

## Метод «15 минут»

### Цель:

1. Формирование доверительных, эмоционально близких/позитивных отношений между взрослым и ребенком
2. Восполнение дефицита эмоционального общения, недостатка внимания, «нужности»
3. Создание ситуации доверия и понимания, возможности видеть перспективу личного развития

### Форма:

каждую смену, в течение 15 минут общаться индивидуально с закреплённым ребенком

### Условия проведения:

- ✓ Не менее 15 минут
- ✓ С каждым индивидуально
- ✓ 15 минут взрослый полностью со всеми своими помыслами принадлежит ребенку
- ✓ Обязательность исполнения
- ✓ Не прерывать/не отвлекаться в это время
- ✓ Ничего не держать в руках при общении в это время
- ✓ Воспитатель без телефона (исключение составляет потребность в телефоне для реализации технологии/достижение цели: звонок семье, обсуждение возможностей гаджетов, др.)
- ✓ В эти 15 минут не звучат советы и нравоучения, нет укоризненных и осуждающих взглядов.
- ✓ 15 минут мира и искреннего интереса
- ✓ Если ребенок молчит, не идет на контакт, то вы молчите с ним 15 минут

### Обязательно помнить:

- ✓ Планировать/выделять в ежедневном плане время для общения.
- ✓ Фиксировать результаты/темы. Отмечать, о чем разговаривали/что обсуждали
- ✓ Каждому ребенку для начала конструктивного общения нужно столько времени, сколько нужно именно ему. Оценивать состояние перед началом общения
- ✓ Не «педалировать» ситуацию, но и НЕ ПРЕКРАЩАТЬ ПОПЫТКИ! **Меняйте стратегию!**
- ✓ Уважать желания и выбор ребенка, доверять ему/учитывать мнение/поощрять самостоятельность суждений
- ✓ Ребенок может говорить и думать, так как ему хочется в этот момент, даже если эти слова и мысли кажутся не слишком правильными.
- ✓ Осваивайте интернет технологии, социальные сети, WhatsApp, Tik Tok, и др.

- ✓ Разделяйте интересы (волосы одежда, музыка, астропрогнозы и т.д.)
- ✓ Не бойтесь перехвалить
- ✓ Никогда не говори «никогда»
- ✓ Поддерживайте ребенка. В отличие от награды поддержка нужна даже тогда, когда он не достигает успеха.
- ✓ Беседуйте с подростком дружелюбно, в уважительном тоне. Сдерживайте свой критицизм и создавайте позитивизм в общении с ним. Тон должен демонстрировать только уважение к подростку, как к личности.
- ✓ Имейте мужество. Изменение поведения требует времени, практики и терпения

**Обязательно учитывать!**

**1.Негативные изменения, происходящие с подростком:**

- ранимая неустойчивая психика, высокая тревожность;
- проявление эгоцентризма;
- намеренная манипуляция взрослыми;
- внутренний конфликт с самим собой и окружающими;
- проявляются склонность к необдуманному риску и неумение оценить степень его опасности;
- агрессивность, зачастую без причины;
- повышенное негативное отношение к учителям, родителям, взрослым;
- страх одиночества (мысли о суициде).

**2.Положительные изменения, происходящие с подростком:**

- проявление чувства взрослости;
- рост самосознания, самооценки, саморегуляции;
- повышенное внимание к своей внешности (рост, фигура, лицо, одежда);
- проявление самостоятельности в приобретении знаний и навыков;
- появление познавательной мотивации;
- желание быть не хуже, а лучше других.

| <b>Роль воспитателя 15 минут</b>   | <b>Роль ребенка</b>   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> Заинтересованный слушатель<br><input type="checkbox"/> Друг<br><input type="checkbox"/> Собеседник<br><input type="checkbox"/> «Бабушка»<br><input type="checkbox"/> Единомышленник<br><input type="checkbox"/> ОПТИМИСТ<br><input type="checkbox"/> Заботливый/внимательный взрослый | <input type="checkbox"/> Рассказчик<br><input type="checkbox"/> Сказочник<br><input type="checkbox"/> Фантазер<br><input type="checkbox"/> Критик<br><input type="checkbox"/> Молчун<br><input type="checkbox"/> Учитель<br><input type="checkbox"/> Грубиян<br><input type="checkbox"/> Скандалист<br><input type="checkbox"/> Протестант<br><input type="checkbox"/> И т.д. |

| Нельзя использовать темы:  | Нужно использовать темы:  |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проблемы школьного обучения</li> <li>✓ Неисполнение обязанностей/поручений/просьб</li> <li>✓ Нарушение дисциплины</li> <li>✓ Неуспешность</li> <li>✓ Негативные качества</li> <li>✓ Недостатки внешности</li> <li>✓ Неумение делать чего-либо</li> <li>✓ Демонстративное поведение</li> <li>✓ Негативная оценка истории жизни/родственников/друзей/привычек</li> <li>✓ Отсутствие эмоционально-волевых качеств/способностей/увлечений/учений/знаний/навыков</li> <li>✓ Негативная оценка увлечений/склонностей/кумиров/отношений</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Понятные/важные/эмоционально окрашенные с точки зрения ребенка темы</li> <li>✓ Успешность/способности</li> <li>✓ Гордость за себя</li> <li>✓ Достижения</li> <li>✓ Умения</li> <li>✓ Самостоятельные решения/поступки</li> <li>✓ Ответственность за принятые решения/поступки</li> <li>✓ Смелость/решительность</li> <li>✓ Настойчивость</li> <li>✓ Выдержка</li> <li>✓ Самообладание</li> <li>✓ Проявление любознательности</li> <li>✓ Желание понять/объяснить/предотвратить/планировать ситуацию</li> <li>✓ Прислушиваться к мнению другого.</li> <li>✓ Доверять</li> </ul> |

### Если вы хотите достичь успеха:

- Не используйте сложные, непосильные в данной актуальной ситуации развития ребенка темы.
- Не читайте лекции
- «Как дела? – Нормально.» Прямой вопрос – краткий, но не информативный ответ.
- Не обвиняйте
- Не приказывать. Следует помнить, что такого рода общение вызывает протест.
- Не угрожать. Угроза – это признак слабости и педагогической несостоятельности и некомпетентности наставника. Следует помнить, что угроза провоцирует конфликт и не способствует установлению отношений сотрудничества.
- Не проповедовать. «Ты обязан...», «На тебе ответственность....»
- Не поучать. Наставник должен помнить о том, что недопустимо навязывать свою точку зрения.
- Не выносить суждений. Такой тип общения вызывает протест и сопротивление у воспитанников, даже в случаях, когда они абсолютно правы.
- Не ставить «диагноз». Эта форма общения непременно насторожит воспитанника и настроит против наставника.

## О ЧЁМ ПОГОВОРИТЬ 15 МИНУТ?

1. Какое самое запоминающееся событие произошло с тобой сегодня?
2. Что заставило тебя сегодня улыбаться?
3. О чем ты сегодня думал/мечтал?
4. Что нового ты узнал за этот день?
5. Что весёлого сделали сегодня твои друзья?
6. Помог ли ты сегодня кому-нибудь?
7. Какую/про что книгу ты читаешь/хотел бы почитать?
8. Какую музыку ты слушал сегодня?
9. Какие увлечения у твоих друзей?
10. Грустил ли ты сегодня?
11. Кто сегодня, на твой взгляд, поступил плохо? Почему?
12. Если бы ты умел быстро перемещаться, где бы ты сегодня хотел оказаться?
13. Оцени сегодняшний день от 1 до 10
14. Что интересного ты заметил на улице сегодня?
15. Какой герой книги/фильма тебе нравится?
16. Какая погода тебе нравится больше всего?
17. Какой момент за этот день был самым сложным для тебя?
18. Во что ты играл сегодня со своими друзьями?
19. На каком уроке сегодня было интереснее всего?
20. Когда тебе грустно, что может поднять тебе настроение?
21. Каким ты хочешь увидеть завтрашний день?
22. Какое событие ты ждёшь больше всего в ближайшее время?
23. Из какой страны ты хотел бы завести себе друга?
24. Какое радостное воспоминание приходит тебе в голову первым?
25. Куда ты хочешь отправиться в путешествие?
26. Каким героем книг/фильмов ты восхищаешься?
27. Что самое смешное случилось сегодня?
28. Какое блюдо ты хотел бы приготовить вместе со мной?
29. За каким природным явлением ты любишь наблюдать?
30. Сталкивался ли ты с несправедливостью?
31. О чём ты думаешь перед сном?
32. С каким настроением ты сегодня проснулся?
33. О чём бы ты написал свою книгу?
34. Что ты чувствуешь, когда помогаешь кому-нибудь?
35. Если бы сейчас был полностью свободный день, чем бы ты хотел заняться?
36. Что ты ценишь в своих друзьях?
37. Кому бы ты хотел написать письмо?
38. Что тебя больше всего удивляет?
39. Каких черты характера ты уважаешь в людях?
40. Каким своим поступком ты гордишься?
41. Если бы животные могли разговаривать, о чем бы ты спросил своё любимое животное?
42. Какого изобретения не хватает в мире?
43. Если ты мог всё, чтобы ты сделал для людей? Для себя? Для своих близких?
44. Замечаешь ли ты, когда люди злятся/грустят/плачут/страдают/радуются? Что ты тогда делаешь?
45. Какая ситуация заставила тебя чувствовать, что ты в опасности?
46. Нужна ли тебе помощь в каком-нибудь деле?
47. Когда тебе нужна помощь, к кому ты обращаешься? Какой это человек?
48. Почему для тебя сегодняшний день хороший?
49. Кто из героев фильмов/книг/игр мог стать бы твоим другом?
50. Какой поступок ты хотел бы совершить?
51. Что ты любишь делать больше всего?
52. Когда ты устаёшь/ленишься, что ты любишь делать чаще всего?
53. Что ты умеешь делать хорошо?