

Практика

На этой неделе в России будут чествовать мам. День матери отмечают 25 ноября – этот праздник появился в нашей стране в 1998 году. Знают о нём не все и зачастую не торопятся поздравить мам, а вот в социально-реабилитационном центре для несовершеннолетних о важной дате не забывают.

Гармония важнее денег

В этом году мальчишки и девчонки по сложившейся традиции готовят подарки и стихи к встрече с родителями, на которую придут, как обычно, в основном, мамы. Кто-то увидит своего ребёнка с неожиданной стороны, непременно будут слёзы умиления.

– Это хорошо, – говорит педагог-психолог центра Наталия Кобзева. – Подобные встречи вызывают положительные эмоции и делают отношения теплее, а людей ближе. Многим из них как раз и не хватает любви, внимания.

Центр поддерживает семьи, которые находятся в трудной жизненной ситуации. Здесь живут дети, которым пока невозможно находиться дома. Всем хочется верить, что временно. И для этого активно работает клуб «Успешный родитель» для всех желающих и «Школа родителей» для участников проекта «Семейная площадка: благополучное детство».

– И в школе, и в клубе проводим теоретические и практические занятия, – отмечает Наталия Александровна. – Занимаемся медитацией, устраиваем дискуссии, делимся опытом. Часто подростки конфликтуют с родителями. Вместе разбираемся, почему это случается и как правильнее выйти из ситуации. Учим контролировать эмоции.

– Многие сетуют на материальные трудности, – рассказывает педагог-психолог Ксения Давлетшина. – Считают, что были бы деньги, сразу бы изменился климат в семье. Ведь в таких семьях зачастую не хватает самого необходимого. Маме трудно накормить детей, обустроить, создать нормальные условия. Хотя есть такие родители, которые считают, что у них всё хорошо, и при этом могут пренебрежительно или жестоко относиться к ребёнку. Многие мамы и папы пьют и уверены, что в этом нет ничего страшного. Некоторые не знают, чем занимаются их дети в свободное время, ходят ли в школу.

Конечно, проще работать с теми, кто осознаёт проблемы и пытается их преодолеть. И в большинстве случаев оказывается, что дело всё-таки не в материальных благах, а в умении общаться, заботиться, дарить друг другу тепло. С гармонией в семье правильнее выстраивается и всё остальное: работа, взаимоотношения с коллегами.

Хорошие родители

«Мать, которая действительно мать, никогда не свободна», – сказал Оноре де Бальзак

Больше комплиментов

– Мы разработали методическое пособие по формированию традиционных ценностей, – делится информацией методист социально-реабилитационного центра Олеся Трегубова. – В нём есть критерии хороших родителей и плохих. Они кажутся простыми, но для той категории, с которой мы работаем, совсем не очевидны. Хорошая мама часто обнимает и целует своих детей, тратит время на себя не в ущерб близким, направляет и дисциплинирует, умеет слушать, поддерживать и вдохновлять, предъявляет разумные требования к себе и детям. Умеет признать свои ошибки, интересуется школьной жизнью ребёнка. Заботится о том, чтобы было всё необходимое: чистая одежда, вкусная еда и уютный дом. Хорошая мама подбадривает и вселяет уверенность.

К хорошему папе требований не меньше. Он должен знать о дне рождения ребёнка и участвовать в его организации, иметь представление о вкусовых пристрастиях детей, уметь выслушать и понять, поддерживать. В идеале отцу ещё необходимо знать друзей ребёнка, ходить на родительские собрания, быть хорошим примером, контролировать свои эмоции, иметь регулярный стабильный заработок и обеспечивать семью всем необходимым.

Олеся Фёдоровна отметила, что в хорошей семье непременно должны развиваться духовные ценности, которые направлены на объединение, построение здоровых отношений между мужем и женой, родителями и детьми. При этом важны традиции, здоровье, финансы, совместные праздники, досуг. Не стоит забывать и правила здорового образа жизни. Их перечень краток: правильное питание, разумные физические нагрузки, прогулки, свежий воздух, комфортные условия для отдыха и работы. Хорошо бы соблюдать режим, избавиться от вредных привычек и формировать позитивный настрой.

Условная любовь

– Многие родители не знают, как выразить любовь к ребёнку, – отмечает Олеся Трегубова. – Психологи подсказывают: через комплименты, подбадривание, ласковые прикосновения, объятия. Следует избегать неприятных слов и критики. Если она и звучит, то должна относиться не к личности ребёнка, а к его

поведению. Не оскорбляйте и не унижайте. Занимайтесь общими делами. Дарите подарки, делайте приятные сюрпризы. Не игнорируйте просьбы о помощи. И не забывайте, что отклонения в поведении – это нормальная реакция на ненормальные условия существования.

Образ будущей семьи закладывается в раннем детстве. Неблагополучные родители не воспитывают в ребёнке семьянина, а тот потом тоже неправильно выстраивает отношения. Педагог-психолог Наталия Кобзева считает, что этот порочный круг можно разорвать.

– Взрослым на консультациях рассказываем об особенностях взаимодействия, а подросткам учим мечтать и в то же время быть ответственными, – поясняет Наталия Александровна. – Беседуем с ними об отношениях между мужчиной и женщиной, выборе спутника жизни, верности, ошибках родителей. Кстати, нередко у мам наших воспитанников на все эти вопросы не всегда есть верный ответ. Вместе вспоминаем их подростковый возраст. Рассуждаем, чем отличается отцовская и материнская любовь. У мамы она безусловная, а папы чаще любят детей за какие-то достижения, отношения, которые сложились. Это просто нужно учитывать, и тогда сложностей, недопонимания будет меньше.

Конечно, проводятся консультации, тренинги и вне рамок школы родителей. Делается это системно, комплексно. Ведь если не изменить какой-то элемент семьи, то вскоре всё опять вернётся к прежней системе. Родителям нравятся аутотренинги и сенсорная комната, а дети обожают «яйцо Кислинга», которое похоже на спальник округлой формы с ручками.

– Дети, заворачиваясь в это своеобразное одеяло, чувствуют себя в безопасности, – отмечает Наталия Кобзева. – До этого могут молчать, не желают идти на контакт, но, оказавшись в «яйце Кислинга», начинают отвечать. Малыши очень хорошо воспринимают сказкотерапию. Всё это можно делать и дома. Маме ничего не мешает сесть рядом с ребёнком, поправить ему одеяло, почитать сказку, а у подростка спросить, как дела, пожелать спокойной ночи. Несколько минут внимания, и отношения уже другие.

Педагог-психолог центра Ксения Давлетшина рекомендует использовать для улучшения гармонии в семье всё, что нас окружает. Гуляйте, общайтесь. Рассмотрите

листочки, деревья, поговорите о них. Или о музыке, которую слушает ребёнок. Запишите детей в секцию. Ещё остались бесплатные – в центрах творчества и их филиалах, в дворовых клубах.

Не ругайтесь на ночь

– Нужно быть рядом с ребёнком и развиваться вместе с ним, идти в ногу со временем, – говорит Ксения Леонидовна. – В некоторых сферах дети опережают родителей, например, в освоении гаджетов. Советуйтесь с детьми, это нормально. Для более гармоничных отношений надо придерживаться хотя бы нескольких простых правил: не ругаться на ночь, во время приёма пищи и всегда встречать друг друга с радостью. Даже если ребёнок где-то задержался, сдержитесь. Пришёл живой, уже хорошо. Потом будете разбираться.

Ксения Давлетшина уверена, что

счастливый ребёнок может быть только у счастливой мамы. Женщинам не нужно забывать о своих мечтах и желаниях.

– Задайте вопрос, как вы хотите себя чувствовать, – рекомендует Ксения Леонидовна. – Воодушевлённой, оптимистичной, энергичной или отдохнувшей, любимой, счастливой. А может, мудрой. Выделите пять минут и напишите желаемые состояния, а рядом то, что может их вызвать. Например, энергичной вы станете, занимаясь танцами или спортом, а может, встречаясь с подругами, любимой – получая цветы. Этот простой список поможет вспомнить истинные желания и обратиться к себе. Напомнит вам о том, что действительно любите и чего хотите.

– Слушайте больше, чем говорите, – советует мамам Наталия Кобзева. – Дети рассказывают о многом, когда их слова не ставятся под сомнение, если видят, что у родителей есть на них время и желание пообщаться. Маленький ребёнок верит в чудо. Пусть верит. Не делайте его жизнь серой и унылой. Проводите больше времени вместе и перестаньте слишком много думать. Будьте больше, чем просто мама. Просто действуйте.

Татьяна Бородина



Хорошая мама часто обнимает и целует своих детей, направляет и дисциплинирует, поддерживает и вдохновляет, интересуется школьной жизнью ребёнка

Из архива «ММ», Андрей Серебряков

Образование

Мат в законе

Детей научат играть в шахматы

С сентября прошлого года при поддержке ПАО «ММК» и регионального отделения партии «Единая Россия» в школах и детских садах Магнитогорска реализуется проект «Шахматный всеобуч».

Начальник управления образования администрации Наталья Сафонова отметила, что интеллектуальная игра сейчас внедряется в 90 детских садах и 40 школах. В шахматы учат играть около ше-



Наталья Сафонова

сти тысяч юных горожан в возрасте от шести до восьми лет. Делается это по авторской программе Игоря Сухина.

В детских садах играют в шахматы в рамках вариативной части основной образовательной программы, в школе – за счёт внеурочной деятельности. Курс предусматривает не менее 33 занятий в год.

– Ежегодное анкетирование родителей, детей и педагогов показывает, что занятия по шахматам востребованы, интересны и любимы, – отметила Наталья Вик-

торовна. – Респонденты считают, что шахматы расширяют кругозор, учат думать, запоминать, сравнивать, вырабатывают целеустремлённость, усидчивость, помогают гиперактивному ребёнку стать спокойнее и уравновешеннее. И, что немаловажно, шахматы составляют серьёзную конкуренцию компьютерным играм.

В социальных сетях тоже обсуждают необходимость подобных занятий. Одни горожане склоняются к тому, что пора учить не шахматам, а самообороне. Другие говорят о слишком большой нагрузке и считают, что детям было бы полезнее погулять, а не сидеть перед доской с фигурами. Впрочем, немало и тех, кто поддерживает шахматы.

Между тем, уже приобрели всё необходимое для обучения, в том

числе демонстрационные доски, часы, учебники. Есть даже задачки и рабочие тетради. На базе Центра повышения квалификации и информационно-методической работы проведена курсовая подготовка 130 педагогов. Прошли и практические семинары. В конце прошлого учебного года состоялись первые городские соревнования по шахматам среди воспитанников детских садов и первоклассников, в которых приняли участие более 150 детей. В мае 2018 года юные шахматисты играли уже в региональных соревнованиях, которые прошли на базе детского оздоровительного центра «Уральские зори». Там составились 18 команд городских округов и муниципальных районов Челябинской области. Магнитогорские школьники завоевали

бронзовые медали командного первенства. Ещё две серебряные медали учащиеся получили в личном зачёте.

– Анализ результатов обучения шахматам показал положительную динамику объёма оперативной памяти, устойчивого внимания, – рассказала Наталья Сафонова. – Намечалась тенденция к повышению качественной успеваемости.

Выступая на аппаратном совещании в администрации, начальник управления образования поблагодарила руководство металлургического комбината и лично генерального директора Павла Шилиева за финансовую поддержку проекта «Шахматный всеобуч», создание условий для его эффективной и качественной реализации.

Тамара Анина