**Лекция (занятие с родительской общественностью) в рамках деятельности ЦППР**

**Тема: «Как помочь ребенку найти призвание»**

**Цель:** повышение психолого-педагогической компетентности родителей по профилактике и коррекции понимания самого себя и способов определения своего пути.

**Задачи:**

1. Обсудить с родителями проблему влияния неуверенности на развитие личности подростка;
2. Способствовать формированию у родителей желания помочь собственному ребёнку в определении своего призвания

**Лектор: Шиукашвили Кристина Александровна**

**Дата проведения: 26.01.2024**

**Приглашенные эксперты: нет**

**Текст лекции**

Понимание самого себя к ребенку приходит с ответами на вопросы «Кто я?», «Почему именно я?», «Что мне (не) нравится?», «В чем мои сильные и слабые стороны?». Взрослым (учителям и родителям) необходимо показывать способы определения своего пути, а не накладывать на ребенка свое видение его жизни. В таких поисках самоопределения прекрасно подойдет японская концепция икигай.

О сути икигай

Икигай – это целостный философский подход, который показывает как можно жить счастливой и наполненной смыслом жизнью. В переводе с японского икигай (ики – жить, гаи – причина) – смысл жизни или, другими словами, то, что помогает определиться со своим собственным смыслом жизни и идти вдохновленным и осознанным жизненным путем.

Иллюстратор Марк Винн попытался изобразить всю суть этого подхода в диаграмме. В ней видно, как именно человек может жить со смыслом, при условии, что осознает себя в таких вещах как страсть, работа, призвание и миссия. Для такого определения важно откровенно и честно ответить себе всего на четыре вопроса:

* Что я люблю делать?
* Что я умею делать хорошо?
* За что я могу получать оплату?
* Что необходимо миру?

Давайте теперь несколько подробнее разберем каждый из этих четырех вопросов и поисследуем, как их можно использовать в нашей жизни.

Что я люблю делать?

Будьте мудры и благосклонны к детям, предоставляйте им пространство развития и реализации их увлечений. В альтернативных школах это делается з счет множества студий. Остальным же стоит это сделать за счет внешкольных занятий из сферы интересов ребенка. Важно, чтобы у ребенка было проектное обучение, при котором знания можно использовать сразут на практике.

Родителям стоит чаще задавать вопросы ребенку о том, что ему нравится делать, чем заниматься, что вызывает неподдельный интерес. Спросите его, занимаясь каким делом ваш ребенок чувствует [состояние потока](https://osvitanova.com.ua/posts/4142-sostoianye-potoka-vo-vremia-obuchenyia-kak-postroyt-uroky-takym-obrazom-chtoby-uchenyky-chuvstvovaly-voodushevlenye-y-podem). Если у ребенка уже и так плотное расписание: школа, спорт, дополнительные занятия по английскому, это не должно исключать возможности попробовать рисование или танцы.

Родители по этому поводу всегда испытывают волнения, что мол, ребенок, попробовав одно, сразу переходит к другому, и в итоге получается, что нигде не преуспел. А результат конечной деятельности важен, он дает чувство завершенности. Поговорите с ребенком о том, что смена занятий возможна по достижению осязаемого результата – участия в соревнованиях, конкурсе, олимпиаде, фестивале и т. п. Только не выбирайте за него и старайтесь не переживать, если ребенок откажется от того, что по душе лично вам.

Что я умею делать хорошо?

Чтобы помочь ребенку в поиске ответа на этот вопрос, приучите их к тому, чтобы все достижения и результаты были отмечены (даже маленькие и незначительные) – грамоты, сертификаты, оценки, рефлексия о том, что мог когда-то и что сейчас и т. д.  Начните с анализа дня, что было хорошего, неприятного, какие были успехи/неуспехи, делитесь своими наблюдениями о его прогрессе.

Научите ребенка быть благодарным себе и другим за достижения и проделанную работу. Такая практика поможет ему впоследствии различать, что же получается делать действительно хорошо. Особенное внимание обратите на фиксацию малых шагов и успехов. Для нашего менталитета характерно выделять только значимые достижения, но не отмечая маленькие успехи, мы обесцениваем все приложенные усилия ребенка.

За что я могу получать оплату ?

Серьезно заниматься этим вопросом имеет смысл, начиная с 6-7 класса. Но если в игровой форме, то и с более младшими детьми. Дети 3-5 классов уже играют в бизнес и создают что-то своими руками (браслеты, мыльные букеты, слаймы и т. д.) для продажи одноклассникам или на торговых площадках.

Будьте детям не только родителем, но и ментором. Изучайте вместе с ребенком ту сферу, которая ему интересна, поддерживайте его ищите вместе с ним возможности. Это и ваши отношения укрепит и придаст заряд мотивации ребенку.

Попутно рассказывайте истории. из своей жизни – успешные и не очень, как справлялись с трудностями и решали возникшие на пути к ели препятствия. Альтернативные школы проводят для детей профориентацию, но если ваш ребенок посещает коммунальную школу, ищите сами возможности познакомить ребенка с той или иной профессией.

Что необходимо миру?

Детям бывает трудно осознать себя как частицу огромного мира, но это не значит, что происходящие ситуации их не интересуют. У детей могут возникать различные идеи и мысли, они могут переживать разные состояния от услышанных новостей. Обсуждайте с детьми новости и проблемы современности, в первую очередь те, что их волнуют. Изучайте устройство жизни других культур и наций, это отлично расширяет кругозор.

Пусть непродолжительные беседы в течение дня о произошедшем в мире – новостях, событиях в мире науки, техники и искусства, открытиях – станут неотъемлемой частью вашей семейной жизни.

**Практическое упражнение «Утилизация негатива».**

Лектор предлагает родителям переформулировать все негативные высказывания о вас, которые вы слышите от других или сами от себя, чтобы они подвигали вас на действия. Вам нужны - не переживания, а действия! Несколько высказываний, касающиеся родителей, затей с позиции своих детей.

|  |  |
| --- | --- |
| Негативные высказывания |  Стимулирующие высказывания |

Далее лектор предлагает обсудить эффективность стимулирующих высказываний.

Каждому из нас знакомо чувство «неуверенности в себе», кто-то справился с этой проблемой, кто - борется с ней и до сих пор. Без уверенности в себе человеку трудно состояться в обществе. Можно иметь хорошее здоровье, блестящий ум, хорошее образование, но не реализовать себя только потому, что ты не веришь в себя, своим умениям, всё время сомневаешься. Это касается застенчивых и неуверенных в себе детей. Они чувствуют себя неуютно со сверстниками на перемене и тем более на уроке. Такие дети могут знать весь учебный материал урока, но боятся поднимать руку, отвечать перед классом, боятся сделать ошибку. Ребенок, тонко чувствующий отношение педагога к себе, становится замкнутым, закрытым, перестает общаться со сверстниками, старается как можно быстрее убежать из школы домой. Постепенно такое положение вещей формирует его низкий статус в коллективе. Безрадостная картина, не правда ли? А если и дома он не получает поддержки и внимания, ситуация может обернуться трагедией.

Ваши дети – старшеклассники. Сегодня им нужно принимать массу собственных решений. Они связаны с выбором профессии, выбором моральных ценностей, выбором друзей, окружения, выбором человека, с которым ему захочется разделить свои сомнения и надежды на будущее.

Надеюсь наша лекция поможет вам и вашим старшеклассникам с решением данных проблем.

