**Родительское собрание «Школа, семья и психическое здоровье старшеклассников» («круглый стол»)**

**Цель:** координация усилий школы и семьи в решении проблемы сохранения и укрепления психического здоровья старшеклассников.

**Задачи:**

1. Осмысление значимости психического здоровья школьника как компонента его здоровья в целом.
2. Выявление причин нарушения психического здоровья старшеклассников.
3. Разработка направлений и форм взаимодействия школы и семьи по сохранению и укреплению психического здоровья школьников и формированию ценностного отношения их к здоровью.

**Форма проведения:** «круглый стол» с элементами ситуационной игры.

**Пригашенные на родительское собрание:** психолог школы.

**Этапы подготовки**

1. Формирование вопросов для обсуждения:
	* Что такое психическое здоровье?
	* Чем вызвано обращение к этой проблеме?
	* Каковы общие причины нарушения психического здоровья ребенка?
	* Как исключить стрессогенные факторы в практике семейного воспитания?
2. Диагностирование школьников и родителей:
	* Анкета «оценка напряженности»;
	* Комплексная анонимная анкета старшеклассника;
	* Тест-проба для выявления адаптационных возможностей организма;
	* Тест-анкета ориентационной оценки риска нарушения здоровья учащихся;
3. Подготовка памяток для родителей с целью использования их в практике семейного воспитания.

**Этап проведения**

**Классный руководитель:**

Уважаемые собеседники! Мы с вами уже неоднократно и вполне обоснованно обращались к проблеме сохранения и укрепления здоровья наших детей. Предметом нашего сегодняшнего разговора будет, возможно, его главной стержневой компонент — психическое здоровье школьников. В чем его проблема? Почему этот предмет, по оценкам многих психологов, столь актуален? Приведу несколько позиций, подтверждающих эту актуальность.

Во-первых, по данным всемирной Организации здравоохранения, количество детей, нуждающихся в коррекционной помощи, постоянно растет, достигая сегодня уже 55 % от общего числа школьников России.

Во-вторых, постоянно возрастает школьная нагрузка. Настало время задать вопрос: Не что и на каком уровне освоить учащемуся, а какой ценой? Две трети и даже более выпускников выходят из стен школы хроническими больными. Эти же факты подтверждают результаты боле сорокалетних наблюдений, проводившихся Научным центром охраны здоровья детей и подростков. Большая учебная нагрузка тормозит реализацию возрастных биологических потребностей детского организма: во сне, двигательной активности, пребывании на воздухе. Повышение учебной нагрузки особенно пагубно сказывается на здоровье девочек — 75% из них имеют хронические заболевания (среди мальчиков 35%). Обращаю еще раз ваше внимание на нормы СанПиНа: максимальная допустимая продолжительность домашних занятий детей третьей ступени обучения составляет не более 4 часов, минимальная норма сна— 9 часов для 15-16-летних. И 8,5-9 часов— для 17-18-летних. Норматив пребывания на свежем воздухе для ваших детей составляет не менее 2,5 часа. Сравните с тем, что имеет место на самом деле.

В-третьих, из-за постоянной занятости родителей, из-за жесткого ритма жизни исчезла размеренность семейного общения, ушли из практики семейного воспитания неспешные беседы за ужином, прогулки с разговорами обо всем. Вместо них — привычный родительский лексикон: «ну что за почерк?», «опять двойка?», «Мне стыдно за тебя!», «У соседей сын как сын, а ты — сплошное недоразумение!». Такая манера общения с детьми стала привычкой, что можно говорить о серьезном педагогическом давлении на подростка. Тогда уместно возникает вопрос: не тормозим ли мы развитие способностей детей стрессовой тактикой воспитательных воздействий? Чем расплачивается ребенок за 11 лет постоянных стрессов? А ведь учеными неоднократно доказано, что психическое здоровье во многом определяет физическое.

Итак, мы определили проблему, а теперь определим степень осведомленности в ней. Для этого вам, уважаемые участники, за неделю до собрания было предложено ответить на ряд вопросов, имеющих отношение к проблеме психологического здоровья школьников. Сейчас раздам вам бланк анкет с вашими ответами и ответы на них же нашего психолога. Сравните их и оцените уровень своего владения информацией по проблеме.

**Анкета для родителей «Психическое здоровье»**

1. Какой смысл Вы вкладываете в понятие «здоровье»?
2. Что, в вашем понимании, есть психическое здоровье человека?
3. Если человек знает о приемах поддержания здоровья, значит ли это, что он обязательно ведет здоровый образ жизни?
4. Что такое стресс?
5. К чему, по-вашему, сводится забота о здоровье вообще и о психическом здоровье в частности?
6. От чего зависят сила и продолжительность стресса?
7. Чем опасен стресс?
8. Что такое дистресс?

*Ответы психолога*

**Классный руководитель:**

Ваше собственное психологическое состояние, уважаемые родители, в значительной степени определяет уровень вашего общения с детьми, комфортность их пребывания в семейном кругу. Сейчас вы получите возможность оценить, как у вас обстоят дела со стрессом. Я предлагаю вам тест, разработанный американскими исследователями Т. Холмсом Р. Роэ. В него включены как положительные, так и отрицательные стрессогенные факторы. Ориентируясь на эту шкалу, можно определить какую стрессовую нагрузку вы испытали в последний год и насколько негативно она может сказаться на вашем здоровье. В «шкале социальной адаптации» каждому жизненному событию соответствует определенное число баллов. Опираясь на статистические исследования, авторы утверждают, что у человека, набравшего свыше 150 баллов, риск заболеть повышен. А при 300 баллах и выше вероятность заболевания увеличивается до 90%.

**Тест «Шкала социальной адаптации»**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **№** | **Жизненное событие** | **Значение в баллах** |
| 1 | Смерть супруга | 100 |
| 2 | Развод (официальный развод) | 73 |
| 3 | Разъезд супругов (без оформления развода) | 65 |
| 4 | Смерть близкого члена семьи | 63 |
| 5 | Травма и болезнь | 53 |
| 6 | Женитьба (вступление в брак) | 50 |
| 7 | Увольнение с работы | 47 |
| 8 | Примирение супругов | 45 |
| 9 | Уход на пенсию | 45 |
| 10 | Болезнь или травма близкого члена семьи | 44 |
| 11 | Беременность | 40 |
| 12 | Сексуальные проблемы | 39 |
| 13 | Появление нового члена семьи | 39 |
| 14 | Реорганизация на работе | 39 |
| 15 | Изменение финансового положения | 38 |
| 16 | Смерть близкого друга | 37 |
| 17 | Изменение профессиональной специализации | 36 |
| 18 | Усиление конфликтности отношений с супругом | 35 |
| 19 | Ссуда или заем на крупную сумму | 31 |
| 20 | Окончание срока выплаты ссуды или займа | 30 |
| 21 | Изменение должности | 29 |
| 22 | Сын или дочь покидают дом | 29 |
| 23 | Проблемы с родственниками мужа (жены) | 29 |
| 24 | Выдающееся личное достижение | 28 |
| 25 | Супруг бросает работу или приступает к работе | 26 |
| 26 | Начало или окончание обучения в учебном заведении | 26 |
| 27 | Изменение условий жизни | 25 |
| 28 | Отказ от каких-то индивидуальных привычек | 24 |
| 29 | Проблемы с начальством | 23 |
| 30 | Изменение условий и часов работы | 20 |
| 31 | Перемена места жительства | 20 |
| 32 | Смена места обучения | 20 |
| 33 | Изменение привычек, связанных с проведением досуга или отпуска | 19 |
| 34 | Изменение привычек, связанных с вероисповеданием | 19 |
| 35 | Изменение социальной активности | 18 |
| 36 | Ссуда или заем для покупки более мелких вещей | 17 |
| 37 | Изменение индивидуальных привычек, связанных со сном | 16 |
| 38 | Изменение числа живущих вместе членов семьи | 15 |
| 39 | Изменение привычек, связанных с питанием | 15 |
| 40 | Отпуск | 13 |
| 41 | Незначительное нарушение правопорядка | 11 |

**Классный руководитель:** Если у вас высокий показатель по рассмотренной шкале, вы наверняка порой «разряжаетесь» на тех, кто может воспринять ситуацию всерьез, и в первую очередь — на детях. Как-то в трамвае мне пришлось наблюдать такую сцену. Мальчик лет шести рассматривал новую игрушку и нечаянно уронил какую-то ее деталь. Мама грубо выхватила у него игрушку и зашипела: какой безрукий, глупый и все портит. Ребенок вжался в спинку сиденья. Все взрослые вокруг понимали, что реакция мамы не соответствовала проступку: у нее, вероятно, проблемы. Но ребенок-то этого не понимал. Он чувствовал себя преступником и был несчастен. Своим стрессом мама «наградила» сына. Подумайте над этим и постарайтесь не допускать подобного по отношению к своему ребенку.

Сейчас я прошу вас, дорогие участники, написать письмо обращение к самому себе, короткое, всего 5-6 строк. Пусть воображаемым автором будет ваш ребенок. А предметом обращения — факторы семейного стресса. Время на работу — 5-7 минут. По окончании, если у кого-то из родителей возникает желание, он свое обращение прочтет. Однако это вовсе необязательно, так как важен сам факт осмысления возможных упреков со стороны собственного ребенка. Советуем в завершение этапа прочитать отрывок из подобного обращения, но уже отца к маленькому сыну, в нем много поучительного.

**Классный руководитель:** В соответствии с выявленной проблемой, мы с присутствующим на нашей встрече с психологом, предлагаем для обсуждения ряд вопросов. Думаю, что мы получили ответы на первые два, по крайней мере, осмыслили возможные варианты их решения. А теперь зададимся вопросом о том, каковы общие причины нарушения психического здоровья детей? Причем, мы, разумеется, не будем брать генетически предопределенные варианты нездоровья, когда требуется помощь медиков. Мы поговорим о тех нарушениях, которые являются следствием внешних условий в семье, школе, социальном окружении.

Я предлагаю вам такую игру. У меня в руках — импровизированный микрофон. Тот из вас, в чьи руки он попадет, коротко, в течение 30 секунд, вспоминает факт из своего детства, который нанес вам стресс, заставил страдать и мучиться.

**Игра «свободный микрофон»** В рамках игры возможны, например, следующие варианты ответов родителей:

* Наш класс почти в полном составе поехал на экскурсию в соседний город. Но мои родители сочли, что меня отпускать рано. Я был обижен на весь мир и долго не разговаривал с родителями.
* В первом классе у нас была учительница, которая почему-то не любила меня. Однажды, проходя по ряду, она всех погладила по голове, а меня — нет. Дома по этому поводу со мной случилась истерика, после которой родители перевели меня в другой класс.
* Я никогда не забуду своих ощущений на уроке истории: не успев зайти в класс, учитель уже успевал вызвать 3-4 человек к доске: кто-то писал на доске даты, кто-то чертил какие-то схемы, кто-то заполнял таблицы. Мое сердце просто останавливалось, а когда меня вызывали к доске, я просто переставала соображать и получала «двойки», хотя всегда готовилась к уроку.
* Родители моей школьной подруги постоянно были недовольны ее успехами в школе, хотя она училась почти на одни на одни «пятерки». Она день и ночь учила уроки и тем не менее боялась контрольных, боялась отвечать у доски, редко радовалась «пятерке», потому что завтра может быть четверка. Мне всегда было ее жалко.
* У нас в десятом классе училась девочка, которая влюбилась в хулиганистого парнишку из неблагополучной семьи. «Любовь до гроба» пересекли родители девочки. Тогда она наглоталась таблеток, и ее еле спасли. Для меня это был страшный стресс, я для себя решила тогда, что я по отношению к своему ребенку так никогда не поступлю.

**Психолог:**

Позвольте мне обобщить причины психического нездоровья детей, некоторые из которых прозвучали в ваших примерах. Эксперты ВОЗ на основе проведенного в разных странах исследования пришли к выводу, что нарушение психического здоровья чаще всего отмечаются у детей, которые находятся в дисгармоничных отношениях с родителями и педагогами. Отрицательное влияние одного человека на другого называют антропогенией. Это приводит у детей к ощущению безродности, бесперспективности, нереализованности, опустошенности, к психическим травмам, бытовому экстремизму, сектантству.

Итак, какие воздействия нарушают психическое здоровье детей? Представим это в виде схемы (она либо изображена на доске, либо на плакате, но до начала обсуждения закрыта для обзора).



*Пояснения к схеме:*

1. Стрессогенная тактика педагогических воздействий — это систематическое использование окриков или так называемых «психологических пощечин», а также ограничение времени в процессе деятельности. Ребенок испытывает стресс из-за постоянной гонки, неудач, неудовлетворенности взрослых. Школьники, ожидая очередных упреков и даже унижений, находятся в постоянном психологическом напряжении.

2. Перегрузка — интенсификация учебной деятельности — один из факторов роста нервно-психологических нарушений. Большая учебная нагрузка тормозит реализацию возрастных биологических потребностей организма подростка в сне, двигательной активности, пребывании на воздухе.

3. Ситуация в семьях. Семья претерпела серьезные изменения. А ведь модель поведения ребенком чаще всего избирается по образцу родителей. Сегодня заметно утрачивается подвижническое отношение родителей к своим детям. За последние пять лет около 2000 женщин совершили убийство своих новорожденных детей. Каждое шестое преступление в стране совершают женщины, из которых 80% — матери.

Беспокоит и другое. В благополучных семьях царят жестокость, грубость, какой-то невидимый агрессивный стиль взаимоотношений с собственным ребенком. Известный детский хирург, академик Я. Долецкий даже ввел новый термин — синдром опасного обращения с детьми. Речь идет о физических и психических травмах, причиняемых в семье с близкими. Сегодня до 50 тыс. ребят самовольно уходят из семьи, множится число юных бомжей и изгоев.

4. Некомпетентность родителей и педагогов в вопросах физиологического развития ребенка, непредсказуемые поступки подростков, оказывается, связаны с незрелостью мозга. Лобные доли, отвечающие за принятие осмысленных решений, у подростков функционируют не так как у взрослых. Учителя, родители должны проявлять терпение и снисхождение к необдуманным поступкам своих подопечных, в надежде, что через какое-то время их мозг заработает в полную силу. Дети «эмоционально мудрых» родителей легче справляются со стрессовыми ситуациями, более успешны в учебе, у них мало проблем со сверстниками.

5. Зависимости. Это страшная беда, в сети которой попадают многие подростки. Чаще всего — это уход от реальности, которая чем-то не устраивает ребенка, форма неосознанного протеста. Рамки нашей встречи не позволяют углубиться в эту проблему, это тема для отдельного серьезного разговора, напрямую связанного с проблемой психического здоровья школьников.

**Психолог:** А теперь, уважаемые родители, я познакомлю вас с результатами анкетирования ваших детей по разным аспектам, являющимися прямыми или косвенными показателями психического здоровья. На одной из наших встреч им был предложен тест-анкета для самооценки факторов риска ухудшения здоровья. Его бланки с обработанными результатами я вам сейчас раздам.

**Тест-анкета для самооценки школьниками факторов риска ухудшения здоровья**

(методика Н.К. Смирнова)

Тест-анкета заполняется каждым школьником самостоятельно. Приводится форма для юношей. В варианте для девушек исключен вопрос 6. На вопросы 1-10 предлагается ответить «да» или «нет»; вопросы 11-15 предусматривают выбор одного из предложенных вариантов ответов.

1. Я часто сижу, сгорбившись, или лежу с искривленной спиной.
2. Я ношу сумку (часто тяжелую) обычно в правой руке.
3. У меня есть привычка сутулиться.
4. Я чувствую, что мало (недостаточно) двигаюсь.
5. Я не занимаюсь оздоровительной гимнастикой (физзарядка, участие в спортивных секциях, плавание).
6. Я занимаюсь тяжелой атлетикой (поднятием тяжестей).
7. Я пытаюсь нерегулярно, кое-как.
8. Нередко читаю при плохом освещении лежа
9. Я не забочусь о своем здоровье
10. Бывает, я курю.
11. Помогает ли тебе, школа заботится о здоровье?

 А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить.

1. Помогали ли тебе занятия в школе создать дома полезный для здоровья образ жизни?

 А) да; Б) нет; В) затрудняюсь ответить.

1. Какие для тебя состояния наиболее типичны на уроках?

 А) безразличие; Б) заинтересованность; В) усталость; Г) сосредоточенность;

 Д) волнение; беспокойство; Е) что-то другое.

1. Как, по твоему мнению, влияют учителя на твое здоровье?

 А) заботятся о моем здоровье; б) наносят здоровью вред методами своего преподавания; в) подают хороший пример: г) подают плохой пример; д) учат, как беречь здоровье; е) им безразлично мое здоровье.

1. Как обстановка в школе влияет, по твоему мнению, на здоровье?

 А) не оказывает заметного влияния; б) влияет плохо; в) влияет хорошо; г) затрудняюсь ответить.

**Обработка результатов**

По вопросам 1-10 по одному баллу начисляется за каждый положительный ответ. По вопросу 13 балл начисляется за ответы «б», «в», «д». По вопросу 14 балл начисляется за ответы «б», «г», «е». По вопросу 15 балл начисляется за ответы «б», «г». Затем полученные баллы суммируются.

**Интерпретация результатов**

Благополучным считается результат, составляющий более 6 баллов. «Зона риска» — более 12 баллов.

Классный руководитель: бланки двух следующих анкет мы предлагаем вам, уважаемые родители, для самостоятельной оценки психологического состояния ваших детей. К ним приведены подробные инструкции, они достаточно просты. Но, если возникнут вопросы, а также в случае низкой оценки результата, вы можете обратиться за советом к психологу школы (называются дни и часы приема и номер телефона).

**Шкала тревожности Спирса**

**Инструкция эксперту**

Оцените утверждение одним из следующих баллов: 0- признак отсутствует, 1- признак слабо выражен, 2- признак достаточно выражен, 3- признак резко выражен.

**Утверждения**

1.Обычно напряжен, скован. 2. Часто грызет ногти. 3. легко пугается. 4. Плаксив. 5. Очень ко всему чувствителен. 6. Часто бывает агрессивным. 7. Обидчив. 8. Нетерпелив, не умеет ждать. 9. Легко краснеет и бледнеет. 10. Испытывает трудности с сосредоточением. 11. Суетлив. 12. Потеют руки. 13. При неожиданном задании с трудом включается в работу.14. С трудом регулирует громкость голоса при ответе.

**Оценка результата**

До 20 баллов — низкий уровень тревожности; 20-30 баллов — средний уровень тревожности, более 30 баллов — высокий уровень тревожности.

**Методика самооценка школьных ситуаций Кондаша**

**Инструкция учащемуся**

Оцени, пожалуйста, каждую ситуацию в баллах в зависимости от того, насколько она может вызвать у тебя тревогу:

0-ситуация не волнует; 1-ситуация волнует незначительно; 2-ситуация достаточно волнует 3-ситуация волнует очень сильно.

**Ситуации**

1.Ответ у доски. 2. Разговор с директором, завучем школы. 3. Учитель решает, кого спросить. 4. Тебя критикуют и в чем-то упрекают взрослые. 5. Выполнение контрольной работы. 6. Учитель называют оценки за контрольную работу. 7. Ожидание родителей с родительского собрания. 8. Сдача экзамена. 9. Участие в соревнованиях: конкурсах. 9. Непонимание объяснений учителя. 10. Неожиданный вопрос учителя. 11 Не получается домашнее задание. 12. Принятие важного решения. 13. Тебя критикуют товарищи, одноклассники.

**Оценка результата**

До 20 баллов — низкий уровень тревожности; 20-30 баллов — средний уровень тревожности; более 30 баллов — высокий уровень тревожности.

**Классный руководитель:**

И, наконец, наш главный вопрос — как защитить наших детей от стрессов, как укрепить их психологическое здоровье? Предлагаю подумать вместе (обсуждение).

**Завершающий этап (обсуждение результатов)**

Классный руководитель: Спасибо всем за заинтересованное участие в обсуждении. Мне кажется, прозвучало много ценных советов, которые можно взять на вооружение в практике семейного воспитания. Ну а мы с нашим уважаемым психологом предлагаем вам небольшую памятку (раздает тексты).

**Решение:**

1. Изучить обработанные результаты теста-анкеты своих детей.
2. Проанализировать обстановку в своей семье.
3. Научить ребенка и научиться самим переживать стресс.
4. Назначить дату следующего родительского собрания.

**Памятка «Как сохранить психическое здоровье ребенка»**

* Всегда находите время поговорить с ребенком. Интересуйтесь его проблемами, вникайте в возникающие у него сложности, обсуждайте их, давайте советы.
* Не оказывайте нажима на ребенка, признайте его право самостоятельно принимать решения, уважайте его право на самостоятельное решение.
* Научитесь относиться к ребенку как равноправному партнеру, который пока просто обладает меньшим жизненным опытом.
* Не унижайте ребенка криком, исключите из практики семейного воспитания «психологические пощечины».
* Не требуйте от ребенка невозможного в учении, сочетайте разумную требовательность с похвалой. Радуйтесь вместе с ребенком даже маленьким успехам.
* Осознайте, что взрослеющий подросток не всегда адекватен в своих поступках в силу физиологических особенностей. Умейте прощать, «лечите» добром.
* Не сравнивайте ребенка с другими, более успешными детьми, этим вы снижаете самооценку. Сравните его с ним же самим, но менее успешным.
* Следите за выражением своего лица, когда обращаетесь с ребенком. Хмуро сведенные брови, гневно сверкающие глаза, искаженное лицо — «психологическая пощечина» ребенку.

**Классный руководитель:** Уважаемые собеседники! Сегодня мы лишь обозначили проблему и осмыслили ее. Поиск ее разрешения — процесс длительный и кропотливый. Давайте же объединим усилия, и будем двигаться, поэтому трудному пути вместе. Здоровье и счастливое будущее наших детей будет нам наградой.

# **Родительское собрание «Как воспитать гармонические отношения родителей и детей» (Диспут с элементами тренинга)**

**Цель:** выявить признаки конструктивного разрешения конфликтов родителей со старшеклассниками и выстроить модель адекватного поведения.

**Задачи:**

1. Уяснить сущность понятия «конфликт», «кризис семьи».
2. Выявить источники и психологические механизмы типичных конфликтов между родителями и взрослеющими детьми.
3. Оценить различные стратегии поведения в конфликте и выстроить на диагностических основаниях собственную модель, адекватную семейным условиям и традициям.

**Форма:** обучающий семинар с элементами тренинга.

**Приглашенные**: психолог, председатель Совета Отцов.

**Этап подготовки**

1. Подбор вопросов для осмысления, вводящих в «проблемное поле»:
* Что такое конфликт?
* Что такое семейный кризис?
* Каковы на ваш взгляд, основные источники конфликтов родителей со старшеклассниками?
* Можно ли избежать конфликтов?
* Как может семейный «кризис» обратиться трагедией для всех членов семьи?
* Сравнить «кризис американской семьи» и «кризис наших семей»
* Методы воспитания: самые постыдные методы воспитания; полная свобода как в американской семье. Воля и слово старших — закон для всех нас (отношения между отцами и детьми)
* Каковы на ваш взгляд самые типичные ошибки родителей, вошедших в конфликт с детьми?
1. Цитаты:

«Конфликт — это опасение хотя бы одной стороны, что ее интересы нарушает, ущемляет, игнорируется другая сторона» (У. Линкольн).

«Искусство быть мудрым состоит в умении знать, на что следует обратить внимание» (У. Джеймс).

«Бывают обстоятельства, когда прощение производит гораздо более сильную моральную встряску, чем произвел бы в данном случае наказание» (В.А. Сухомлинский).

«Воспитание детей — это не легкое дело, когда оно делается без трепки нервов, в порядке здоровой, спокойной, нормальной, разумной и веселой жизни» (А.С. Макаренко)

«От любви до ненависти один шаг, а от ненависти до любви — километры шагов» (Сенека).

3. Анкетирование учащихся и родителей.

4. Подготовка методических материалов для родителей с практическими советами и рекомендациями: «Правила общения при конфликте с ребенком», «Памятка по разрешению конфликтов», «Приемы эффективного слушания».

**Анкета для учащихся «Твое поведение в конфликтной ситуации»**

Дорогой друг! Ответь, по возможности, честно на поставленные вопросы:

* Ты конфликтный человек?
* Легко ли тебе выяснять с кем-то отношения?
* Что ты чувствуешь после того, как ты выяснил с кем-то отношения?
* Становишься ли ты умнее после выхода из конфликтной ситуации, делаешь ли для себя выводы?
* С кем чаще всего конфликтуешь?
* Что может стать поводом к конфликтной ситуации?
* Кто первым пытается разрешить конфликт — ты или другая сторона?
* Что ты, как правило, отстаиваешь в конфликте?
* Меняешь ли ты твое отношение к людям, с которыми ты конфликтовал?
* Нужно ли учиться людям разрешать конфликтные ситуации, или понимание конфликта придет само, с опытом?

Анкетирование родителей: тесты «Оценка склонности к конфликту», «Определение уровня эмпатийности», «Оцените самоконтроль в общении».

**Этап проведения**

Классный руководитель: Наши дети взрослеют, утверждают себя, а принятая в семье практика общения зачастую догматична и основана на постоянных запретах, подавлении личности ребенка, неуважения к нему. Старшеклассники, стоящие перед ответственным выбором жизненного пути, подвержены сомнениям, раздираемы внутренним противоречиями, страхами, комплексами. В этом периоде взросления общение подростков и с родителями складываются под влиянием возникающего чувства взрослости. Подростки начинают протестовать против ранее выполнявшихся требований взрослых, активнее отстаивать свои права на самостоятельность. Они болезненно реагируют на реальное или кажущееся ущемление их прав, пытаются ограничить претензии взрослых по отношению к себе.

Родители, также обремененные своими проблемами, в мечтаниях и установках создают идеализированный образ собственного ребенка и его жизненного пути. Но, столкнувшись с реалиями — проявлениями лени, недобросовестности, низкой мотивацией продолжения образования, родители разочаровываются, и начинается «полоса конфликтов». Конфликт возникает на почве утверждения «взрослости» подростка, стремящегося к самостоятельности (в чем родители усматривают ущемление собственного авторитета). Для освоения новой системы отношений важна аргументация требований, исходящих от взрослых. Простое навязывание обычно отвергается. Таким образом, выявление проблем, связанных с возникающими конфликтами, очень значимо для родителей и детей.

У каждого из вас на столах — листочки (поскольку видов работ будет несколько, можно обозначить цвет листка). Я прошу вас ответить, не указывая фамилии, на один вопрос: «Что для вас является главной проблемой в конфликтах с вашим ребенком?» (По окончании раздумья и записи (на что обычно уходит 5-7 минут) листочки собираются в коробку, из которой классный руководитель их попеременно достает и озвучивает).

Наиболее типичными являются следующие ответы: «Конфликты заканчиваются отчуждением. Мы отдаляемся друг от друга», «Я раздражаюсь, начинаю кричать, отец берет ремень», «мне трудно сдерживаться, я говорю резкости, а потом жалею и пью лекарства», «наши конфликты всегда заканчиваются на повышенных тонах», «меня раздражает, что моя дочь при конфликтах уходит в себя и просто молчит, я не знаю, понимает ли она меня или нет», «В конфликт вмешивается бабушка и поддерживает ребенка, это мне очень мешает». Мы видим, что проблем немало. И все же, как бы ни было трудно, именно от позиции взрослого очень много зависит: можно остаться врагами с собственным ребенком, а можно конфликтом управлять. Выбирая тактику поведения в конфликте, родителям следует помнить «От любви до ненависти один шаг, а от ненависти до любви — километры шагов» (Сенека).

Сегодня наша тема посвящена конфликтам с детьми. Ее цель — выстроить модель (мысленный алгоритм) адекватного поведения родителей. Встреча будет проходить в режиме «круглого стола» (диспута). В обсуждении примут участие наш уважаемый психолог школы и председатель Совета Отцов.

**Погружение в проблему:**

Для начала я хочу рассказать о 12-серийном документальном фильме «Американская семья».

Замысел ее создателя, режиссера Крейга Джилберта был прост «Если я в течение долгого времени буду снимать любую среднюю американскую семью, я смогу показать поведение ее членов и систему ценностей, которые будут типично американскими и, таким образом, будут отражать жизнь каждого из нас». Начали традиционно с поиска реальных героев. Джилберт искал «привлекательную пару у которой были бы дети-подростки». Выбор пал на семью Лаудов, у которой имелось все, что считалось необходимым для типичной американской семьи среднего класса. Глава семейства — Билл, бизнесмен-торговец, жена Пэт — образцовая домохозяйка, мать пятерых детей. У семейства загородный коттедж с бассейном во внутреннем дворике — признанный символ американского благосостояния. Члены семьи были наделены и еще двумя качествами, которые режиссер считал обязательными, — они обладали приятной внешностью, «хорошо смотрелись на телеэкране («даром публичного одиночества»). Стержнем стали взаимоотношения супругов Лаудов с детьми и с друг другом. Поначалу внимание зрителей было приковано к старшему, 20-летнему сыну — Лэнсу Лауду.

К тому времени он покинул отчий дом и жил Нью-йоркском отеле. Воспоминания о семье его не тревожили, когда он предавался всевозможным порокам. И вот Пэт Лауд — мать, приехавшая навестить сына (вместе с телеоператорами). Она не подготовлена к столкновению с жизнью в мире пьяниц, наркоманов, гомосексуалистами, мелких воришек. Но смутить Пэт Лауд не так-то легко, ведь в их семье принято делать вид, будто ничего не происходит, горю и отчаянию никто не даст овладеть собой — это «не по-американски». Больше того, мать говорит сыну: «Я думаю, этот мир подходит тебе, здесь ты нашел себя». Когда, наконец, наступает прощание, заботливая Пэт оставляет деньги на лечение у психиатра; Лэнс по-детски пытается приласкаться к ней, но она отталкивает его. Дома Пэт обвиняла мужа, что сын пошел в него, а Билл возражал — в нее. Но как всегда они оба делают вид, что ничего особенного не случилось. Билл продолжал, по требованию отпрыска, снабжать того деньгами.

У остальных четверых детей Лаудов также была абсолютная свобода во всем. Почти все, кроме младшей дочери, любят спиртное, питают отвращение к учебе, любят развлечения. Даже когда мать узнает об интимных отношениях 15-летней Делайлы, она деловито, с чисто лаудовским спокойствием, без слез и эмоций расспрашивала у дочери подробности. Лауды судят об окружающих только с внешней стороны, но и сами придерживаются правил внешнего приличия даже в самых напряженных ситуациях. К своему разводу супруги Лауды также отнеслись «философски…». Стрессовая ситуация прошла мимо них — к разводу все члены отнеслись как к чему-то вроде легкой зубной боли.

Вопрос: так о чем же поведал фильм «Американская семья»? Вы, уважаемые собеседники, принимаете такую модель поведения в семье?

Психолог: О пустоте существования типичной американской семьи, полном ее кризисе, о разрыве родителей и детей, о почти патологической неспособности к эмоциональной близости живущих хотя и о бок о бок, но, по существу, совершенно одиноких людей. Продемонстрировали они и чисто американскую страсть к паблисити — жизни напоказ.

Родитель: Происходящее в наших семьях — полная противоположность. У нас часто метод воспитания, основан на том, что родительские требования должны неукоснительно выполняться детьми. Требование немедленного подчинения тесно связано с принуждением и часто выражается криком. В противном случае — подзатыльники, пощечины и другие физические наказания, которые оскорбительны и унизительны для ребенка. Применение физической силы к детям не дает ничего хорошего. Нередко поучения и нотации родителей являются просто утешением для родителей, не знающих, что же им еще предпринять.

Психолог: некоторые психологи склонны считать, что гнев, являющийся побудителем конфликтов, нужно «выпускать» наружу, выражать его друг другу в словесной форме. Они утверждают, что с физиологической точки зрения вредно подавлять, пытаться сдерживать любое сильное чувство, или переживание, если человек «загоняет» вглубь себя чувство гнева, то это может оказаться небезопасным для человеческой психики. Однако не надо торопиться с его проявлением.

Известный психолог Добсон предлагает следующие способы подавления гнева, возникающей агрессии.

Председатель Совета Отцов: Кроме множества других отношений наша жизнь движима также отношениями поколений. Уважение, почитание старших поколений — закон нашей жизни. Уважать старших надо потому, что они мудрее, духовно богаче тебя, в каждую минуту своего общения со старшими умей учиться у них. Не думай, что если ты молод и полон сил, тебе все по плечу. Есть вещи, которые посильны только старости, потому что в ней — мудрость многих поколений. Воля и слово старших— закон для всех нас.

Классный руководитель: Так какой же метод воспитания выбрать: метод свободной самостоятельности детей, метод безоговорочного послушания или метод нравоучений, после которых, обычно, можно услышать хлопок дверью, но зато без рукоприкладства?

Психолог: Любой кризис в семье несет конфликтную ситуацию. Сколько боли, разочарования приносит он самым близким, самым родным людям. Даже если все это скрывать под маской «что ничего не случилось» как в американских семьях, внутри семьи возникает неприязнь друг к другу, травмируется психика, возникает чувство ненависти, нарастают стрессовые состояния. В таких семьях более всего страдают дети.

Классный руководитель: давайте попытаемся понять, что же такое конфликт. Начинаем групповую работу.

Задание: задумайтесь, вспомните свои ощущения, связанные с конфликтными ситуациями. Пусть каждый из вас закончит предложение: «Конфликт — это…».

Далее следует озвучивание вариантов, они, например, могут быть такими: «болезненное состояние всех его участников», «опустошение, разочарование», «неизбежность, когда есть повод», «столкновение, после которого люди могут отдалиться друг от друга», «то, после чего за себя всегда стыдно», «способ разрешать наболевшее». Обобщение классного руководителя: Итак, конфликт — это разногласие между членами семьи, в основе которого лежит несовместимость их взглядов, интересов и потребностей. Самое страшное в конфликте — чувства, которые испытывают люди в этот момент друг к другу: страх, злоба, обида, ненависть. Посмотрите, во что превращается жизнь семьи, состоящей из 3-4 человек, в небольшой городской квартире. Сколько ссор, криков, слез, взаимных обвинений, проклятий! В селе частенько отцы бьют своих сыновей. Вот как об их пагубности писал известный психолог Вэльюсен: «порка — это первый вершок аршинной дубины насилия. Именно из нее рождаются драки, а в конце концов — убийства, изнасилования, терроризм».

Задание 2. Подумайте и постарайтесь назвать качества и умения необходимые для успешного разрешения конфликтов. (Участники называют качества).

Классный руководитель: самоконтроль, самоограничение одним людям удается лучше, чем другим в зависимости от темперамента, уровня зрелости, ответственности.

Задание 3. Предлагается оценить уровень склонности к конфликтам участников встречи (тест).

**Тест «Оценка склонности к конфликту» (Методика В.А. Алексеенко)**

Инструкция: Вам предлагается выполнить тест, содержащий 10 пар утверждений и шкалу самооценки. Вы оцениваете каждое утверждение в левой и правой колонках. При этом отметьте кружочком, насколько баллов в вас проявляется свойство, представленное в левой колонке. Оценка проводится по 7-балльной шкале. 7 баллов означает, что оцениваемое свойство проявляется всегда, 1 балл указывает на то, что это свойство не проявляется вовсе.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Рвется в спорт | 7654321 | Уклоняется от спора |
| Свои вывода излагает тоном, не терпящим возражений | 7654321 | Свои выводы излагает извиняющимся тоном |
| Считает, что добьется своего, если будет рьяно возражать | 7654321 | Считает, что проиграет, если будет возражать |
| Не обращает внимание на то, что другие не принимают доводов | 7654321 | Сожалеет, если видит, что другие принимают доводов |
| Спорные вопросы обсуждает в присутствии оппонента | 7654321 | Рассуждает о спорных проблемах в отсутствие оппонента |
| Не смущается, если попадает в напряженную обстановку | 7654321 | В напряженной обстановке чувствует себя неловко |
| Считает, что в споре надо проявлять свой характер | 7654321 | Считает, что в споре не нужно демонстрировать свои эмоции |
| Не уступает в споре | 7654321 | Уступает в спорах |
| Легко выходит из конфликта | 7654321 | Считает, что люди с трудом выходят из конфликта |
| Если взрывается, то считает, что без этого нельзя | 7654321 | Если взрывается, то вскоре ощущает чувство вины |

Итого баллов\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**Интерпретация результатов**

На каждой строке соедините отметку по баллам (отметки кружочками) и постройте свой график. Отклонение от середины (цифра 4) влево означает склонность к конфликтам, а отклонение вправо будет указывать на склонность к избеганию конфликтов. Подсчитайте общее количество отмеченных вами баллов. Сумма, равная 70 баллам, указывает на очень высокую степень конфликтности, 60 баллов — на высокую, 50 баллов — на выраженную конфликтность. Число 11-15 баллов указывает на склонность избегать конфликтных ситуаций.

Классный руководитель: Каковы вы наиболее типичные причины конфликтов взрослых и их детей в возрасте 15-17 лет? Конечно, их специфика в каждой семье своя, однако, общие тенденции присутствуют.

**Задание 5.** Участникам предлагается несколько типичных ситуаций семейного воспитания, которые могут послужить источником конфликта. На основании анализа услышанного присутствующие должны выявить причины конфликтов со стороны взрослых и со стороны детей. Классный руководитель записывает варианты на доске в виде текста, таблицы, схемы.

Ситуация 1. подросток обманул родителей: сказал, что идет в библиотеку писать сочинение, а сам отправился в кино. В семье узнали об этом случайно. Типичная реакция на эту ситуацию — конфликт.

Ситуация 2. В семье очень болезненно относятся к потенциальной опасности возникновения алкоголизма у ребенка (есть печальный опыт у одного членов семьи). И вдруг, встретив подростка с дискотеки, родители замечают, что он «навеселе». Буря эмоций. Конфликт.

Ситуация 3. Дочь встречается с пареньком из «неблагополучной» (по мнению родителей) семьи. Они всячески ограничивают ее обещание с предметом юношеских грез. Однажды, когда парень, решившись, пришел прямо к ним домой, чтобы увидеть девушку, родители выказали ему все, что думали по поводу «так называемой любви». Результат — море слез, конфликт, отчуждение.

Ситуация 4.Дочь «вбила» себе в голову, что слишком (как она считает) толстая и не может, поэтому никому понравиться. Перестала есть, раздражается по пустякам и однажды в сердцах, обвинила в «изъяне» родителей («это из-за вас я такая»).

Ситуация 5. Юноша входит в состав группировки, представляющей одну из молодежных субкультур. Он обрил голову, носит (даже в школу) перчатки без пальцев, куртку с заклепками. От педагогов масса претензий, так как стиль одежды «дополняется» и соответствующими манерами. Родителей в очередной раз пригласили в школу. По возращении они ультимативно заявили сыну свои требования, краткая суть которых: «Или мы — или заклепки!» Сын же говорит, что не будет предателем и не изменит имидж. А если родители не согласны, он уйдет из дома и будет жить у товарища, он согласен.

Итогом работы по заданию может явиться обобщающая таблица, (психолог, руководящий работой, лишь редактирует суждения родителей), например:

|  |  |
| --- | --- |
| **Причины, побуждающие родителей вступать в конфликты с детьми** | **Причины конфликтов подростков с родителями** |
| Борьба за власть | Кризис переходного возраста (неадекватность реакций, негативизм) |
| Неподтверждение надежд и ожиданий | Требование большей самостоятельности, права самому принимать решения |
| Нежелание признать самостоятельность и “взрослость” подростка | Принадлежность к группе подростков, которая поощряет вызывающую манеру общения |
| Неверие в силы ребенка, боязнь выпустить “из-под крыла” | Утверждение себя в глазах сверстников, авторитетных людей |
| Принятая в семье конфликтная практика отношений | Принятая в семье конфликтная практика отношений |

Классный руководитель: Некоторые психологи склонны считать, что гнев, являющийся побудителем конфликтов, нужно «выпускать» наружу, выражать его друг другу в словесной форме. Они утверждают, что с физиологической точки зрения вредно подавлять, пытаться сдержать любое сильное чувство или переживание. Если человек «загоняет» вглубь себя чувство гнева, то это может небезопасным для человеческой психики. Однако (и это сказано даже в одной из библейских заповедей) не надо торопиться с его проявлением.

Известный психолог доктор Добсон предлагает следующие способы подавления гнева, возникающей агрессии.

* Объясните суть и причины своих отрицательных эмоций третьему лицу, известному своей способностью принимать других людей, то есть тому, кто мог бы дать вам совет и скорректировать ваши действия.
* Отнеситесь к человеку, вызывающему у вас раздражение своим поведением, с пониманием. Попытайтесь поставить себя на его место и ощутить его переживания.
* Попытайтесь понять мотив поведения этого человека.
* Это трудно, но попробуйте ответить добротой на проявление враждебности с чьей-то стороны.

Грозный противник в общественных делах, Гладсон никогда не проявлял агрессии по отношению к своим близким. Спускаясь утром к завтраку и обнаруживая, что члены семьи еще спят, он находил вежливый способ показать им свое неудовольствие. Он повышал голос и наполнял дом таинственным заунывным пением, напоминая близким, что самый занятый в Англии человек в одиночестве ожидает в низу свой завтрак. Дипломатичный и внимательный к людям, он воздерживался от критики в семейном кругу, защищая ее от конфликтов.

Таким же образом поступала и Екатерина Вторая. Она распоряжалась жизнью и смертью миллионов своих подданных. В политическом отношении проявляла себя как «жесткий» политик. Тем не менее, когда у повара подгорало мясо, она не делала замечаний, улыбалась и ела с такой терпимостью, которую не мешало, бы проявлять в быту среднестатистическим мужьям.

Задание 6. Сейчас, уважаемые участники, вам предстоит осмыслить то, что вы считаете самым опасным, самым разрушительным в конфликте с ребенком. Я надеюсь, это поможет вам в будущем в практике семейного воспитания. Сейчас каждый из вас получит лист, на котором — незаконченные предложения. Вы должны дописать их сами. По содержанию они должны отражать ваши ощущения от конфликтов с ребенком. В процессе выполнения задания запрещается обсуждать высказывания. После выполнения свои анонимные листы вы опустите вот в эту шкатулку, и мы выборочно представим их всем.

Уважаемые родители! Отразите ваши ощущения от конфликтов со своим ребенком, завершив предложения, приведенные в тексте:

1. «Я должен…»
2. «Я больше всего боюсь…»
3. «Мне очень трудно забыть…»
4. «Я хочу…»
5. «Чего мне по-настоящему не хватает, так это…»
6. «Когда я сердит, я…»
7. «Особенно меня раздражает то, что…»
8. «Меня беспокоит…»
9. «Для меня самое лучшее, когда…»
10. «Я долго не могу забыть…»
11. «Я понимаю, что…»
12. «Мне бывает стыдно за…»

Классный руководитель: В завершении задания предлагаю вам несколько, на наш взгляд, ценных советов, помогающих нахождению конструктивных путей выхода из конфликта.

**Памятка «Правила общения при конфликте с ребенком»**

**Будучи в позиции слушающего:**

* проявите терпимость: не прерывайте ребенка, не мешайте; прежде чем что-то сказать, хорошо подумайте, убедитесь, что вы хотите сказать именно это; помните, что ваша задача как слушающего — помочь ребенку в выражении, своих проблем;
* не давайте оценок ребенку: если вы будите оценивать его чувства, то он станет защищаться или противоречить вам; старайтесь действительно понимать ребенка;
* не давайте советов: помните, что лучшие решения в конфликте — это те к которым участники приходят сами, а не те, которые им кто-то подсказал; часто бывает трудно побороть желание дать совет, особенно когда ребенок может рассчитывать на него с самого начала — и все же пусть ребенок совершит достаточную душевную работу по самостоятельному поиску выхода из трудной ситуации.

**Будучи в позиции говорящего:**

* не обвиняйте — не говорите, что все произошло из-за недостатков ребенка, и не обвиняйте кого-то еще в том, что случилось;
* не придумывайте — не говорите ребенку, что вы думаете о том, каковы его мотивы и желания, раньше, чем он сам о них что-то скажет;
* не защищайтесь — сначала расскажите о своих действиях, мыслях и чувствах; сделайте это открыто и достаточно полно, и только после этого можете ждать, что то же самое сделает и ребенок;
* не характеризуйте — не описывайте личность ребенка, тем более говоря «ты не внимателен, эгоистичен, неопытен, молод и т. п.» старайтесь говорить о том, что вас беспокоит по существу;
* не обобщайте — избегайте использования слов «всегда», «никогда» в описании поведения ребенка, приведите в пример конкретные факты и ситуации, которые вы оба с ребенком хорошо помните.

Классный руководитель: Конфликт может обладать как созидательной, так и разрушительной силой. Если конфликт разрешается неверно, возникает неприязнь друг к другу, травмируется психика, замалчиваются достоинства и преувеличиваются недостатки. В итоге конфликт может нанести серьезную психическую травму. Она может остаться у человека на всю жизнь и даже изменить ее в худшую сторону.

Одна из российских газет объявила конкурс на лучшее воспоминание из детства. Было много светлых и ярких писем. Но одно из них меня потрясло. В газету писала почти 50-летняя женщина. Она поведала о том, что у нее в детстве были очень непослушные волосы, которые торчали во все стороны, что очень раздражало мать. Она с этим постоянно боролась. И вот однажды, после шумной беготни, разгоряченная и, конечно, опять не причесанная, она вернулась домой. Сразу вспыхнул конфликт. Мать истошно кричала: «Ты — как ведьма!» это слышали некоторые ребята, и вскоре кличка «ведьма» навсегда прилипла к ней. Она переходила с ней из класса в класс, из школы — в институт. «Через некоторое время, — пишет женщина, — я стала ощущать себя именно ведьмой. Мне казалось, что делаю плохо людям, роковым образом влияю на их судьбы. Я замкнулась, отдалилась от друзей… так я осталась одна, и даже не вышла замуж».

Опасайтесь, уважаемые родители, ранить словом, унизить, обидеть, не понять. Будьте мужественнее и мудрее. Будьте эмпатийными, то есть способными поставить себя на место ребенка и понять, что он переживает сейчас, во время конфликта с вами.

Задание 7. Сейчас вам предстоит оценить уровень своей эмпатийности. Вам предлагается тест — опросник, в котором 36 утверждений, на каждое из которых имеется 6 вариантов ответов: «не знаю», «никогда», «иногда», «часто», «почти всегда», «да». Каждому из этих вариантов ответов соответствует численное значение: 0,1,2,3,4,5. Далее вы сдадите листы психологу (обозначив свой лист любым символом или буквосочетанием, или набором цифр, не указывая фамилии), который подсчитает результат каждого и прокомментирует его в письменном виде. Получить результат вы можете уже завтра или в течение недели.

Классный руководитель: В завершении задания предлагаю вам несколько, на наш взгляд, ценных советов, помогающих нахождению конструктивных путей выхода из конфликта.

Классный руководитель: Итак, обобщим наши рассуждения. В американской семье не хватало теплых, ласковых отношений между членами семьи. Родители не интересовались жизнью своих детей, а те в свою очередь не испытывали к ним ни любви, ни жалости, ни сострадания. Не было взаимопонимания. Дети погибали нравственно в суровом капиталистическом мире. Они одиноки в своих проблемах.

В наших семьях «психологическая пощечина» может подтолкнуть ребенка к неадекватным поступкам. Они замыкаются в себе или уходят из дома, становятся агрессивными или не видят смысла жизни, испытывают стресс, что может подтолкнуть их к мысли об уходе из жизни. Как и в первом случае, они одиноки в своих проблемах.

**Решение:**

1. Совершенствовать свою модель поведения в семье.
2. Продолжить разговор о конфликтах родителей и детей по теме: «Подростковая влюбленность»
3. Передать через детей вопросы, в заклеенных конвертах, имеющие отношение к проблеме первой юношеской любви их детей.
4. Назначить дату следующей встречи.

# **Родительское собрание «Возраст первой любви» (семинар-тренинг)**

**Цель:** отработка с родителями навыков воспитательного взаимодействия с детьми, испытывающими чувство первой влюбленности.

**Задачи:**

1. Добиться осознания родителями важности первой влюбленности в судьбе ребенка и необходимости его поддержки в этом состоянии.
2. Выявление типичных проблем, возникающих в семейных отношениях в связи с чувством первой влюбленности у детей.
3. Отработка навыков воспитательного взаимодействия с детьми в контексте заявленной проблемы.

**Форма проведения:** тренинг.

**Этап подготовки**

1.Учащиеся класса (в роли корреспондентов) записали видеоматериалы: люди разного возраста говорят (коротко, в течение 30 секунд) о своей первой любви. Респондентами могут быть прохожие на улице, учитель, родитель, «маска».

**Вопросы интервью**

1. Что такое любовь в вашем понимании?
2. В каком возрасте вы влюбились впервые?
3. Что было самым трудным для вас в период первой влюбленности?
4. Как, по вашему, должны относиться к первому чувству школьников их родители?

**2. Операция «Почтовый ящик»**

По просьбе учителя родители в заклеенных конвертах через детей передают интересующий их вопрос, имеющий отношение к проблеме первой юношеской любви их детей. Классный руководитель обобщает результаты и на основе их выстраивает тренинг.

3.Подготовка ситуативных заданий и практических советов для родителей по теме собрания.

**Этап проведения**

Классный руководитель: Кажется, совсем недавно вы привели в школу трогательных первоклассников в красивой форме и с нарядными бантами. Вы были нужны им каждую минуту. Увы, это время прошло, и сейчас они на пороге взросления, на пороге бесконечного мира, который называется любовь. Как отнестись родителям к этой первой любви? Запретить? Устраивать слежку и возникать перед уединившимися в укромном месте парочкой в тот самый момент, когда готовы прозвучать слова признания в любви? Запугивать дочь возможностью встречи с нехорошим человеком, который только и думает, как бы сорвать цветок наслаждения? Принимать репрессивные меры, сделать невозможным свидания? Да, маленькие дети — маленькие заботы, большие дети — заботы большие. Р. Бернс так написал об этой юношеской поре:

Влажная печать признаний,

Обещанье тайных нег —

Поцелуй, подснежник ранний,

Свежий, чистый, словно снег.

Молчаливая уступка,

Страсти детская игра.

Дружба голубя с голубкой,

Счастья первая пора.

Итак, оградить своего ребенка от чего-то неведомого или закрыть глаза и довериться сознательности своих детей, их разуму? На этот непростой вопрос, который веками мучительно решают поколения родителей, нам предстоит ответить сегодня.

**Этап 1. «Поле проблем»**

Классный руководитель: в преддверии собрания мы предложили вам, уважаемые родители, передать через детей, что вас интересует по проблеме первой юношеской влюбленности. Спасибо за то, что откликнулись почти все. Присланные вами вопросы можно разделить на две группы. Первая группа касается вашего желания узнать, в чем состоят особенности подросткового чувства первой влюбленности. В чем ее принципиальное отличие от зрелого чувства взрослого человека. Вторая группа (наиболее многочисленная) касается конкретных проблем (реально существующих или потенциально возможных), которые возникают (или могут возникнуть) в семье в связи с первой влюбленностью ребенка.

Опираясь на полученную с вашей помощью информацию (обращаю ваше внимание на то, что ввиду деликатности темы ни одно имя сегодня не будет указано) мы построили «проблемное поле», которое и предоставляется вашему вниманию. (Классный руководитель поочередно, с помощью магнита, прикрепляет к доске круги, на которых крупно (читаемо!) и кратко отражены проблемы. Возможен и другой вариант: круги заранее закрепляются на доске, но до определенного момента закрыты для обзора).

Проблемы, отраженные на кругах, могут быть следующими:

1. Юношеская любовь. Что это?
2. Не замечать, разрешать, запрещать?
3. Девичья и юношеская любовь: сравним?
4. Про «это».
5. Трудности и преодоление: след в душе.

Классный руководитель: А чтобы убедиться, что проблемы выявлены вами, верно, я позволю себе провести мнения некоторых ребят по обсуждаемой теме.

Возможные варианты высказываний старшеклассников.

* «Я иногда не понимаю, что со мной происходит. Увидев ее, я начинаю вести себя странно. Кривляюсь, бью ее книгой по голове. Она обижается, а я себя потом ненавижу».
* «Я никогда не скажу родителям о своем чувстве, потому что наверняка они меня засмеют: какие мальчики, нам в институт надо. Завидую подруге, она с матерью говорит на любые темы, даже про „это“, а я и представить не могу себе эту тему в общении со своими родителями. Они, бедные думают, что я еще „не в курсе“».
* «Для меня эта тема закрыта. Человек, который мне нравится, никогда меня не полюбит. Он сам мне это сказал».
* «Никакой любви нет. Просто удачно надо выйти замуж. Так говорит моя тетя, а уж она — то знает!».
* «Ну что за мучение! Всем разрешают на дискотеку, а мне нет, а все потому, что соседка увидела меня с М и наябедничала маме, что он, видите ли, неблагополучный. Зато он сильный и добрый, защищает меня. Я не боюсь, что мама догадается, что это я писала. Пусть знает, что я — «белая ворона» и надо мной уже смеются».
* «Все эти Шуры-муры — глупости. Я хочу получить хорошую профессию, поэтому нужно заниматься. И никакой любви нет, просто придумают что-то и ходят как больные».

Классный руководитель предлагает обсудить содержание воспитательного взаимодействия со взрослеющими детьми в связи с проблемой юношеской влюбленности.

**Этап 2. «Попарное общение»**

В рамках этапа родители пытаются найти ответ на вопрос «В чем особенность юношеской любви?».

Классный руководитель: Уважаемые участники! Сейчас вам следует объединиться попарно. Каждая пара в диалоге пытается найти ответ на заданный вопрос, опираясь при этом на собственный опыт и информацию, которой владеет. Время на работу 5 — 7 минут. (В это время классный руководитель изымает круг «Юношеская любовь. Что это?» и прикрепляет его на доску. Участники каждой группы по истечении указанного времени должны подойти к этому кругу и прикрепить к нему «луч», на котором написана выявленная парой особенность первого юношеского чувства, чтобы, в конце концов, получилось коллективное видение ответа, который кратко резюмируется классным руководителем.).

Возможные варианты результатов парной работы

* Хрупкая, ее легко разрушить.
* Может нести душевную рану на всю жизнь.
* Бескорыстная, чистая, без расчета.
* Не существует, это выдумка.
* Платоническая, в ней нет грязи.
* Самоотверженная, способная на большие глупости.
* Связана с разочарованиями.
* Почти всегда приносит боль.
* Первый «клин» между родителями и детьми.
* Искренняя, поэтому вмешательство опасно.
* Чревата последствиями из-за неопытности.

Классный руководитель: В завершении этапа я хочу предложить вам краткий текст, содержание которого вы сможете неспешно осмыслить дома, поскольку, как утверждают психологи, юношеская любовь — это очень серьезно. Она может оставить в душе яркий, добрый след, а может посеять недоверие, разочарование на всю жизнь (раздает родителям текст, он должен быть набран достаточно крупно и непременно умещаться на одной странице, может сопровождаться комментарием психолога).

Классный руководитель: Нервная система подростков весьма ранима, она терпит грубого вмешательства, неуважительного отношения к внутреннему миру и переживаниям. Необходимы такт и терпение взрослых, их признание личной жизни сына или дочери как самостоятельно существующей сферы. Тогда возникают (или сохраняется) доверие, желание поговорить о трудностях, поделится радостью первого чувства, получить совет от близких людей, а не от людей «с улицы». Нельзя воспитание на этом этапе сводить к мелочной опеке, ограничиваться подробными расспросами и категорическими указаниями как поступать. Лучше всего попытаться так повести беседу, чтобы к нужному выводу юные влюбленные пришли сами.

Итак, запрещать, разрешать или не замечать первой юношеской влюбленности? Попытаемся ответить на этот вопрос, смоделировав свое поведение в некоторых типичных в контексте заявленной темы ситуациях.

**Этап 3. Имитационная игра**

Ситуация: Вы узнали, что ваш ребенок находится в романтических отношениях с девочкой (мальчиком) которая вам явно не нравится. Давайте попытаемся с вами, уважаемые родители, «проиграть» возможные варианты диалога между вами и ребенком, которые вы можете использовать в практике семейного воспитания. Я прошу вас объединиться в группы по 4 человека и определить свои роли следующим образом: один — родитель, второй — ребенок. Двое остальных участников поддерживают игроков, давая и советы, поправляя, подсказывая. Время на работу — 5 минут. «Конечный продукт» вашего коллективного творчества — короткий и поучительный для всех диалог, который вы предъявляете всем присутствующим за одну минуту. Итак, начинаем работу. Заканчиваем ее по звуковому сигналу. (Организатор собрания может использовать различные варианты ситуаций, в частности те которые, перечисляются ниже. Далее идут ролевое проигрывание, обсуждение).

**Ситуации для имитационной игры**

Ситуация 1. Хорошим вариантом общения с ребенком на тему первой юношеской влюбленности является рассказ родителей о фактах из собственной жизни друзей, знакомых, из литературных произведений. Представьте варианты такой беседы.

Ситуация 2. К вам квартиру ворвалась мама одноклассницы вашего сына и с возмущением поведала о том, что ваш сын, коварный искуситель, сбивает ее девочку с пути и это безобразие следует немедленно пресечь. Смоделируйте вариант вашего диалога с рассерженной женщиной.

Ситуация 3. Ваш ребенок с трагизмом в голосе поведал вам о том, что его (ее) не любит, а человек, (ей) нравиться, абсолютно его (ее) не замечает. Каким будет ваше общение с ребенком в этой «безысходной» для его ситуации?

Ситуация 4. Ваш ребенок вдруг ни с того ни с сего заявляет, что родить в юном возрасте — это замечательно: молодая, красивая мама и взрослый ребенок, это так прекрасно. Приведите ваши аргументы в беседе с ребенком.

Классный руководитель: Мы пришли к выводу, что нужно следовать принципу «Для блага детей нам ничего жалко». Но как следует из анализа некоторых ситуаций, борясь за это благо, мы никогда не сжигаем мосты между собой и своим ребенком. Наша задача — эти мосты возводить. И постоянно.

В одной из газет мне встретилась статья под названием «Я ненавижу свою мать». В ней история — любви юной девочки, которая закончилась ранней беременностью. Мать, вопреки мольбам девочки, настояла на аборте. С тех пор девочка ненавидит мать, себя и весь мир. Рассталась она и бывшим избранником. «Как мне теперь жить? — задает она вопрос, — Все во мне умерло, меня просто нет». Не дай нам Бог оказывается в такой ситуации! А уж если придется, пусть нам достанет мудрости «не навредить». Ведь любовь вне возраста и времени. Байрон почувствовал влечение к Марии Дэф в 7 лет. Девятилетний мальчик увидел девочку Беатриче и полюбил ее на всю жизнь. Став великим поэтом, он рассказал о ней в «Божественной комедии». Может быть, он и не стал великом поэтом, если бы не эта любовь, «что движет солнце и светила». Петрарка любил Лауру и когда она была молода и очаровательна, и постаревшую, незадолго до «черной чумы» и после смерти.

Так давайте же серьезно отнесемся к хрупкой юношеской любви и станем для детей поддержкой на трудном пути восхождения к вершине настоящего чувства. И ответ на ваш второй вопрос, обобщающий все ваши высказывания, неверное, может быть таким: «Не запрещать, не поучать, а поддерживать, быть рядом». В заключение этапа — несколько полезных советов вам, уважаемые родители.

**Трудный родительский выбор: запрещать или разрешать?**

* Взаимоотношения юношей и девушек сталкивают их с множеством моральных проблем. Старшеклассники остро нуждаются в помощи старших (не запретах и порицании, а в помощи!), прежде всего родителей. Но одновременно молодые люди хотят — и имеют на это право — оградить свой интимный мир от бесцеремонного вторжения и подглядывания. Наберитесь мудрости, не делайте этого, тогда степень доверия к вам со стороны ваших детей будет выше.
* Отнеситесь с пониманием к тому, что ваш ребенок стремится общаться с противоположным полом: так он обретает бесценный социальный опыт, без которого вряд ли будет впоследствии счастливым.
* Подержите стремление ребенка в период влюбленности хорошо выглядеть. Купите новое платье, уверьте ребенка, что он замечательно выглядит и просто не может, не понравится.
* Если ребенок разочарован, не понят объектом обожания, попробуйте вместе с ним поразмыслить над словами известного режиссера В. Эмейерхольда: «У одних вид пропасти вызывает мысль о бездне, у других — о мосте». Объясните ребенку, что счастлив тот, кто, жизни, умении не пасовать перед трудностями и преодолевать их, в стремлении понять других, даже в их худших проявлениях.
* Исключить из практики семейного воспитания язвительные замечания, назидания, насмешки, бестактные намеки, слежку. Все это унижает детей, вызывает отчуждение, замкнутость, толкает на неблаговидные поступки.
* Пригласите к себе домой друга (подругу), который является предметом его (ее) романтических грез. Пообщайтесь (но не уподобляйтесь следовательно или прокурору). Найдите интересные темы, сходите куда-нибудь вместе.

**Этап 4. «Диалог с психологом»**

Классный руководитель изымает из «проблемного поля» следующий фрагмент — «девичья и юношеская любовь: сравним». Цель этого этапа — уяснить, в чем различие между формой выражения, глубиной, особенностями переживаний юношей и девушек в состоянии влюбленности. Классный руководитель на этапе подготовки к собранию составляет перечень вопросов (из родительской «почты») и предлагает психологу школы ответить на них. При этом каждый присутствующий ведет с ними мысленный диалог и может, при желании, задать ему уточняющий вопрос.

Вопрос 1. В чем принципиальное отличие влюбленности юношей от влюбленности девушек?

Ответ психолога. С 13-14 лет мальчишки становиться чрезвычайно влюбчивым. Правда, в абсолютном большинстве случаев пределом мечтаний оказывается поцелуй, однако интенсивность чувств от этого не снижается. Мальчики начинают хуже учится, делаются непослушными и раздражительными. В отличие девочек того же возраста, они более склонны к сексуальным фантазиям. Все это сопровождается эротическими снами поллюциями и мастурбацией. В этом случае у них возможны эмоциональные срывы, психические травмы, угнетенность, которые могут оставить след на всю жизнь. Известно множество случаев семейного разлада, связанных с полученной в юности психической на сексуальной почве. Физиологическое созревание девочек наступает раньше, чем у мальчиков. Девочки в процессе первой влюбленности особенно остро нуждаются в сочувствии, сопереживании. В силу повышенной эмоциональности они более ранимы, обидчивы, чувствительны к замечаниям в отношении внешности. Но в то же время девочка, которая в юности пережила настоящее чувство, будет всю жизнь избегать случайных связей, лёгких отношений и искать любовь, поднимающую человека над обычной жизнью.

Вопрос 2. Принято считать, что сложные ситуации с детьми (а тем более ситуацию первой влюблённости) разрешает мать. Роль отца — нейтралитет невмешательство. Что по этому поводу думает психолог?

Ответ психолога. Пример отца в семье всегда оказывает (другой разговор — положительное или отрицательное) влияние на формирование у детей обоего пола образа мужчины — мужа и отца. Сын усваивает свою линию поведения, в том числе и с лицами противоположного пола; дочь — свой идеал будущего супруга или зарекается вообще, когда бы то ни было, выходить замуж. Поэтому отец в ответе за счастье (или несчастье) собственных детей. Крайне недопустимо, чтобы жена, пусть даже за дело, критиковала при детях действия отца, унижая его мужское достоинство. «Никакая усталость, никакое раздражение не могут оправдать действий, направленных на разрушение супружеского и родительского единства», — замечает исследователь Н. Соловьёв.

Вопрос 3. Как сформировать у ребёнка правильное отношение к женщине?

Ответ психолога. Если юноша с детства не приучен относиться с уважением к женщине, если он может позволить себе в ее присутствии нецензурные выражения, он не воспитан. Не воспитан, вообще, и в сексуальном отношении в частности. В воспитании правильного отношения к женщине самую большую роль играет личный пример. Надо, безусловно, надо говорить сыну правильные речи, но грош им цена, если, окончив наставления, муж набрасывается на жену с руганью. Фраза отца обращенная к сыну: «Ты что разнюнился как баба», и подобные ей не способствуют формированию уважительного отношения к женщине.

Вопрос 4 Что, на ваш взгляд, самое важное в воспитании девочки на этом этапе?

Ответ психолога. Я не претендую на истину в первой части инстанции, но, думаю, целомудренность. Причем, не та целомудренность, символом которой является ненарушенная девственная плева, а целомудренность помыслов, отношений, встреч. Чтобы ни у друга, ни у приятеля, ни, тем более, у случайного знакомого не возникло и мысли о том, что с данной девушкой ему будет легко добиться интимной близости. Часто неправильное поведение девочки приводит к серьезным психическим травмам, изнасилованиям, неисчислимым бедам, надломленной личности.

Вопрос 5. Я устала от бесконечных просьб своей дочери о покупке новых нарядов. Думаю: откажу — обидится, соглашусь избалую. Имеет ли это отношение к обсуждаемой проблеме?

Ответ психолога. Представьте себе, да! Конечно, нам трудно стать в позицию ребёнка и ощутить его переживания. Попробуйте посмотреть на него глазами сверстников: понравится вам портрет? Не надо высмеивать «завихрения» быстротекущей моды, а понять, что она также важна для подростка, как и для вас, только больше.

Классный руководитель: В конце 1970-х годов американский социолог А. Хасс задал группе подростков вопрос: представляют ли их родители степень их сексуальной активности. Лишь 28% юношей и 25% девушек ответили удовлетворительно. Взаимопонимание — безусловно, главное свойство любых отношений. Если оно есть, вам легче будет приобщать ребенка к проблеме сексуальности.

И конечно, многое зависит от принципов, которым вы следуете в воспитании, от тонкости вашей душевной организации, от вдумчивости и неспешности.

**Этап 6. Свободный микрофон «Крупицы родительского опыта»**

Классный руководитель: Мы преступаем к завершающему этапу нашей встречи. На нашем проблемном поле остался один, но, пожалуй, самый значительный фрагмент — «Трудности и предложение: след в душе». Я сейчас предложу вам для осмысления несколько факторов, имеющих отношение к нашей теме. Пожалуйста, прочитайте тексты и, суммируя свои впечатления о прочитанном и постигнутом в рамках сегодняшней встречи, сформулируйте, что представляется вам самым трудным в практике воспитания детей на этапе первой влюбленности.

**Это взято из реальной жизни**

В одном из крупных городов России юные влюбленные, загнанные в тупик безвыходности из-за неодобрения своих отношений родителями и явной агрессии с их стороны, шагнули вместе с крыши многоэтажного дома и ушли в небытие. Теперь родители подружились и вместе ходят на могилы.

В последнее время возросли случаи детского суицида. Причинами стали: неадекватное поведение старшеклассников, конфликты с взрослеющими детьми, постыдные методы воспитания, подростковая влюбленность, некомпетентность в вопросах воспитания педагогов и родителей, «кризис» семьи. Нервная система подростков весьма ранима, она терпит грубого вмешательства, неуважительного отношения к внутреннему миру и переживаниям. Необходимы такт и терпение взрослых, их признание личной жизни сына или дочери как самостоятельно существующей сферы.

Участники групп в процессе работы поочередно подходят к доске и пишут на ней наиболее значимую для них проблему. Получается, например, следующая картина:



**Этап 7. Завершающий**

Классный руководитель: Как видите, сложностей очень много. Но разрешать их придется, если мы думаем о судьбе наших детей и хотим им добра. Давайте попробуем пополнить нашу копилку родительской мудрости. Спасибо всем за заинтересованное участие в обсуждении столь важной для наших детей темы. Пусть же нам достанет мудрости и родительского терпения, чтобы ввести наших детей в удивительный мир созидающей любви.

**Решение:**

1. Изучить памятки.
2. Совершенствовать собственную семейную модель воспитания.
3. Читать и изучать больше литературы по воспитанию.
4. Принять активное участие в классном мероприятии «Семейный конкурс».

**Памятка по разрешению конфликтов**

Уважаемые родители! Попытайтесь, осмыслить предложенные вопросы и вам, будет легче адекватно вести себя в конфликте.

1. Хочу ли я благоприятного исхода конфликта для нас обоих?
2. Вместо того, чтобы думать, «как это могло быть», вижу ли я новые возможности в том, «что есть»?
3. Как бы я чувствовал себя на его (ее) месте?
4. Что он (она) пытается сказать?
5. Выслушал ли я его (ее) как следует?
6. Что я хочу изменить?
7. Как я могу сказать это без обвинений и нападок?
8. Не злоупотребляю ли я властью?
9. Что я чувствую?
10. Возлагаю ли я на кого-то вину за свои чувства?
11. Поможет ли это делу, если я расскажу ему (ей)о том, что я чувствую?
12. Что я хочу изменить?
13. Избавился ли я, от желания наказать его (ее)?
14. Что я могу сделать, чтобы лучше владеть моими чувствами? (Например, выразить свои чувства на бумаге, поговорить с другом, выколоть матрац).
15. Хочу ли я разрешить конфликт?

Классный руководитель: Большое значение для продуктивного разрешения конфликта имеет способность родителей выстроить позитивное общение с ребенком или, по крайней мере, выслушать его внимательно и сочувственно. Интересный пример приведен в книге В.П. Шейнова. молодая женщина решила проверить, действительно ли люди крайне плохо слушают друг друга. Во время коктейля она сказала собеседнику бодрым светским голосом: «Между прочим, уходя из дома, я пристрелила своего мужа» — «О, как тебе повезло дорогая!» — последовал ответ.

Слушать и слышать — это далеко не одно и то же. К тому же, процесс слушания требует значительных психических энергозатрат. Для восприятия звучания и смысла слова человеку нужно не более секунды. Если слово неизвестное — 3-5 секунд. Для полного понимания вопроса — не менее 14-15 секунд. При некотором навыке человек схватывает смысл речи со скоростью 60-70 слов в минуту. Ознакомьтесь с приемами эффективного слушания при общении с ребенком (раздает памятки родителям).

**Правила эффективной коммуникации с детьми по проблеме сексуальности (практическое руководство для родителей)**

***Правило первое***. Если разговор заходит о сексуальных отношениях, слушайте ребенка внимательно, отключитесь от всех других дел. Если разговор возник в неподходящий момент , перенесите его, но так, чтобы не казалось, что вы уходите от темы. Важно показать свою заинтересованность — отложите газету, выключите телевизор, не зевайте, не смотрите на часы. Не надо торопить ребенка, «выжимать» из него больше, чем он хочет сказать.

***Правило второе.*** Дайте понять ребенку, что слушаете его внимательно, время от времени что-то уточняя, переспрашивая, показывая, что вы не потеряли нить разговора, Такого рода «обратная связь» поощряет на продолжение разговора.

***Правило третье.*** Обсуждая с детьми вопросы сексуальности, избегайте упреков и насмешек, используйте позитивные методы коммуникации, основанные на поощрении «обратной связи». Негативные методы общения могут закрепить в сознании подростка настороженное отношение к проблеме пола и тем самым закрепить в сознании подростка настороженное отношение к проблеме пола и тем самым повредить развитию его нормальной сексуальности. Не ждите, что подросток раскроет перед вами все карты. Не удивляйтесь и не расстраивайтесь, если он поспешит уйти, как только вы начнете разговор «про это». Хорошо уже, что он увидел вашу готовность к разговору, возможно, он сам позднее вернется к нему.

 Если вы собираетесь говорить с ребенком о том, как избежать беременности, то сразу говорите о контрацептивных средствах, а не о птичках и о пчелках — иначе, когда вы дойдете до презервативов, его уже не будет в комнате.

***Правило четвертое***. Стройте фразы так, чтобы они начинались со слов «я» или «мне». Высказывания, начинающееся со слова «ты», носят атакующий характер и вызывают желание оправдываться, возражать: это быстро разрушает контакт.

***Правило пятое.*** По возможности формулируйте свои высказывания в форме утверждений, а не вопросов, поскольку вопросы часто воспринимаются как ловушки. Например, когда вы спрашиваете дочь: «Почему ты не встречаешься ни с кем кроме Сережи?», вас ведь совершенно не интересует, почему именно дочь выбрала этого парня. Этим вопросом вы выражаете свое недовольство, не интересуясь ее мнением. Вместо этого вопроса можно было бы заметить: «Мне кажется, девушки твоего возраста не ограничиваются одним поклонником».

***Правило шестое***. Если разговор принимает конфликтный характер, всеми силами избегайте «абсолютных» категорий типа «всегда», «никогда», «каждый раз». Эти понятия вообще надо употреблять осторожно, так - как они всегда выражают возражения у того, к кому обращены.

**Родителям о первой юношеской любви**

Вот как видит юношескую любовь великий Гете: «Первая любовь неиспорченной юности направлена всегда на возвышенное. Природа будто хочет, чтобы один пол чувственно воспринимал в другом доброе и прекрасное».

Если обратиться к мнению взрослых, то можно встретить разные точки зрения на юношескую любовь: «высшее проявление чувства», «только она и есть юношеская любовь», «такой любви нет», «школьникам любить рано». И первую юношескую любовь нельзя отрицать: о ее проявлениях рассказывает вся мировая литература, ее хранит память каждого взрослого человека. Но ее нельзя и идеализировать.

В юношеской любви много фантазии. В образе любимого сочетаются качества реального человека и воображаемого, который — само совершенство. Юношеская любовь близка к дружбе. Об этом писал А.И. Герцен: «Я не знаю, почему дают какую-то монополию воспоминаниям о первой любви над воспоминаниями молодой дружбы. Первая любовь потому так благоуханна, что она страстная дружба».

Юношеская любовь чаще всего вырастает из дружбы. Да и сами юноши и девушки свои отношения часто называют дружбой. Юношеская любовь бескорыстна, скромна, неуверенна в себе, боится показаться смешной. На ней лежит печать хрупкости и оторванности от жизни, она не заглядывает в будущее глазами реалиста. Мечты о будущем юных влюбленных обычно не связываются с семьей.

Юношеская любовь заставляет любящих взыскательно смотреть на себя и пробуждать желание «посмотреть себя», совершенствоваться : стать умнее, сильнее, добрее. И в этой активизации душевой деятельности состоит ее большая нравственная ценность. Первая любовь может неожиданно исчезнуть, так как любили не столько реального, сколько воображаемого человека. Однако чувство безысходности недолговечно. Оно скоро проходит, оставляя бесценный для юного человека эмоциональный опыт.