**Мастер-класс.**

Тема: «Воспитание с уважением»

***Если ваш ребёнок делает то, что выводит вас из себя, а вы не знаете, как с этим бороться, и Вы обеспокоены какой-то чертой вашего ребёнка, то есть способ избавиться от этой проблемы – это воспитание с уважением.***

**Шаг 1.** Подумайте о сложной ситуации с вашим ребёнком, вспомните все подробности отрицательного поведения вашего ребёнка.

**Шаг 2.** Представьте, что вы снова переживаете эту ситуацию. Начните с начала, глядя своими собственными глазами, вновь переживая то, что произошло в действительности (как будто смотрите фильм). Что вы чувствуете, слышите, видите. Если вы из тех, кто не «видит» зрительных образов – прекрасно. Вы можете просто «воспринять», что снова переживаете это со своей собственной позиции, и метод сработает точно так же хорошо.

**Шаг 3.** Ещё раз переживите эту же ситуацию, но в качестве собственного ребёнка. Прокрутите фильм об этой ситуации с позиции вашего ребёнка. Посмотрите на ситуацию его глазами, что он переживал в тот момент, как он себя чувствовал. Представьте, что вы – это он. Потратьте столько времени, сколько вам нужно, чтобы пройти через эту ситуацию, будучи своим ребёнком, и отметьте, какая новая информация стала вам доступна. Осознаёте ли вы чувства, которые может испытывать ваш ребёнок, которых не осознавали со своей взрослой позиции? Чему вы учитесь, будучи своим собственным ребёнком? Если вы замечаете, что часть вашего поведения, с точки зрения ребёнка, кажется очень неуместной, можете порадоваться получению новой полезной информации.

**Шаг 4.** Вновь переживите эту ситуацию в качестве «Наблюдателя». Посмотрите ещё раз тот же самый фильм, но теперьс внешней позиции, вы не участвуете. Вы можете со стороны наблюдать за собой и своим ребёнком. Отметьте, чему вы научились, находясь в этой позиции. Замечаете ли вы что-то касательно способа, каким вы и ваш ребёнок реагируете друг на друга?

**Шаг 5.** Использование полученной информации.Вы только что пережили свою проблемную ситуацию с трёх очень разных и очень важных позиций. Какая информация есть у вас теперь? Какие идеи есть у вас о вашем ребёнке и о том, что вы можете сделать, учитывая эту новую информацию?

Руководитель ГМО Мызина Ф.М.,

педагог-психолог МБОУ «СОШ №6»