**Беседа-практикум «Родительские запреты: польза и вред»**

*Одни говорят, что детям нельзя ничего запрещать. Другие – детей надо держать в ежовых рукавицах. Что делать родителям? Как запрещать так, чтобы обезопасить ребенка и одновременно сохранить с ним доверительные отношения? Предлагаем провести с родителями беседу-практикум. Она поможет им понять функцию запретов в воспитании детей и грамотно формулировать их.*

НАТАЛЬЯ ФИЛИМОНОВА, педагог-психолог МБДОУ «Центр развития ребенка – детский сад «Золотая рыбка», г. Абакана, Республика Хакасия



**Важная информация**

|  |  |
| --- | --- |
| **Участники** | Родители учащихся 1-4-х, 5-6-х классов |
| **Цель** | Систематизировать информацию о запретах |
| **Задачи** | Создать условия, при которых участники смогут осознать связь между родительскими запретами и поведением ребенка и проанализировать собственные воспитательные установки |
| **Материалы и оборудование** | Апельсин (настоящий); жетоны зеленого и красного цвета, корзинка; ленточки; листы бумаги, ручки; листы бумаги четырех цветов (зеленого, оранжевого, желтого и красного) с характеристиками запретов; флипчарт; столы и стулья расставить таким образом, чтобы родители работали в четырех командах |
| **Примерное время** | 2,5–3 часа |


**10 мин**

**Часть 1. Упражнение «Мое мнение»**

**Ведущий:**

Сегодня мы поговорим о родительских запретах. Для начала предлагаю каждому участнику назвать свое имя и три предполагаемых изменения, которые произойдут с ним после сегодняшней встречи.

Упражнение поможет настроить родителей на активную работу, позволит им задуматься о своих запросах, внушит, что изменения в их мыслях или действиях обязательно будут.


**10 мин**

**Часть 2. Упражнение «Мой ребенок и запреты»**

**Ведущий:**

Мы, взрослые, редко задумываемся о значении ограничений в жизни детей. Опыт воспитания в своей семье, собственные взгляды и мировоззрение позволили каждому из нас сформировать представление о родительских запретах. Сейчас мы будем передавать друг другу апельсин. Тот, у кого он в руках, говорит несколько слов о своем ребенке и запретах, которые для него установили в семье.

Упражнение позволит участникам осознать индивидуальные представления о запретах, а также объединит их общей энергией взаимодействия.


**15 мин**

**Часть 3. Упражнение «Хорошо – плохо»**

**Ведущий:**

У каждого из нас есть свое мнение о значимости родительских запретов. Перед вами в корзине лежат жетоны двух цветов. Зеленый означает «хорошо», красный – «плохо». Выберите жетон того цвета, который соответствует вашему ответу на вопрос: «С точки зрения ребенка, запреты – это хорошо или плохо?» – и положите его в корзинку.

Вместе с родителями подсчитайте количество голосов и их процентное соотношение. Попросите желающих высказать свою точку зрения в отношении запретов – хорошо или плохо это для ребенка.

**Ведущий:**

Запреты важны и нужны детям, хотя они и воспринимают их без энтузиазма. Запреты позволяют ребенку понять, что есть люди, которые о нем заботятся и вовремя напомнят, когда надо остановиться. Если запретов нет, ребенок начинает искать границы дозволенного, чтобы понять, что можно делать и чего нельзя.


**20 мин**

**Часть 4. Упражнение «Ленточки»**

Родители работают в парах.

**Ведущий:**

Представьте, что один из участников в паре – ребенок, любопытный и активный, а другой – его мама или папа, которые, естественно, любят своего ребенка и стараются сделать для его блага все возможное. Однако мама беспокоится за ребенка. Вышли на улицу – мама стала переживать: вдруг он убежит. Что она будет делать? Из любви к своему ребенку мама завязывает ему ножки ленточкой, чтобы он не убежал далеко.

Предложите родителю, который исполняет роль мамы или папы, завязать ленточку на щиколотках «ребенка».

**Ведущий:**

И все это она делает исключительно из любви к нему! Ребенок растет. Ему все интересно потрогать, повертеть в руках, разобрать, посмотреть, что внутри, как «это» работает. Мама, опять же из любви к ребенку и во благо, завязывает ему ленточки на руках – вдруг он что-то сломает, повредит себе что-нибудь.

«Родитель» связывает «ребенку» руки. Далее завязывает ленточки там, где указывает ведущий.

**Ведущий:**

Потом ребенку завязывают глаза – чтобы не увидел ничего лишнего. Затем рот – чтобы не сказал ничего лишнего. Через какое-то время ребенок идет в сад, затем в школу. И в первом, и во втором случае опять найдется место для очередной ленточки. На сей раз ее повязывают ребенку на шею, с тем чтобы отдать свободный конец другим взрослым, которых он должен будет слушаться. Еще ребенку завязывают уши, чтоб он, не дай Бог, не услышал ничего лишнего. Когда он подрастает и начинает выражать много чувств, ему завязывают грудь. Позже, когда появляется интерес к сексуальной сфере, ему завязывают ленточку на бедрах. Чтобы все держать под контролем, мама привязывает свою руку к руке ребенка. А теперь давайте посмотрим на нашего «ребенка», подумаем и ответим на вопросы.

**Что чувствует ребенок, находясь в таком положении?**

**Какая ленточка вам больше всего мешает?**

**Какую ленточку вам хотелось бы снять в первую очередь и почему?**

Участники, отвечая на вопросы ведущего, постепенно снимают все ленточки с «ребенка».


**20 мин**

**Часть 5. Упражнение «Мое наследство»**

**Ведущий:**

Проанализируйте «наследство», которое вам, уже взрослым людям, досталось от ваших родителей. Вспомните и запишите запреты, которые вы получали или получаете до сих пор от своих родителей. Запишите те из них, которые ограничивали ваши действия, мысли, чувства, которые тяготили вас в жизни… А теперь разорвите то, что вы написали. Эти запреты вам больше не нужны! Вы взрослые люди и можете сами отвечать за свою жизнь, свои поступки. А родители всегда вам помогут, поддержат, придадут сил и энергии. Так и вы должны помогать своим детям, поддерживать их. Прежде чем сделать что-то, человек сначала мысленно «проигрывает» действия, иногда даже не замечая этого. Получая какой-либо запрет, мы мысленно «прокручиваем» запретное действие, чтобы понять, что этого делать нельзя.

Что будет, если я вам сейчас скажу: «Смотрите, пожалуйста, только на меня. На фортепиано, на котором стоит ваза, смотреть нельзя»? Вы, сами того не осознавая, будете постоянно поглядывать в запретном направлении. При этом мы, взрослые, если хотим, то можем противостоять этому искушению, а вот наши дети еще не могут этого. Если, например, велеть ребенку трех-четырех лет не бросать мячик – он его тут же бросит. Мысленно он представит это действие. Так как мысленный и действительный планы для детей еще слиты, он сразу начнет действовать. Чтобы освоить запрет, ребенку нужно совершить запретное действие в реальности. Только после многократных проб он сможет представить себе это действие в уме и больше не совершать его. Для многих запрет – прямое побуждение к действию. Не зря ведь говорят, что запретный плод сладок. Для того чтобы ребенок чего-то не делал, вы должны сразу предложить ему какое-либо другое действие, альтернативное запретному, и сформулировать запрет в утвердительной форме. Например, вместо того чтобы говорить «Не дергай кошку за хвост!», лучше сформулировать свой запрет следующим образом: «Кошка – такое же живое существо, как и ты, ее надо любить! Ты можешь ее погладить, если хочешь».


**20 мин**

**Часть 6. Упражнение «Формулировка запрета»**

**Ведущий:**

Представьте ситуацию. Вы возвращаетесь с ребенком домой. На пути у вас лужа. Ребенку, естественно, хочется пройти через нее, да еще бросить камень или ударить по воде прутом. Представьте и опишите все возможные, реальные и идеальные, действия и слова мамы в данной ситуации…

Участники выполняют задание.

**Ведущий:**

Очень часто мы выносим запреты автоматически, не задумываясь о ситуации и чувствах ребенка. Психологи делят запреты на две категории: осознанные и неосознанные.

**Какие запреты, по вашему мнению, можно отнести к осознанным и неосознанным?**

На флипчарте расчертите две колонки – «Осознанные запреты», «Неосознанные запреты». Запишите в них все варианты, которые предложили родители. Обсудите результаты работы.


**20 мин**

**Часть 7. Творческое задание «Родительские запреты»**

**Ведущий:**

При запрете важны формулировка и тон, которым он произносится. Российский психолог Юлия Борисовна Гиппенрейтер предложила разделить все запреты на зоны: зеленую, желтую, оранжевую и красную. В зеленую зону входит все то, что ребенок может делать по собственному желанию, в отношении чего он имеет полную свободу выбора – куда пойти, чем заняться, в какой кружок записаться, с кем дружить.

Действия ребенка, относительно которых ему предоставляется ограниченная свобода, входят в желтую зону. Ребенку разрешают действовать по собственному выбору, но в рамках определенных границ.

Некоторые обстоятельства вынуждают родителей нарушать установленные правила. Такие действия попадают в оранжевую зону. Родители их не приветствуют, но из-за особых обстоятельств допускают.

В красную зону входят действия, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это категорическое «нельзя», из которого нет исключений.

Сейчас каждая команда формулирует и записывает запреты, характерные для каждой из зон.

**Примеры:**

* **зеленая зона** – разрешается читать книжки, выбирать друзей, проявлять свои чувства, рисовать, ходить в туалет;
* **желтая** – можно гулять одному, но только во дворе; можно ходить по лужам, но в резиновых сапогах; можно рисовать и готовить, но в фартуке; можно смотреть телевизор, но до определенного времени;
* **оранжевая** – можно поесть сладкого, сколько хочешь, в день рождения; можно подольше посидеть у телевизора, за компьютером в выходные дни;
* **красная** – нельзя совать пальцы в розетку; нельзя открывать дверь чужим людям; нельзя разговаривать и уходить с незнакомыми.

**Ведущий:**

Все зоны, вместе взятые, свидетельствуют о том, что правило правилу рознь. В процессе воспитания всегда можно найти золотую середину. Ошибка родителей заключается в том, что, запрещая что-либо, вы часто неосознанно произносите это осуждающим тоном. То есть запрет – это просто «Стоп!». Если вы что-то запрещаете или обозначаете границы дозволенного, не делайте это осуждающе. Дети чаще противятся не самим правилам, а способам их внедрения.


**20 мин**

**Часть 8. Творческое задание «Правила родительских запретов»**

**Ведущий:**

Сейчас мы составим памятку «Правила родительских запретов» для тех родителей, кто не смог сегодня прийти на нашу встречу. Составляя ее, вы можете использовать личный опыт или те знания, которые получили на нашей встрече и считаете их полезными. Каждая группа разрабатывает свою памятку. Затем по часовой стрелке передает ее соседям. Те, в свою очередь, знакомятся с ней, галочкой отмечают самое полезное правило и передают памятку дальше. Так каждая памятка обходит все группы и возвращается к авторам. На последнем этапе вы определяете самое ценное по рейтингу правило и называете его.

По результатам работы предложите участникам составить одну общую памятку.

Примеры «правил». Запрет должен быть для ребенка буквальным. Его согласовали и приняли члены семьи. Он не противоречит здравому смыслу и потребностям ребенка. Нельзя отменять принципиально важные запреты «в награду» за что-то или под хорошее настроение. Родители должны быть последовательными в своих требованиях к ребенку.

**Ведущий:**

Если родительские запреты основаны на любви, сформулированы в дружеской форме, не противоречат потребностям ребенка, они только укрепят детско-родительские отношения.


**15 мин**

**Часть 9. Притча о медведе**

**Ведущий:**

В одном маленьком зоопарке медведя долго держали в тесной клетке, где он мог сделать в одну сторону только четыре шага. Так медведь и ходил целыми днями по клетке туда и обратно. Время шло, зоопарк отремонтировали и запустили медведя в новый просторный вольер.

Он огляделся, осторожно сделал шаг, другой, третий, четвертый… а потом повернулся и, как раньше, сделал четыре шага обратно. Он так и не смог понять, что теперь прутья клетки, ограничивающие его свободу, существуют только в его воображении. В памяти зверя эти прутья оказались крепче настоящих. Так он и ходит в огромном вольере: четыре шага туда и четыре обратно…

***Что бы вы чувствовали, если бы я вас попросила превратиться в этого медведя?***

***Что мог бы медведь сказать окружающим его людям?***

***Что вы как люди чувствуете, когда смотрите на такого медведя?***

***Имеет ли эта история отношение к реальной жизни?***

**
15 мин**


[Примеры синквейнов](https://e.profkiosk.ru/eservices/service_content/file/6d61b5a1-6122-4273-83f2-7b080ad7aefc.rtf;Primery%20sinkvejjnov.rtf)

**Часть 10. Синквейн**

**Ведущий:**

Предлагаю каждому выразить свои впечатления о нашей встрече и использовать для этого синквейн. Синквейн пишут по схеме: первая строка существительное → вторая строка – два прилагательных → третья – три глагола → четвертая – фраза из четырех строк → пятая – существительное, которое для вас синонимично слову в первой строке.

Участники выполняют задание.

**Ведущий:**

Спасибо, что нашли возможность прийти на эту встречу, пожелали получить новый опыт общения и познания.

