Городской экспертно-консультативный совет родительской общественности при Департаменте образования и науки города Москвы

Комиссия по профилактике негативных проявлений среди обучающихся

Галузина Ольга Алексеевна
Заместитель председателя Экспертно-консультативного совета родительской общественности при Департаменте образования и науки города Москвы
+7 (926) 595 42 32, GaluzinaOA@mail.ru

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Поколение, которое боится неудач: как научить ребенка справляться с трудностями?

Жизненные навыки детей и подростков

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Жизненные навыки - это?

Мы знаем что в определенном возрасте каждый человек должен научиться ходить, говорить, самостоятельно себя обслуживать, понимать правила и т.д. *(физические навыки)*

Психологические навыки и умения - выполнение тактических действий, решающих конкретные психологические задачи.

(уверенное поведение, общение в группе, решение конфликтных ситуаций, дружба, самоанализ, профориентация,

управления своими эмоциями и т.д.)

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Поколение Z

Важно понимать и учитывать!

Современное поколение принципиально отличается от других поколений!

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Поколение Z

Это дети которые родились с 2000 - 2005 года (в России), самым старшим из них – 20 лет.
Характерные черты:

- умеют отлично работать с любой информацией;
- быстро развиваются;
- могут делать одновременно несколько дел (писать сообщение, слушать музыку, играть в компьютерную игру и учить уроки);
- «клиповое» мышление;
- инфантилизм;
- плохое запоминание (всю информацию при случае можно посмотреть в сети).

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Какие навыки нужно развивать

- Умение общаться с разными людьми в разных контекстах.
- Управление конфликтами.
- Навыки уверенного поведения, умение сказать «Нет».
- Быть в контакте с собой и управлять своими эмоциями.
- Умение определять ценности и расставлять приоритеты.
- Осознанный профессиональный выбор.
- Грамотное пользование интернетом.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Поведение может быть

Уверенное- готовность человека решать достаточно сложные задачи, когда уровень притязаний не снижается только из–за опасений неудачи.

Агрессивное- склонность личности действовать враждебно. Агрессор "бросается" на проблему, как на амбразуру, склонен требовать для себя всего и сразу, абсолютно не учитывая при этом интересы окружающих или другой стороны.

Пассивное- покорное, недеятельное отношение к какому-нибудь факту, событию, к окружающей среде; бездействие. Пассивный человек не в состоянии транслировать свои мнения и ощущения другим, он сидит сложа руки и ждет, когда инцидент будет исчерпан. Очевидно, что подобная пассивность приводит к утрате контроля над ситуацией.

Пассивно-агрессивное- о таком человеке говорят: "в тихом омуте черти водятся". Люди, склонные к этому, любят "копить обиды" и строить планы мести исподтишка. Пассивная агрессия проявляется через отказ выполнить просьбы, бездействие или открытый саботаж.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Уверенность включает в себя:

мотивация

решительность

притязания

настойчивость

достижение успеха

сила воли

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Успех – это достижение поставленных целей в задуманном деле, положительный результат чего-либо, общественное признание чего-либо или кого – либо.

Пусть к успеху – это вероятность 7 раз упасть, но сила 8 раз подняться.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Компоненты уверенного поведения

- принятие на себя ответственности за собственное поведение
- демонстрация самоуважения и уважения к другим людям
- демонстрация уверенности и позитивной установки
- умение внимательно слушать и понимать
- эффективное общение
- переговоры и достижение рабочего компромисса
- поиск простых выходов из сложных ситуаций

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Кто я?

- Мои особенности, сильные и слабые стороны.
- Мои достоинства и недостатки.
- Мои способности и склонности.
- Я глазами других людей.
- Умение опираться на себя.
- Нахождение своих внутренних ресурсов.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Быть, а не казаться!

юкка

хатиора

Посмотрите на эти два растения. Проведем параллель с уверенным и неуверенным человеком.

Какое растение создает впечатление силы, уверенности?

Мораль: Важно быть, а не казаться!

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Наши сильные чувства

- Умение опираться на свои чувства: осознавать, что чувствуешь, принимать свои чувства, выражать их, не причиняя вреда себе и окружающим.
- Умение справляться с гневом и страхом.
- Умение расшифровывать послания, которые несут в себе чувства.
- Умение сказать о своих чувствах.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Приемлемые способы соперничества и самопредъявления

- Квесты, игры.
  Я – умный!
- Оздоровительные лагеря.
  Я – самостоятельный!
- Работа в каникулы.
  Я – взрослый!
- Туристические слёты, походы.
  Я – выносливый!
- Спортивные кружки, состязания, соревнования.
  Я – сильный!

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Жизненно важные навыки

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

1.Любознательность

1 ЛЮБОЗНАТЕЛЬНОСТЬ

Задавать вопросы – умение, необходимое человеку на протяжении всей его жизни. Это основа любознательности. Благодаря этому умению человек познает не только окружающий мир, развивая тем самым интеллект, но и самого себя.

Составляющие любознательности:

1) Умение учиться
2) Любовь к знаниям
3) Наличие увлечений, хобби

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

2.Самостоятельность и уверенность в себе

- Эти бесспорно необходимые человеку качества также формируются в раннем детстве. Уже в возрасте трех лет ребенок стремится и должен иметь возможность делать то, что он хочет **самостоятельно**. **Уверенность в себе** формируется, когда тебя поддерживают, хвалят, поощряют в начинаниях и дают возможность бывать в одиночестве.
- Личное пространство и время формирует у человека умение **не бояться одиночества**, не считать его чем-то страшным, а воспринимать как возможность разобраться в себе или заняться тем, что интересно.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

3. Альтруизм

3 АЛЬТРУИЗМ

Осознав свое «Я» примерно в три года, дети понимают что есть «мое», «чужое», «общее» (и не только вещи, но и чувства).

Эгоистом быть легче, чем альтруистом. Но, будучи альтруистом, важно также не вдаваться в крайности и не забывать о разумном эгоизме ради своего же блага.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

4. Трудолюбие

4 ТРУДОЛЮБИЕ

В какой-то момент ребенок начинает осознавать ценность денег, устанавливает связь между возможность удовлетворить потребность, наличием денег и трудом.

Как поощрать ребенка за труд - личное дело семьи

Дети должны учиться распоряжаться деньгами, ведь во взрослой жизни им без этого не обойтись. Самая большая проблема - психология бедности, которая часто передается от родителей.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

5-6.Умение договариваться и управлять временем

- Умение **уважать другого**, быть терпимым к другим учитывая его особенности и интересы пригодится уже в детском саду, и когда человек только вступит в стадию социализации.
- Если эти навыки подкрепляются у дошкольника, то позже превратятся в умение **договариваться**, находить компромиссы, разрешать конфликты. Формируются такие качества как дипломатичность и бесконфликтность, которые во взрослой жизни помогут выстраивать гармоничные отношения и дома и на работе.

Важные **составляющие управления временем**:

- соблюдение распорядка дня,
- построение планов на ближайшее будущее,
- определение целей и целеполагание.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

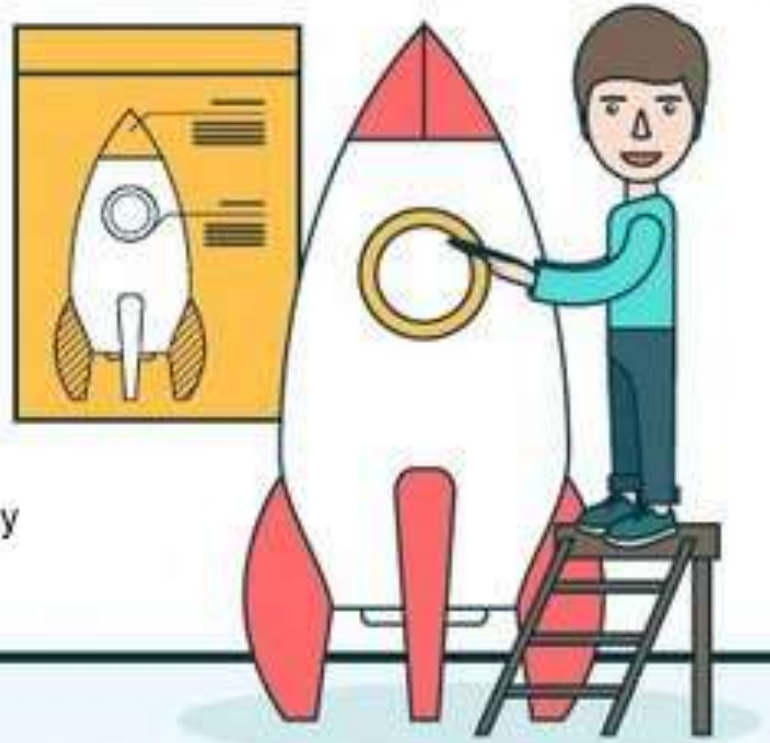
7. Инновации и креативность

7 ИННОВАЦИИ И КРЕАТИВНОСТЬ

То, что помогает быть лабильным – креативность в широком смысле этого слова:

1) умение смотреть на вещи с другой стороны
2) нестандартно подходить к решению проблем
3) мыслить не только логически, но и творчески
4) выходить за рамки привычного и традиционного
5) быть творцом своей жизни
6) развиваться как личность

Маленькие дети смотрят на мир в первый раз, поэтому интересуются не только формой, но и содержанием.



ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

8. Навыки выживания

Современный мир удобен для проживания из-за большого количества благ цивилизации, но по-прежнему очень хрупок. Хорошо, когда мы окружены всем необходимым, но плохо, условия могут измениться, а навыком приспособления у человека нет.

Хотя во многих школах преподаются основы безопасности жизнедеятельности, хорошо бы именно **на практике** научиться выживать в экстремальных и примитивных условиях:

- оказывать первую медицинскую помощь,
- организовывать быт в походных условиях,
- разводить костер,
- различать съедобные и несъедобные растения и плоды,
- искать источники воды,
- ориентироваться на местности.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Помощь родителей: результат

Позитивный:

- Ребенок занимается тем, что ему **нравится.**
- Ребенок занимается тем, что у него **получается.**
- Он успешен в реализации **профессионального пути.**
- Он успешен в реализации **семейных ролей.**
- Успешен в **социальных контактах.**

Негативный:

- Ребенок проживает жизнь согласно мечтам и представлениям родителей.
- Ребенок отказался от всякой помощи и участия родителей в его жизни.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Верный путь

Родители:

- Давали ребенку возможность **следовать своим интересам.**
- Помогали **развивать способности.**
- Адекватно оценивали способности и возможности ребенка.
- Предоставляли **возможность выбора.**
- Способствовали **определению целей** и обсуждали пути достижения.
- **Создавали условия** для ознакомления с намеченным путем.
- Планомерно воспитывали **самостоятельность в принятии решений.**
- Предоставляли возможности **самостоятельного решения трудностей.**
- Транслировали принятие.
- Позволяли ошибаться.
- Поощряли в начинаниях.
- Хвалили за успехи.
- Были позитивным примером.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Неверный путь

Родители:

- Направляли ребенка соответственно своим интересам.
- Выбирали путь за него и «вели его за руку».
- Брали решения всех трудностей на его пути на себя.
- Лишали самостоятельности.
- Проявляли излишнюю требовательность.
- Лишали личного пространства.
- Контролировали ребенка во всем.
- Не принимали участия в развитии ребенка.
- Были негативным примером.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Советы по воспитанию с НЕ

- Не бойтесь менять свои жизненные траектории.
- Не ждите чуда.
- Не заставляйте себя играть с ребёнком, если у вас нет настроения, вы устали или раздражены.
- Не будьте всегда правы.
- Не останавливайте – пусть «идёт» в своих интересах туда, куда ведёт его научное любопытство, любовь к спорту или желание… вышивать.
- Не пугайте жестоким миром.
- Не забывайте говорить о чувствах.
- Не увещевайте. Не занудствуйте. Не читайте морали.
- Не заменяйте реальный мир гаджетами.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

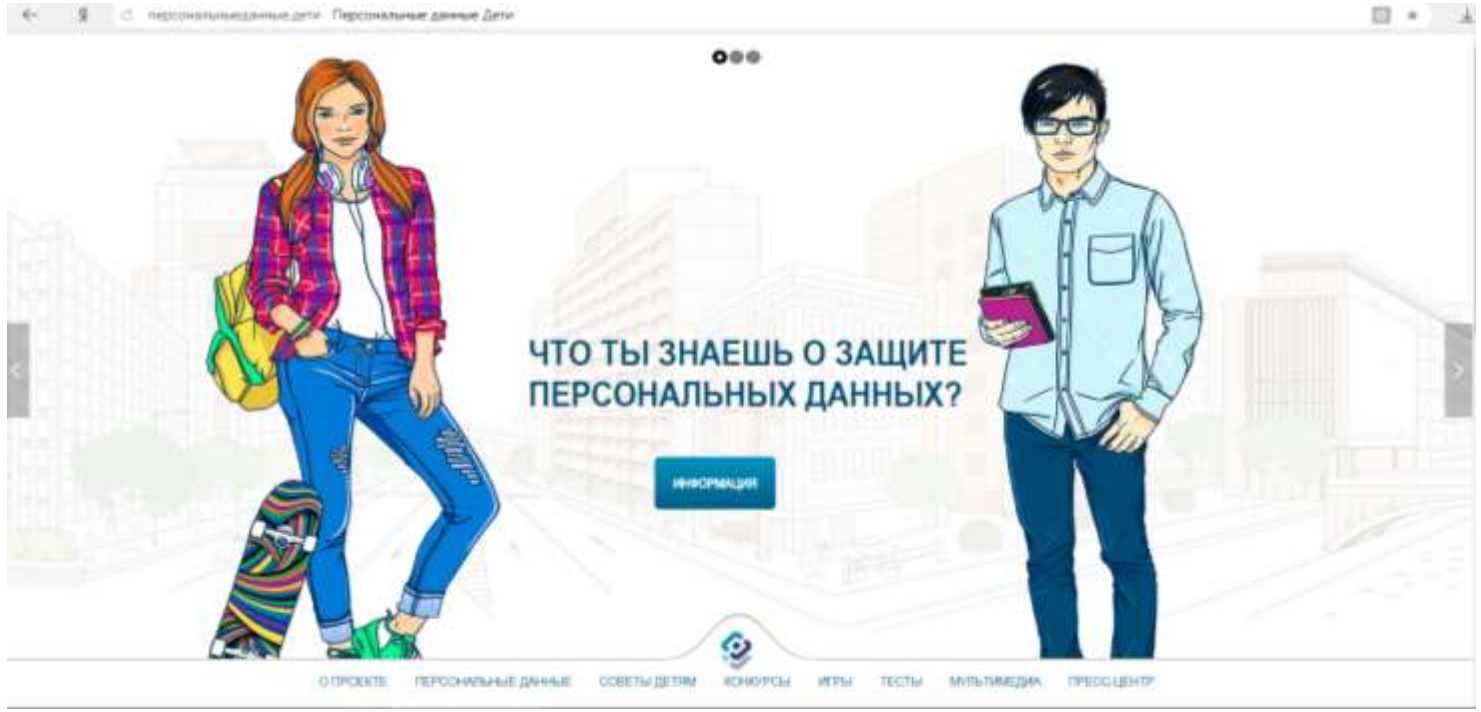
Литература в помощь

1. Дж. Хэссон, С. Хэдфилд. Обрести уверенность в себе. Что означает быть ассертивным.
2. Л. В. Петрановская. Если с ребёнком трудно.
3. С. Соловейчик. Педагогика для всех.
4. А. Фабер, Э. Мазлиш. Свободные родители, свободные дети.
5. А. Фабер, Э. Мазлиш. Как говорить, чтобы дети слушали, и как слушать, чтобы дети говорили.

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Защита персональных данных

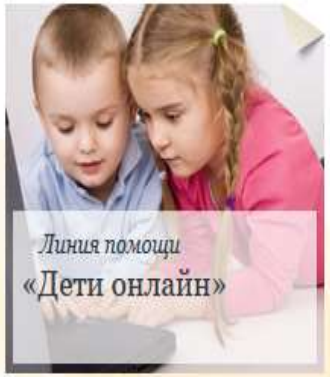
http://персональныеданные.дети/



Информация для детей и подростков о защите персональных данных в сфере информационных технологий массовых коммуникациях

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

Горячая линия Дети России Онлайн 8 800 25 000 15



Горячая линия
8 800 25 000 15
Звонки по России бесплатны

Напиши письмо на Линию помощи или Пообщайся в чате

Посмотрите видео

Узнайте больше о Линии помощи

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

НЕОТЛОЖНАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

ТЕЛЕФОН ДОВЕРИЯ
для детей, подростков и их родителей
8-800-250-11-91

Вместе не страшно

Вместе не страшно!

ГБОУ города Москвы **«Городской психолого-педагогический центр Департамента образования и науки города Москвы»** (ГБОУ ГППЦ ДОНМ).

Оказание бесплатной очной психологической помощи детям и их родителям. Проведение профилактических мероприятий суицидального поведения обучающихся.

- Единая справочная: 7 495 730 2193
- Секретарь: 7 499 172 1019
- E-mail: gppc@edu.mos.ru
- Сайт www. gppc.ru

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ

ГОРОДСКОЙ ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ ПРИ ДЕПАРТАМЕНТЕ ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ г. МОСКВЫ

www.roditel.educom.ru

Председатель: Мясникова Людмила Александровна

myasnikovala@mos.ru mjasnikowana@yandex.ru

Заместитель председателя: Галузина Ольга Алексеевна

+7 (926) 595-42-32 GaluzinaOA@mail.ru

Контакты для обращения:

+7 (963) 670 – 34 – 90 +7 (966) 198 – 95 – 56

nebudzavisim@mail.ru

ЭКСПЕРТНО-КОНСУЛЬТАТИВНЫЙ СОВЕТ РОДИТЕЛЬСКОЙ ОБЩЕСТВЕННОСТИ