

**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №1» города Бердска
Новосибирской области**

Методическая разработка

Семейная гостиная «Ты и я - семья»

Педагог-психолог
высшей квалификационной категории
Тараканова Елена Александровна

Аннотация

Семейная гостиная рассчитана на аудиторию родителей и подростков и предполагает организацию взаимодействия и доверительного общения между ними. В рамках гостиной участники получают возможность свободно высказывать свое мнение и быть услышанным, а также пробуют встать на место другого, чтобы понять его точку зрения.

Особенность гостиной заключается в том, что она подходит на аудиторию подростков разного возраста (от 10 до 15 лет), не требуя особой корректировки и адаптации заданий.

Пояснительная записка

Проблема семьи и семейного воспитания в последние годы стоит как никогда остро. Одной из причин кризиса семьи и воспитания является нарушение связей между поколениями, неумение выстраивать доверительные, открытые отношения внутри семьи: родители и дети не слышат друг друга, не опираются на ценность и принятие личности при выстраивании взаимодействия, мало интересуются друг другом. В подростковом возрасте эта проблема особенно заметна, поскольку подростки учатся отделяться от родителей, ищут свое «Я», свое место в обществе, но, в то же время, ждут поддержки и принятия внутри семьи.

Именно поэтому важно помочь родителям и подросткам создать безопасную атмосферу, в которой они смогут выражать свое мнение, быть услышанными и искать совместные решения ситуаций. Сопровождение процесса детско-родительского взаимодействия, формирование его конструктивных начал и позитивных ценностно-смысловых образований способствует развитию эмпатии, доверительных отношений внутри семьи, асертивного поведения, обретению опыта эффективных межличностных отношений.

Семейная гостиная рассчитана на родителей и подростков 10-15 лет, и проводится на аудиторию в количестве 30-40 человек. Однако, при незначительной коррекции плана работы количество участников может достигать 50-60. Продолжительность мероприятия 1,5 часа (90 минут).

Цель семейной гостиной: создание условий для укрепления детско-родительских отношений, семейных ценностей, развития навыков рефлексии, общения и эмпатии.

Задачи:

- создать открытое и безопасное пространство для общения участников;
- побудить участников к осознанному уважительному взаимодействию;
- способствовать развитию навыков асертивного поведения и формированию положительного опыта общения внутри семьи;
- способствовать формированию новых семейных ритуалов и традиций.

Ожидаемые результаты:

- Участники получили возможность высказывать свою точку зрения и быть принятыми;
- Работа с темой семейных отношений, ценности и принятия личности каждого позволяет привлечь внимание к данной теме, вызвать интерес для саморазвития родителей и подростков;
- Общение внутри семьи на заданные темы способствует расширению представлений друг о друге, формированию более близкого контакта;
- Работа в группах способствует развитию активной жизненной позиции, навыков взаимодействия и коммуникации.

Ценность семейной гостиной заключается в том, что структура ее многофункциональна и многогранна, и помимо непосредственного разового проведения ее можно включать в различные программы психокоррекции и психопросвещения, причем как в групповом, так и в индивидуальном формате.

Эффективность реализации

Семейная гостиная была проведена для обучающихся 6Б и их родителей, в мероприятии приняли участие 20 детей и 20 родителей. По результатам анкеты обратной связи 83% участников довольны своим участием, 89% отметили доброжелательность атмосферы мероприятия. Участники отмечали, что им удалось по-новому взглянуть на своего родителя/ребенка, что взяли на заметку несколько идей для семейных традиций. Некоторые подростки отметили, что им было необычно узнать об опыте подросткового периода своего родителя, что им понравилось ощущение принятия их точки зрения.

План мероприятия

Правила работы (5 минут)

Перед началом работы необходимо обсудить и зафиксировать правила гостиной, которые необходимо соблюдать в течение всей работы:

- Гостиная – это место, где уважительно относятся к участникам;
- Гостиная – это место, где мнение каждого важно и ценно;
- Гостиная – это место, цель которого – создать атмосферу для поиска контакта родителей и детей и доверительного общения между ними.

Работа с вопросами (25 минут)

Родителям и детям предлагается заполнить анкету с вопросами. Время заполнения – 10 минут.

Анкета для родителей	Анкета для детей
1. Каким был мой подростковый период? Как я его проживал(а)?	1. Как можно описать мой подростковый период? Как я его проживаю?
2. Какие положительные эмоции я испытывал(а) в этот период? С чем они были связаны?	2. Какие положительные эмоции я испытываю в этот период? С чем они связаны?
3. Какие отрицательные эмоции я испытывал(а) в этот период? С чем они были связаны?	3. Какие отрицательные эмоции я испытываю в этот период? С чем они связаны?
4. Какими способами я транслировал(а) чувство взрослости?	4. Какими способами я транслирую чувство взрослости?
5. Каким образом на это реагировали мои родители?	5. Каким образом на это реагируют мои родители?
6. Что важное я вынес(ла) из этого периода?	6. Что мне кажется важным в этот период?

Затем дети и родители объединяются в свои семьи, где они обсуждают свои ответы (*10 минут*). В фокусе внимания сохраняются следующие аспекты:

- Что есть общего, похожего в ответах у родителя и ребенка?
- Как опыт родителя может помочь ребенку прожить его подростковый период?
- Как опыт ребенка может помочь родителю понять подростка?

В конце упражнения проходит небольшое обсуждение для всех участников: что было легко, что сложно, что подметили интересного (и родители, и дети), а также подводятся итоги – опыт проживания подросткового возраста может быть очень схож у детей и родителей, это важно помнить, этим нужно пользоваться в качестве ресурса, поддержки и создания доверительных отношений.

Упражнение «Манифестация сторон» (35 минут)

Участникам предлагается разделить на группы родителей и группы детей. Если участников много и группы получаются большие, то идет разделение на подгруппы до 10 человек.

Задание для групп – на листе ватмана зафиксировать правила, советы, рекомендации, важные мысли для другой стороны: родители – детям, дети – родителям. Время выполнения – *15 минут*.

Затем каждая группа представляет свои манифесты (*10 минут*). И в завершение упражнения участники подводят итог: что повторяется в манифестах групп, что важного та или иная сторона пыталась донести, что важно услышать (*5 минут*). Ведущему важно подвести к мысли, что в манифестах каждой стороны есть то, на что нужно обратить внимание, что важно услышать и взять на заметку, чтобы контакт между родителем и подростком не терялся.

Упражнение «Семейные ритуалы и традиции» (20 минут)

Участники объединяются по семьям (родители со своими детьми). Задача семей – подумать и зафиксировать семейные ритуалы и традиции, которые могут быть у семей, в том числе те, которые уже практикуются в семьях. С помощью примеров можно сориентировать участников: семейный обед, походы в лес, семейные фотосессии и т.п. Время на работу – *7 минут*.

Далее участники фиксируют свои ответы на листах ватмана, расположенных единым большим полотном (*5 минут*). Ритуалы, которые уже практикуются, обводятся кружочком. Ритуалы, которые можно взять на заметку, фиксируются без дополнительных замечаний. Вместе с этим у участников есть время посмотреть ответы других.

В конце упражнения участники подводят итоги: какие ритуалы чаще всего повторялись, какие ритуалы понравились и взяты на заметку, каков смысл и ценность семейных ритуалов и традиций. Время выполнения – *8 минут*. Ведущему важно подвести к мысли, что наличие ритуалов и традиций семьи являются важным объединяющим мероприятием, к созданию и поддержанию которого можно привлекать своих детей.

Подведение итогов (5 минут)

Участникам предоставляется возможность выразить свои впечатления о гостиней по желанию на общий круг. Затем участники заполняют анкету обратной связи с вопросами:

Вопрос	Ответ
Довольны ли вы участием в семейной гостиней?	Да Нет Частично *Нужное обвести
Что из заданий вам делось легко? А что далось сложно?	
Что полезного и ценного вы нашли в сегодняшней гостиней?	
Удалось ли вам выстроить доверительное общение с родителем/ребенком в ходе работы?	Да Нет *Нужное обвести
Изменилось ли у вас представление о своем родителе/ребенке?	Да Нет *Нужное обвести
Если изменилось, то что именно?	
Какие высказывания из манифестов нашли у вас отклик?	
Какие ритуалы и традиции вы взяли на заметку для своей семьи?	
Как опыт сегодняшнего мероприятия можно переложить на повседневную жизни и общение в семье?	