Содержание презентации	Материал для беседы с родителями
<p><u>1 слайд:</u> Любовь и гнев – антонимы?</p>	<p>Многим кажется, что это антонимы. На самом деле – мы сердимся на П, когда видим в его поведении что-то неправильное, безответственное. А П сердятся, когда поведение родит. кажется им несправедливым или эгоистичным.</p>
<p><u>2 слайд:</u> Амбруз Бирз: « Говорите в гневе, и это будет лучшая речь из всех, о которых вы когда-либо сожалели».</p>	<p>Многие родит. и П произносят гневные речи. Затем хотят забрать свои слова обратно, вернуть все назад. Неуправляемый гнев губительно действует на отношения внутри семьи.</p>
<p><u>3 слайд:</u> Самый острый гнев мы испытываем в семье, особенно по отношению к подросткам.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Никогда я так не сердился, пока не женился. • И никогда не был в ярости, пока мои дети не стали подростками. 	<p>Цель нашей беседы – помочь родителям справляться с гневом и подсказать им практические способы, как научить П справляться с гневом (мы не способны научить тому, чему не научились сами).</p>
<p><u>4 слайд:</u> Почему мы сердимся на П?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Из-за перемен внутри П. (развивается способность критически мыслить, ставить под сомнение наши суждения) • П стремится к независимости (сам принимает решения) • Мы воспринимаем поведение П как бунтарское, безответственное. 	<p>Родитель рассуждает: «Моему ребенку это вредно. Так он погубит свою жизнь. Я не позволю ему так себя вести». Гнев толкает родителей на действия. К сожалению, если родители не понимают, что имеют дело с П, а не с ребенком, их действия могут только ухудшить ситуацию.</p>
<p><u>5 слайд:</u> Как мы ведем себя в гневе?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Приказываем жестко, грубо. • Бросаем немало резких слов (как солдат вражеской армии – гранаты). 	<p>«Делай так, или...», - тоном приказа повелевает родитель. П не хочет, чтобы с ним обращались, как с ребенком, поэтому предпочитает «или», и сражение между родителем и П переходит на новый уровень. Оба оставят поле битвы ранеными, чувствуя себя отвергнутыми и нелюбимыми. Ситуация становится еще хуже из-за неуправляемого гнева. Словесные взрывы и физические злоупотребления со стороны родителей никогда не приведут к положительным результатам.</p>
<p><u>6 слайд:</u> Почему нужно сдерживать гнев?</p>	<p>Мы не должны быть РАБАМИ неуправляемого гнева.</p>

<ul style="list-style-type: none"> • Чтобы не передавать его от поколения к поколению. • Чтобы не перечеркнуть все, что сделал доброго и хорошего, воспитывая детей. 	<p>П, который подвергается словесным или физическим оскорблениям разозленного родителя, забудет о любой помощи, словах поощрения, подарках, ласках, полученных в детстве. Он будет помнить только вопли родителя. Он не ощутит любви.</p>
<p><u>7 слайд:</u> Как преодолеть губительные привычки?</p> <ul style="list-style-type: none"> • Признайте правду (себе и близким) • Выработайте стратегию • Проанализируйте причину гнева и посмотрите, какой есть выбор 	<p>Признайте правду: «Я не справлялся с гневом. Я терял самообладание. Я вел себя неправильно. Мои высказывания были недобрыми, в них не было любви. Мне хочется измениться». Потом скажите семье. Что признаете в себе этот недостаток. Скажите, что искренне хотите измениться: «Если я выйду из себя и начну кричать, вы мне помогите: заткните уши руками, уйдите из комнаты или из дома. Уверяю вас, когда вернетесь, я попрошу прощение и мы решим проблему».</p> <p>Стратегия: можно считать до100, можно долго-долго гулять(в любую погоду), можно кататься на велосипеде; можно договориться с родными, что встретимся после вашего приступа гнева не раньше, чем через 5 часов; можно что – то сломать в доме, вырвать цветы – это лучше, чем ранить свою семью жестокими словами.</p>
<p><u>8 слайд:</u> Выбор:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Задать себе вопросы: «Почему я сержусь?», «Что такого дурного сделал другой человек?» • Понять, что гнев – это ВАША проблема. • Побеседовать с рассердившим вас членом семьи. 	<p>Гнев может быть справедливым и несправедливым. В любом случае это ВАША проблема. Если гнев с вашей стороны был справедливым, то вы после применения стратегии должны побеседовать с рассердившим вас членом семьи, предварительно все обдумав. Подросток должен понять, что вы сердитесь, но при этом не теряете самообладания – вы решаете проблему. Если П не готов с вами разговаривать, отложите разговор.</p>
<p><u>9 слайд:</u> Научите П укрощать гнев.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Определите манеру поведения П (внешний или внутренний взрыв) • Выслушайте П • Подтвердите П его право на гнев (сопереживание) • Объясните свою точку зрения и ищите решения проблемы 	<p>Внутренний гнев: пожирает П изнутри. Это ощущение горечи, одиночества, депрессии. Внешне П спокоен, а делает всё назло родителям (плохо учится, бросил спорт, сексуально активен, наркомания). Чтобы понять П, за ним нужно наблюдать месяца два.</p> <p>Обязательно нужно выслушать соображения П, какими резкими бы они ни были. Только так можно понять причины гнева. Нельзя говорить: «Заткнись. Ты не имеешь право так со мной разговаривать». Этим родитель уничтожает возможность узнать причину гнева. В доме тихо - гнев бурлит внутри. (Если на кипящий чайник надеть крышку, он забурлит ещё больше). МУДРЫЙ родитель станет слушать содержание речи (даже можно потом записать), а не манеру изложения. Переговоры и борьба будут позже сначала ВЫСЛУШАЙТЕ.</p>

	<p>Если ваш подросток молчалив (Внутренний гнев), значит у него есть что-то, что нужно его родителям, а он не дает им этого. Нельзя кричать: « Я не смогу помочь, пока ты не скажешь, что с тобой случилось!». В этой ситуации П почувствует себя победителем, т.к. он вышел из-под вашего контроля. Тут вы должны подумать, как вы себя ведете: или вы чрезмерно контролируете П, не уважаете его право на самостоятельно принятые решения; или вы сильно сердитесь, когда что-то узнаете о ребенке-стыдите, унижаете. В первом случае вам надо сказать: «Я знаю, что слишком вмешиваюсь в твою жизнь. ...Ты можешь не делиться со мной своими чувствами, имеешь на это право. Но если захочешь поговорить, то я хотел бы выслушать тебя». От такого заявления П может испытать чувство признательности к вам. Если вы останетесь на этой позиции, то П станет рассказывать вам, на что сердится.</p> <p>Во втором случае родителю придется признать свои ошибки и УСТРАНИТЬ негативную реакцию – это будет первый шаг на пути создания атмосферы, в которой П будет делиться с вами причинами, вызвавшими гнев.</p> <p>Потом вы должны ВЫСЛУШАТЬ (об этом уже говорили), а лучший способ искренне воспринять чувства П – СОПЕРЕЖИВАНИЕ: поставить себя на его место, попытаться увидеть мир его глазами. Надо вспомнить себя подростком. Только теперь родитель может высказывать свое мнение по поводу сложившейся проблемы. Если П был прав, то родитель должен это признать, извиниться и пообещать больше так не поступать. Если подросток неправ, то родителю нужно очень осторожно разговаривать с П. Например, девочка сердится, что мать не купила ей очередного украшения, которое ей было «очень нужно». Мать может сказать: «Сколько можно покупать...?! Ты эгоистка!». Этим она все испортит: девочка почувствует себя отвергнутой. Если мать скажет: «У нас ограниченное количество денег...За последние две недели я купила тебе два украшения. К сожалению, мы не можем купить все, что хотим», дочь не будет счастлива, она может даже по-прежнему дуться, но в глубине души поймет правоту матери.</p>
<p>10 слайд: Любовь и гнев – антонимы?</p>	<p>Снова задаем этот вопрос родителям. Они рассуждают!!</p>