

Родительское собрание в 4 классе. Тема: Не запрет, а предупреждение вредных привычек

Цели: помочь родителям предупреждать в процессе воспитания детей формирования и закрепления вредных привычек (табакокурение, алкоголизм, наркомания) на основании знания их природы.

Ход собрания

I. Постановка проблемы.

Вредные привычки... Говоря это, мы понимаем, что речь пойдет о табакокурении, алкоголизме, наркомании. Вы скажете, что слишком рано начинать этот разговор, что ваши дети еще малы. Но, к сожалению, статистика и психологи говорят о том, что как раз в 4-6 классах дети пробуют пить и курить, так как именно в этом возрасте очень высока тяга к разного рода экспериментам. Что же делать родителям в такой сложный период, чтобы избежать ошибок в воспитании, приводящих детей к пристрастию к табакокурению, алкоголю и т. п.? Вот об этом и будет наш разговор.

II. Понятие о вредных привычках.

Можно назвать множество вредных привычек. Однако злоупотребление алкоголем, курение и наркомания составляют особую группу вредных привычек, относящихся к так называемым пагубным пристрастиям. Это привычки пагубные, а значит особенно вредные, порой губительные.

Пагубные пристрастия - это те привычки которые обязательно превращаются в самоцель и постепенно в той или иной мере подчиняют себе все остальные действия человека, всю его деятельность. Кроме того, они отличаются от всех других привычек совершенно особым характером подкрепления: это специфический, так называемый наркотический эффект. Этот эффект выражает свойство наркотического вещества оказывать совершенно особое воздействие на центральную нервную систему человека, проникать в самые глубокие ее отделы, с функционированием которых связаны такие важнейшие психологические механизмы, как механизм потребностей, механизм эмоций, механизм воли. В результате человек попадает в глубокую зависимость от вещества, оказывающего такой эффект.

Взаимоотношение человека с наркотическими веществами, будь то никотин (курение) или алкоголь, складывается из нескольких стадий - стадий развития наркомании.

Первоначально прием наркотического вещества обычно вызывает защитную реакцию, объясняемую его токсическим действием. Это может быть тошнота или рвота, головная боль и т. д. Однако при повторных приемах уже начинает выявляться эйфория, а защитная реакция постепенно ослабевает. Затем состояние эйфории становится для человека потребностью - без него он уже не может обходиться. Постепенно в результате повторных приемов наркотика зависимость человека от него еще более возрастает. И вот на этом этапе человеку уже трудно вылечиться, так как уже сформирована жестокая зависимость состояния человека, его физического и психического самочувствия от введения наркотического вещества (никотина, алкоголя и т. п.). И тут уже беседы с ребенком о вреде, например, курения бессмысленны.

Что же должны знать родители, чтобы не допустить такого развития событий, вовремя заметить и предотвратить надвигающуюся беседу? Что нужно делать, чтобы дети не приобщались к курению, алкоголю?

1. Особенности личности, предрасположенной к употреблению наркотических веществ.

Прежде чем начать разговор о том, какими педагогическими методами можно избежать употребления любых наркотических средств детьми, ответьте на вопрос: какие черты личности, при прочих равных (экономических, культурных и т. д.) условий предрасполагают человека к употреблению этих препаратов (алкоголя, табака и т. п.)?

Существует несколько вариантов черт личности, предрасположенной к употреблению наркотических веществ и формированию этих черт.

Первый вариант. Ребенок не находится под должным контролем родителей, которые руководили бы его действиями, ставили бы перед ним определенные цели, задачи и следили за их достижением, приучали бы преодолевать трудности. В результате такого воспитания у него не вырабатывается способность самостоятельно ставить перед собой какие-либо цели, а следовательно, и проецировать свои действия на будущее. Это порождает безответственность в поведении, то есть неспособность или нежелание предвидеть или учитывать последствия своих действий. Он живет лишь сегодняшним днем, не задумываясь о том, что может произойти завтра. Никакой труд впоследствии для него не оказывается привлекательным, и работает он лишь в силу крайней необходимости, будучи склонен перебиваться случайными заработками. При этом стремление к удовольствию как единственно приемлемому результату действия полностью определяется фактом упрощенности его деятельности, неспособностью ставить отдаленные и сложные цели. Отсутствие навыков сложной целенаправленной деятельности приводит к слабоволию, так как воля формируется лишь в ходе такой деятельности, когда ради достижения поставленной цели приходится преодолевать трудности.

Второй вариант. Родители делают из ребенка кумира: его постоянно и безосновательно хвалят, восхищаются мнимыми талантами, преувеличивают действительные способности, совершенно не замечая недостатков и не реагируя на его неправильные действия.

Атмосфера неумеренных похвал, восторгов, а заодно и немедленного удовлетворения всех желаний ведет к завышенной самооценке, развитию неоправданных, непомерных претензий, нетерпению любых желаний, а так недалеко и до формирования весьма опасного стремления обязательно все в жизни испробовать, ничего не упустить, до вредного любопытства к разного рода необычным ощущениям, необычным впечатлениям, получаемым любым путем. У такого ребенка не развивается способности противостоять критике или отвечать на нее конструктивно, нет устойчивости к неодобрению. Оторванность от реальности, неспособность найти место среди других людей ведет к срыву в случае неодобрения или неудачи. В его психике не формируется механизм компенсации на случай каких-либо неудач.

Третий вариант. Родители жестоко регламентируют деятельность ребенка, осуществляют мелочный контроль за ним, постоянно поучают и наставляют, строго одергивают, жестоко диктуют - с кем можно водиться, а с кем нет, что можно

делать, а что нельзя и т. д. Или же они сурово наказывают его даже за малейший проступок. Или же они возлагают на него чрезмерную ответственность, например, требуя обязательно только отличных оценок в школе, хотя ребенок объективно не способен учиться отлично.

В результате такого воспитания могут формироваться различные дефекты характера. Например, у человека так и не вырабатывается способность отличать важное от неважного, существенное от несущественного в поведении его самого и других людей, он по-настоящему не знает, что хорошо и что плохо, а следовательно, не имеет навыков самоконтроля, самостоятельной регуляции своего поведения.

Ребенок в результате активного воздействия родителей оказывается слишком робким и забитым, несамостоятельным, готовым подчиниться голосу других, лишенным собственной инициативы. К этому добавляется чувство внутреннего напряжения, скованности, несвободы, приводящее к угнетенному настроению, а также к трудностям в общении с другими людьми, к заниженной самооценке. Испытывая такие трудности, человек или приобретает склонность усваивать все обычаи своей среды, или подражать поведению других людей, сколь бы пагубным оно порой не было.

Как видите, особенности формирования вредных привычек наглядно демонстрируют тесную связь, существующую между эмоциональной сферой, потребностями и деятельностью человека, а также связь между характером воздействий на ребенка в процессе его развития.

2. Работа над ошибками.

Власть, обыкновенная и неизбежная родительская власть - необходимое условие воспитания, но и она же может быть первым источником антивоспитания.

Считается, что если родители любят своих детей, то они будут достаточно мудро пользоваться властью. Ребенок, считается, вроде лошади: иногда надо натянуть поводья, а иногда и отпустить; это умение, полагают, дает любовь.

На самом деле все не так. Лучшая власть - незаметная власть. Лучшая власть та, которой как бы и нет. Умеете организовать жизнь детей в семье - и тогда ребенка легко и радостно любить, и тогда нет проблемы власти и нет проблемы авторитарности.

Что же делать, если ваши методы воспитания схожи с вышеописанными вариантами или же ваш ребенок уже начал курить или, того хуже, нюхать клей?

Во-первых, найдите в себе силы для решения ситуации. Исправить ситуацию можно, если отнестись к ней спокойно и обдуманно.

Во-вторых, сохраните доверие ребенка к себе. Говорите со своим ребенком на равных. Отсутствие общения приводит к нарастанию непонимания, отдаляет вас и ребенка друг от друга. Нормальное общение всегда включает в себя способность не только слушать, но и слышать.

В-третьих, меньше говорите, больше делайте. Беседы, которые имеют нравоучительный характер, содержат угрозы, обещания отправить его в больницу быстро становятся для него привычными, вырабатывают безразличие к своему поведению. Помните, что и в обычной ситуации ребенок все усваивает без частицы «не».

Таким образом, если мы говорим ребенку: «Не кури», «Не балуйся» и т. п., то ребенок слышит - кури, балуйся. То есть он получает четкую программу делать так же и дальше.

Бывает, что родители, рассказывая о ребенке, его поведении говорят: «Я ему всегда внушаю...» Как это выглядит обычно? Родитель медленно и уверенно, с повторами произносит какие-то фразы, носящие воспитательный, нравоучительный характер. Ребенок в этот момент стоит перед ним и смотрит в глаза. Информация чаще всего в этом случае действительно усваивается и ребенок делает то, что вам нужно. Но помните! Если злоупотреблять этим способом, то ребенок надолго сохранит повышенную внушаемость. А ведь этим может воспользоваться любой авторитетный для ребенка человек. Им может оказаться и сверстник-лидер, и взрослый, и друг. А «внушить» они могут разное: от желания попробовать алкоголь до вхождения в секты.

Беседуя с ребенком, не грозите ему. Вы ведь вряд ли выполните эти угрозы. Ребенок считает вас своей собственностью, поэтому не ждет от вас никаких конкретных действий. Но если вы уже пообещали что-то, то выполните это. В этом случае, вероятней всего, ваш ребенок будет более управляемым.

В-четвертых, если ребенок уже втянулся в процесс курения, употребления алкоголя или занимается токсикоманией, обратитесь к врачу. Специалист поможет выбрать и обсудить необходимое для пациента лечение. Не допускайте самолечения, используя для этого медикаменты, рекомендованные кем-то из вашего окружения.

В-пятых, помогайте ребенку изменить жизнь к лучшему. Постарайтесь найти время для общения и совместных занятий. Вместе ходите в театры, музеи, кино и т. п.

Поощряйте его увлечения, интересы, помогите ему найти дело по душе.

Не оставляйте достижения детей без внимания. Если у ребенка неудача, трудности в общении, напоминайте ему, что все плохое проходит.

И еще один совет.

Советую всем родителям: делайте упор на романтической стороне воспитания. Не ждите подросткового возраста, когда мечтательность достигает апогея. С самого раннего детства рассказывайте ребенку о героях, о подвигах. Подбирайте соответствующий круг чтения.

Главное - не бойтесь вырастить оторванного от жизни идеалиста. Прагматической стороной воспитания у нас занимается государство. Так что ребенок и без вашего участия узнает, в каком банке лучше хранить деньги. Ваша задача в другом. Пусть он от вас узнает о радости «бесполезной» дружбы и бескорыстной помощи, о вечной любви, о работе не только ради денег, о том, что не все и не всех можно купить... И еще о том, что в жизни всегда есть место подвигу».

3. О правилах эффективного общения.

Проверьте себя: соблюдаете ли вы правила эффективного общения.

Памятка для родителей «Как слушать ребенка»

Правило 1. Слушая ребенка, дайте ему понять и прочувствовать, что вы понимаете его состояние, чувства, связанные с тем событием, о котором он вам рассказывает. Для этого выслушайте ребенка, а затем своими словами повторите то, что он вам рассказал. Вы «убьете» сразу трех «зайцев»:

- ребенок убедится, что вы его слышите;
- ребенок сможет услышать самого себя как бы со стороны и лучше осознать свои чувства;
- ребенок убедится, что вы его поняли правильно.

Правило 2. Слушая ребенка, следите за его мимикой и жестами, анализируйте их. Иногда дети уверяют нас, что у них все в порядке, но дрожащий подбородок или блестящие глаза говорят совсем о другом. Когда слова и мимика не совпадают, всегда отдавайте предпочтение мимике выражению лица, позе, жестам, тону голоса.

Правило 3. Поддерживайте и подбадривайте ребенка без слов, улыбнитесь, обнимите, подмигните, потрепите по плечу, кивайте головой, смотрите в глаза, возьмите за руку.

Правило 4. Следите за тем, каким тоном вы отвечаете на вопросы ребенка. Ваш тон «говорит» не менее ясно, чем ваше слова. Он не должен быть насмешливым. У вас может не быть готовых ответов на все вопросы.

Правило 5. Поощряя ребенка, поддерживайте разговор, демонстрируйте вашу заинтересованность в том, что он вам рассказывает. Например, спросите: «А что было дальше?» или «Расскажи мне об этом...».

4. Тренинг защиты.

Как же подготовить ребенка, сформировать у него умение отказывать в ответ на предложение закурить?

Попробуйте периодически выполнять тренинг, каждый раз немного изменяя задание.

Вот несколько вариантов:

а) можно спросить ребенка, как бы он отказывался, если ему предложат выпить, закурить, нюхать клей и т. п.;

б) устройте семейный «мозговой штурм». Вместе с ребенком придумайте как можно больше способов отказа. Пусть ребенок выберет те, которые ему нравятся. Предложите всем членам семьи проиграть выбранные способы. Так ребенок узнает о разных вариантах одного и того же способа отказа в ситуации сомнительных предложений. Предложите ребенку самому проиграть несколько раз каждый способ. Поддерживайте, воодушевляйте его во время «репетиции». Хвалите, когда ребенок особенно убедителен, так вы закрепите желаемое поведение: «У тебя отлично получается. Я очень рада. И я уверена, что ты сможешь отказаться».

Будет полезно, если вы подробно опишите ему, что его поза, выражение лица, интонация делают его отказ особенно убедительным.

Важно, чтобы выбранные способы были не агрессивными и не провоцировали группу приятелей. Например, высказывание «курят только дураки, а я не буду» вызывает скорее агрессивную реакцию группы и желание наказать обидчика. Более удачной может быть такая фраза: «Многие курят, и им даже нравится. Мне не нравится, и я не хочу».

в) Найдите несколько минут, чтобы заполнить анкеты и узнать, какими защитными качествами уже обладает ваш ребенок и какие защитные ресурсы ему необходимы. Для этого заполните анкеты независимо друг от друга, отметив галочкой те утверждения, которые вам кажутся справедливыми. Затем попросите ребенка поделиться с вами его ответами и покажите ему свою анкету.

Что получилось? У вашего ребенка больше защитных качеств, чем вы ожидали? Меньше? Его представления о себе, своей семье не совпадают с вашими?

Вместе поговорите об этом.

Анкета для детей

1. Я чувствую любовь и поддержку семьи.
2. Я всегда могу серьезно поговорить с родителями.

3. Я часто разговариваю с родителями на разные темы.
4. Я могу обратиться за помощью не только к родителям, но и к другим взрослым.
5. Родители интересуются моей учебной, иногда помогают делать домашние задания и посещают школьные мероприятия.
6. В моей школе хорошо.
7. Родители наказывают меня, когда я нарушаю правила, принятые в семье.
8. Когда я куда-то иду, родители спрашивают, куда я иду, с кем и когда вернусь домой.
9. Вечером я могу гулять вне дома допоздна.
10. Мои друзья хорошо учатся, не курят и не употребляют алкоголь.
11. Я занимаюсь музыкой.
12. Я занимаюсь в спортивной секции.
13. Я занимаюсь спортом вне школы.
14. Я стараюсь хорошо учиться.
15. После окончания школы я хочу учиться дальше.
16. Мои оценки «4» и «5».
17. Ежедневно не менее часа я учу уроки.
18. Мне нравится помогать людям.
19. Мне безразличны катастрофы и стихийные бедствия, такие как голод.
20. Я умею принимать решения.
21. Я легко нахожу друзей.
22. Я доволен (довольна) собой.
23. У меня будет счастливая жизнь.

Анкета для родителей

1. Дома мой ребенок окружен теплом и заботой.
2. Когда мой ребенок хочет со мной серьезно поговорить, я к этому готов (готова).
3. Я часто серьезно разговариваю с ребенком.
4. Кроме меня, мой ребенок имеет возможность посоветоваться с другим и взрослыми.
5. Я интересуюсь тем, как мой ребенок учится, иногда помогаю делать домашние задания и посещаю школьные мероприятия.
6. В школе, где учится мой ребенок, доброжелательная атмосфера.
7. Я отчетливо выражаю свои требования к поведению моего ребенка.
8. Я устанавливаю правила поведения и наказываю ребенка за нарушение правил.
9. Когда мой ребенок уходит из дома, я знаю, куда он пошел, с кем и когда он вернется.
10. Я не разрешаю моему ребенку гулять вне дома допоздна.
11. Друзья моего ребенка влияют на него хорошо. Они хорошо учатся, не курят, не употребляют спиртные напитки и т. п.
12. Мой ребенок занимается музыкой (не менее одного часа в неделю).
13. Мой ребенок занимается в спортивной секции.
14. Мой ребенок старается хорошо учиться.
15. Мой ребенок продолжит образование после окончания школы.
16. Мой ребенок готовит уроки как минимум шесть часов в неделю.

17. Мой ребенок стремится помогать окружающим. □

18. Моему ребенку безразличны глобальные катастрофы и стихийные бедствия, такие как голод. □

19. Мой ребенок умеет принимать собственные решения. □

20. Мой ребенок легко находит друзей. □

21. Мой ребенок умеет принимать разумные решения. □

22. Мой ребенок думает о своем будущем. □

23. Мой ребенок надеется на счастливое будущее. □

III. Заключительное слово классного руководителя.

Сегодня мы не стали рассказывать вам о том, какое воздействие оказывают на организм ребенка любое наркотическое вещество. Об этом знает каждый из вас и может сам рассказать об этом ребенку. Кроме того, о вредном воздействии на организм наркотических средств мы говорим детям здесь, в школе. Вместе с психологом мы решили познакомить с теми педагогическими приемами, которые позволят вам предупредить появление вредных привычек у ваших детей, воспитать стрессоустойчивость.

От творческого потенциала родителей, совершенствования воспитания в семье зависит, каким станет ребенок, как сложится его судьба, кем он будет.

Если ребенок чувствует себя в семье комфортно, вряд ли он станет пробовать какие-либо наркотические вещества. Но если ребенок испытывает чувство одиночества, если в трудную минуту ему не у кого найти поддержку и защиту, то эти средства могут стать для него тем, чего ему не хватает в жизни.

Любите своих детей, общайтесь с ними как можно больше и тогда вам не придется в недоумении ставить перед собой вопросы: «Почему мы с сыном (дочерью) чужие?», «Что с ним (с ней) происходит?» и «Что делать?».