людей и представителей своих семей. Ребята рассказывают о влиянии характера на судьбу.

Итог собрания.

Литература для подготовки к собранию

1. Василевич Л. И. Дневник самопознания. Мозырь, 2002.
2. Григорьева Т. Г. Основы конструктивного общения. Новосибирск, 1999.
3. Сонин В. А. Психологический практикум. Задачи, этюды, решения. М., 1998.

Собрание 4

Тема собрания: Конфликты с собственным ребенком и пути их разрешения.

*«Спор — это пережевывание противоречий для усвоения содержащихся в них истин.» В. Г. Кротов
«Леди отличается от цветочницы не тем, как она себя держит, а тем, как она с ней себя держит.»
Бернард Шоу*

Задачи собрания:

1. Помочь родителям преодолеть трудности в решении конфликтных ситуаций в семье.
2. Способствовать осмыслению конфликтной ситуации и путей выхода из нее.

Форма проведения собрания: обучающий семинар.

Вопросы для обсуждения:

1. Что такое конфликт?
2. Умение разрешать проблемы и конфликты.
3. Конфликты «трудного» возраста.
4. Тактика поведения в конфликте,

Подготовительная работа к собранию

1. Анкетирование учащихся и родителей.
2. Подготовка ситуаций для анализа.
3. Подготовка классным руководителем теоретического материала для выступления.
4. Проведение классного часа на тему «Поговорим о конфликтах».
5. Написание учащимися сочинения «Конфликт отцов и детей. Миф и реальность?!»

Подготовка памятки для родителей.

Данное родительское собрание является очень важным в работе классного руководителя с родителями старшеклассников. Это связано в первую очередь с тем, что многие старшеклассники, стоящие перед самостоятельным выбором дальнейшего пути, именно в 10-м классе более всего подвержены сомнениям, раздираемы внутренними противоречиями, страхами перед будущим выбором своего пути. Родители, в свою очередь, часто в такой ситуации не помощники и не друзья своим детям. Они в мечтаниях и установках на собственного ребенка создают идеализированный образ подростка и его дальнейшего пути. Но, столкнувшись в жизни с реальными возможностями ребенка, с его отношением к своему будущему, родительские радужные перспективы рассыпаются как картонный домик, и наступает «эра конфликтов».

Родители и дети воюют по поводу и без повода, каждый доказывает, свою правоту и каждый по-своему прав. Именно на этот период времени попадает самое большое обращение родителей к учителям, психологам и другим людям за помощью в разрешении конфликтной ситуации.

В связи с этим, классный руководитель может подготовить и провести родительское собрание, а затем предложить родителям поучаствовать в тренинге эффективного взаимодействия, который проводят психологи или просто компетентные и подготовленные люди.

Анкетирование учащихся и родителей

Продолжите предложения:

- 1, Конфликт — это
2. Причиной конфликта может быть
3. Конфликт может привести к тому, что
4. Чаще всего поводом для конфликта в семье может быть
5. Для того, чтобы избежать конфликт, нужно

Анкетирование родителей

1. Считаете ли вы необходимостью поднимать проблему конфликтов на родительском собрании?
2. Бывают ли у вас конфликтные ситуации в семье?
3. Как вы их разрешаете?
4. Могут ли быть в школе конфликтные ситуации?
5. Можно ли вообще обойтись в жизни без конфликтов?
6. Как вы научились выходить из конфликтов в семье?
7. Можете ли вы поделиться опытом выхода из конфликтных ситуаций, связанных с вашим сыном или дочерью?

Анкетирование учащихся

Ответь, по возможности честно и правдиво, на поставленные вопросы:

1. Ты — конфликтный человек?
2. Легко ли тебе выяснять с кем-то отношения?

3. Что ты чувствуешь после того, как ты выяснил с кем-то отношения?
4. Становишься ли ты умнее после выхода из конфликтной ситуации, делаешь ли для себя какие-нибудь выводы?
5. С кем ты чаще всего конфликтуешь?
6. Что может стать поводом к конфликтной ситуации?
7. Кто первым пытается разрешить конфликт — ты или другая сторона?
8. Что ты, как правило, отстаиваешь в конфликте?
9. Меняется ли твое отношение к людям, с которыми ты конфликтовал, или после того, как конфликт уладился, все остается в ваших взаимоотношениях по-прежнему?
10. Нужно ли учиться людям разрешать конфликтные ситуации?
11. Ты хотел бы принять участие в тренинге эффективного взаимодействия с людьми? Подготовка ситуаций для анализа

Очень важно, чтобы ситуации решали учащиеся на классном часу, а их родители — на родительском собрании. Ведь это позволит увидеть не только правильные варианты, которые чаще всего будут давать родители, но и услышать от ребят о реальном поведении в ситуациях как взрослых, так и детей.

Ситуация 1

Вам позвонили близкие друзья, которые хотят заглянуть к вам на часок. Вы лихорадочно начинаете убирать в квартире, что-то готовить, но явно не успеваете. Обращаетесь к своему взрослому сыну или дочери за помощью. В ответ — «это твои друзья, вот ты с ними и разбирайся».

Как вы поступите в такой ситуации?

Ситуация 2

Вы возвращаетесь с работы домой и уже на лестнице слышите громкую музыку, веселье в вашем доме. Вы входите в квартиру и видите веселящихся друзей вашего ребенка и его самого. В доме — полный беспорядок. Ваш ребенок смотрит на вас и говорит: «Привет! Мы немного повеселимся! Не возражаешь?»

Ваше решение в подобной ситуации?

Ситуация 3

У вас много уроков, необходимо написать сочинение, но родителя неумолимы. «Собирайся на дачу, там будешь готовиться к урокам и немного поможешь родителям!»

Никакие доводы не помогают. Главный довод родителей — «Мы не оставим тебя одного. Мало ли что может произойти?!»

Как решить подобную ситуацию?

Ситуация 4

После собрания родители приходят домой и в ярости требуют объяснений от ребенка. Они говорят о том, что с такими результатами никуда не возьмут после школы. Ученик спокойно отвечает: «Значит, пойду работать».

Как поступить в такой ситуации?

Ситуация 5

Родители подарили деньги своему ребенку с определенной целью. Он их истратил не по назначению, купил то, что ему давно хотелось. Родители были возмущены, в свой адрес ребенок услышал много гневных слов.

В конце концов он хлопнул дверью и ушел из дома.

Как поступить в подобном конфликте?

Подготовка теоретического материала для выступления

Классный руководитель готовит материал к выступлению в виде тезисов, которые можно написать на доске в классе.

«Конфликт — это опасение хотя бы одной стороны, что ее интересы нарушает, ущемляет, игнорирует другая сторона.» Уильям Линкольн

Конфликты — это спор, ссора, скандал, в которых стороны не скупятся на взаимные упреки и оскорбления. Самое страшное в конфликте — это чувства, которые испытывают люди друг к другу. Страх, злоба, обида, ненависть — главные чувства конфликтов.

«От любви до ненависти один шаг, от ненависти к любви — километры шагов.» Сенека

Без конфликтов жизнь невозможна, нужно научиться их конструктивно разрешать.

Для того, чтобы научиться разрешать конфликтную ситуацию, нужно научиться осознавать масштабы и детали разногласий и открыто обсуждать их. Заглаживание конфликтной ситуации, уход от ее решения может привести к проблемам куда более серьезным:

~ проблемы физического плана, связанные со здоровьем;
~ проблемы психологического плана (уход в себя, в свою душевную боль, изменение характера человека, психическое расстройство, суицид и т. д.);
~ проблемы социального плана (потеря семьи, развод, потеря работы, потеря себя).
Главная способность в конфликте — способность к конфронтации объяснению.

Это — умение:

1. Отстаивать свою позицию открыто, лицом к лицу»;
2. Стремление оценивать саму конфликтную ситуацию, ее содержание, а не человеческие качества своего партнера;
3. Стремление к сохранению личностных отношений всех участников конфликта.

Причины конфликтов родителей с подростками

Подростки в конфликте:

1. Кризис переходного возраста;
2. Стремление к самостоятельности и самоопределению;
3. Требование большей автономии во всем — от одежды до помещения;
4. Привычка к конфликту, воспитанная поведением взрослых в семье;
5. Бравирование подростка своими правами перед сверстниками и авторитетными для него людьми.

Родители в конфликте:

1. Нежелание признавать, что ребенок стал взрослым;
2. Боязнь выпустить ребенка из гнезда, неверие в его силы;
3. Проецирование поведения ребенка на себя в его возрасте;
4. Борьба за собственную власть и авторитетность;
5. Отсутствие понимания между взрослыми в воспитании ребенка;
6. Неподтверждение родительских ожиданий.

Методы выхода из конфликта.

Для выхода из конфликтной ситуации можно:

1. Дать выход своим чувствам, предупреждая об этом других;
2. Найти авторитетного третьего, кто поможет разобраться в конфликте;
3. Поставить себя на место другого человека;
4. Осознать право на существование иной точки зрения;
5. Быть твердым, говоря о проблеме, и мягким с людьми.

Классный час «Поговорим о конфликтах»

В ходе классного часа можно обсудить значимость данной проблемы для старшеклассников, разобраться в природе конфликтов, определить положительные и отрицательные стороны конфликта, разобрать ситуации, которые затем будут обсуждаться на родительском собрании, зачитать сочинения учащихся о конфликтах и определить обозначенные в сочинениях причины конфликтов «отцов и детей», которые затем будут обсуждаться на родительском собрании

Памятка для родителей

Уважаемые папы и мамы!

Конфликтная ситуация может коренным образом изменить вашу жизнь! Постарайтесь, чтобы эти изменения были в лучшую сторону!

1. Прежде чем вы вступите в конфликтную ситуацию, подумайте над тем, какой результат от этого вы хотите получить;
2. Утвердитесь в том, что этот результат для вас действительно важен.
3. В конфликте признавайте не только свои интересы, но и интересы другого человека.
4. Соблюдайте этику поведения в конфликтной ситуации, решайте проблему, а не сводите счёты.
5. Будьте тверды и открыты, если убеждены в своей правоте.
6. Заставьте себя слышать доводы своего оппонента.
7. Не унижайте и не оскорбляйте другого человека для того, чтобы потом не сгорать со стыда при встрече с ним и не мучаться раскаянием.
8. Будьте справедливы и честны в конфликте, не жалейте себя.
9. Умейте вовремя остановиться, чтобы не остаться без оппонента.
10. Дорожите собственным уважением к самому себе, решаясь идти на конфликт с тем, кто слабее вас.

Полезная информация

Подростковую психику нередко называют периодом «гормональной дури». У подростка происходит поиск и становление своего «я» — это стремление освободиться от влияния взрослых и общаться со

сверстниками. Такие реакции порождают меньше конфликтов и проходят мягче в тех семьях, где присутствует уважение друг к другу, взаимопонимание, где подросток, как и остальные члены семьи, имеет право голоса, где у всех есть права и обязанности.

Что делать родителям, чтобы сохранить любовь и уважение своих подростковых детей?

1. Не следует видеть в самостоятельности ребенка угрозу его лишиться.
2. Помните, что ребенку нужна не столько самостоятельность, сколько право на нее.
3. Чтобы ребенок выполнил то, что вам нужно, постарайтесь сделать так, чтобы он сам этого захотел.
4. Не злоупотребляйте опекой и контролем, не перегружайте его.
5. Не создавайте в семье «революционную ситуацию», а если создали, то приложите все усилия, чтобы разрешить ее мирным путем.
6. Не забывайте слова И.-В. Гете: «В подростковом возрасте многие человеческие достоинства проявляются в чудачествах и неподобающих поступках».

За что и против чего ведет борьбу ребенок в переходном возрасте?

1. За то, чтобы перестать быть ребенком.
2. За прекращение посягательств на его физическое начало, неприкосновенность.
3. За утверждение среди сверстников.
4. Против замечаний, обсуждений, особенно ироничных, по поводу его физической взрослости.

Советы для родителей:

- помочь подростку найти компромисс души и тела;
- все замечания делать доброжелательным, спокойным тоном, не использовать ярлыков;
- подробно познакомить подростка с устройством и функционированием организма, подобрать соответствующую литературу по этому вопросу;
- необходимо помнить, что пока развивается тело ребенка, болит и ждет помощи его душа.

Ход собрания

Родительское собрание начинается с отрывка из произведения Ф. М. Достоевского «Записки из мертвого дома».

... весь этот народ, — за некоторыми немногими исключениями неистощимо - веселых людей, пользовавшихся за это всеобщим презрением, — был народ угрюмый, завистливый, страшно тщеславный, хвастливый, обидчивый и в высшей степени формалист. Способность ничему не удивляться была величайшей добродетелью. Все были помешаны на том, как наружно держать себя. Но нередко самый заносчивый вид с быстротою молнии сменялся на самый малодушный. Было несколько истинно сильных людей; те были просты и не кривлялись...

Вообще тщеславие, наружность были на первом плане. Большинство было развращено и страшно испошилось. Сплетни и пересуды были непрерывные: это был ад, тьма кромешная... Ругались они тонченно, художественно. Ругательство возведено было у них в науку; старались взять не столько обидным словом, сколько обидным смыслом, духом, идеей — а это тонченнее, ядовитее.

«Черт трое лаптей сносил, прежде чем нас собрал в одну кучу!» — говорили они про себя сами; а потому сплетни, интриги, бабьи наговоры, зависть, свара, злость были всегда на первом плане в этой кромешной жизни.

Не мог я раньше представить, как можно ругаться из удовольствия, находить в этом забаву, милое упражнение, приятность. Впрочем, не надо забывать и тщеславия.

Анализ анкетирования учащихся и родителей.

Анализ и решение конфликтных ситуаций.

Теоретические сведения для родителей о конфликте

После теоретических сведений о конфликте классный руководитель может предложить родителям информацию о примитивных реакциях людей во взаимодействии. Информация предлагается на листке, родители читают и моделируют ситуации. Ситуации обсуждаются вслух.

Реакция амбиции

Получив информацию, придающую вес другому лицу, человек тут же старается принизить значение этой информации, стараясь подчеркнуть собственную значимость в глазах других людей.

Реакция самодовольства

Желание похвастаться своими возможностями или привилегиями, достижениями, при этом наблюдая за реакцией других людей. Получение радости от зависти других людей.

Реакция зависти

Человек достиг успеха, другой от его успеха и достижений «заболевает». Он считает, что успех другого возможен только после успеха его самого.

Реакция злорадства

Человек радуется тому, что кому-то плохо. Часто при этом не скрывает своих чувств.

Реакция захвата

Желание во что бы то ни стало присвоить себе заслуги другого человека, несмотря на свои реальные заслуги.

Реакция агрессии

Человек использует угрозы и грубость в достижении цели. Это характерно для людей амбициозных и нечувствительных к страданиям других.

Реакция присвоения

Гиперопека или прилипание к человеку для реализации своих целей.

Реакция безразличия

Бестрепетное отношение к физическому и душевному страданию другого человека.

Итог собрания, запись на участие в тренинге родительской эффективности.

Литература для подготовки к собранию

1. Григорьева Т. Г., Усольцева Т. П. Основы конструктивного общения. Новосибирск, 1999.
2. С м и д Р. Групповая работа с детьми и подростками. М., 1999.
3. Сонин В. А. Психологический практикум. М., 1998.
4. Фадеева Е. И. Тайны имиджа. М., 2002.

Тренинг бесконфликтного поведения

Цель тренинга:

1. Помочь родителям осознать конфликтность собственного поведения.
2. Расширять возможные пути выхода из конфликтных ситуаций.
3. Формировать уважительное мнение об участниках взаимодействия.

В тренинге участвуют родители класса, учащиеся (по желанию).

Занятие 1

Упражнение 1. Самопредставление

Участники группы усаживаются в круг и представляются по следующей схеме:

1. Имя;
2. Увлечения и интересы;
3. Ожидания от участия в группе.

Упражнение 2. Цена участия

Участники (по кругу) проговаривают следующий вопрос: Какую цену ты заплатил за участие в тренинге? (Цена может быть эмоциональная, бытовая, семейная, личностная и т. д.)

Упражнение 3. Пианино

Ладони кладутся на колени участникам группы справа и слева. Потом под музыку отбивается ритм по чужим коленям. Затем участники обмениваются мнением о том, как они переживали присутствие чужих рук у себя на коленях.

Упражнение 4. Ласка

Участники разбиваются на пары. Они должны стать друг напротив друга и ватным тампоном по очереди поглаживать лицо друг друга. Глаза при этом закрыты. Затем участники делятся впечатлением от упражнения.

Упражнение 5. Рассказ о себе

В течение 5 — 7 минут рассказать о себе, начиная с детства. Во время каждого рассказа все остальные участники должны написать на листочке несколько слов, которые передадут их впечатление о рассказчике. В конце каждый участник получает листочки с мнением о его рассказе.

Упражнение 6. Пантомима

Каждый участник готовит пантомиму и с ее помощью должен передать свои чувства, которые он испытывает ко всем участникам после прочтения их записок. Участники должны догадаться, о каком чувстве идет речь.

Упражнение 7. Мои чувства

Участники получают листы бумаги и рисуют свои чувства, которые они переживали в самом начале занятия, и свои чувства в конце занятия. Свои чувства можно сопроводить цитатой, стихами и т. д.

Занятие 2

Упражнение 1. Встреча

Участники группы садятся в круг и делятся впечатлением о первом занятии. Они рассказывают о собственных переживаниях и мнении об их участии в тренинге окружающих близких им людей.

Упражнение 2. Зеркало

Каждый участник поворачивается по очереди к другому участнику, всматривается в его лицо и рассказывает о тех чувствах, которые переживает другой человек.

Упражнение 3. К солнцу

Участники встают и берутся за руки. Они должны поднять руки вверх, крепче их сплести и потянуться к солнцу. Глаза закрыты, в тишине нужно услышать биение чужого сердца.

Упражнение 4. Горе

Один из участников садится в круг. Он изображает горе. Каждый из участников по кругу должен выразить сочувствие. Все участники определяют, кто был наиболее искренен и убедителен в утешении.

Упражнение 5. Магазин

По кругу участники выполняют упражнение. Они должны повернуться лицом к соседу справа и «продать» ему качество характера, которое очень им мешает, и купить какое-то другое качество, объяснив, зачем оно ему нужно.

Упражнение 6. День рождения

Каждый участник говорит о своем будущем дне рождения и называет подарок, который ему очень хотелось бы получить.

Упражнение 7. Передача чувств на расстоянии

Участники должны повернуться к соседу справа, положить свои руки на его ладони и пожелать мысленно что-то. Следующий участник должен попытаться догадаться, что ему пожелали, и сказать следующему: «Мне пожелали... Я желаю тебе того же и...»

Занятие 3

Упражнение 1. Ритм

Каждый участник по очереди подает руку соседу справа, сжимает ее и улыбается ему. Следующий участник повторяет то же самое, но только после того, как все требования соблюдены.

Упражнение 2. Впечатление

Все участники по очереди садятся на стул посреди комнаты и рассказывают о впечатлениях прошлого занятия. Ведущий может прервать рассказ на полуслове и пригласить другого участника.

Упражнение 3. Телефон

Участники по очереди выходят за дверь и передают друг другу услышанную информацию. Затем они обсуждают, в каком виде дошла информация до последнего участника, и делятся пережитыми впечатлениями.

Упражнение 4. Экзамен

Участники должны последовательно назвать:

- 1) 3 свои лучшие черты характера;
- 2) 3 свои слабые черты характера;
- 3) 3 свои желаемые черты характера.

Упражнение 5. Деликатность

Участники должны обратиться по кругу друг к другу со следующей фразой: «Ты можешь мне помочь...» Следующий участник продолжает просьбу соседа и задает вопрос дальше.

Упражнение 6. Противоречие

Участники работают в парах. Они предъявляют друг другу какое-нибудь парадоксальное требование. Нужно доказать несостоятельность этого требования, при этом разговаривать только спокойным и доброжелательным тоном.

Упражнение 7. Доказательство

Участники обсуждают в кругу свою доказательность в предыдущем упражнении.

Упражнение 8. Летящая тарелка

Участники группы образуют два круга: внутренний и внешний. Во внутреннем кругу передается друг другу тарелка с водой. Группа выполняет задание в полной тишине. Тарелка передается сначала в одну, затем в другую сторону. Внешний круг наблюдает. Затем идет обмен мнением. Какие чувства испытывали участники, кто кому помогал мысленно, кто это чувствовал во внутреннем кругу?

Подведение итогов тренинга, обсуждение своих впечатлений.