

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение
детский сад общеразвивающего вида «Родничок» с. Верховенье Ивнянского
района Белгородской области

**Психологический тренинг:
«Я и мой ребенок»**

Педагог-психолог:
Брусенская Н.Н.



Цель: обучение родителей способам эффективного взаимодействия с детьми, гармонизация детско-родительских отношений.

Задачи: - Оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания. - Формирование у родителей навыков психологической поддержки детей. - Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания дошкольников.

ХОД:

1.«Оргмомент, психонастрой».

«Здравствуйте, дорогие родители! Искренне рада видеть вас. Семья – самое главное в жизни для каждого из нас. Именно в семье мы учимся любви, заботе и уважению. Мы сегодня собрались с вами для интересной и познавательной работы, которая поможет нам лучше узнать и понять наших детей».

2. «Правила работы в группе».

Активность, открытость, доброжелательность, конфиденциальность, уважение к говорящему.

3. Упражнение «У кого...».

Необходимо встать и поменяться местами тем, кто часто играет с ребенком;

- те, у кого дома есть кошка (собака);
- те, кто любит ходить в кино;
- те, у кого один ребенок;
- те, кто любит танцевать;
- те, у кого в семье есть мальчик и девочка;
- у кого хорошие отношения с детьми.

4. Упражнение «Губка»

Эксперимент. Прозрачная ёмкость с водой. Это – мы родители. В каждом из нас есть что-то хорошее, чем мы можем гордиться (добавляем в воду яркую краску) и что-то плохое, о чем нам не очень хочется говорить (добавляем темную краску). Это смесь наших качеств. Губка - это ребенок. Опускаем, и он впитывает все подряд хорошее и плохое.

5. Упражнение «Живой дом»

Цель: диагностировать субъективное восприятие психологического пространства семейных отношений.

Перед участниками лежит лист бумаги. Нужно написать в колонку имена 7-8 человек, которые влияют на их жизнь, рядом нарисовать дом, у которого обязательно должны быть фундамент, стены, окна, крыша, чердак, дверь, дымоход, порог, и предоставить каждой части дома имя конкретного человека. Затем происходит интерпретация результатов.

Фундамент – положительное значение: основная материальная и духовная опора семьи, тот на ком все держится; отрицательное значение: человек, на которого все давят.

Стены – человек, который отвечает за эмоциональное состояние семьи и автора рисунка непосредственно.

Окна– будущее, люди от которых родина ждет, на кого возлагает надежды (в норме – дети).

Крыша – человек в семье, который жалеет и оберегает автора рисунка, создает ощущение безопасности.

Чердак – символизирует секретные отношения, а также желание автора иметь с этим человеком более доверчивые отношения.

Дымоход– человек, от которого автор рисунка получает или хотел бы получить особую опеку, поддержку.

Двери – информационный портал, тот кто учил строить отношения с миром.

Порог – человек, с которым автор рисунка хотел бы общаться в будущем.

Выводы. Методика дает возможность за короткое время определить роль автора рисунка с каждого члена семьи.

6. Упражнение «Пойми меня».

Ребенок говорит

Смотри, папа, я сделал самолет из нового конструктора!

Ребенок говорит

Мне не весело. Я не знаю, что мне делать.

Ребенок говорит

Ребенок чувствует

Гордость. Удовлетворение.

Ребенок чувствует

Скука, поставлен в тупик.

Ребенок чувствует

У меня не получается. Я стараюсь, но не получается. Стоит ли стараться?

Ребенок говорит

Я могу сделать это. Мне не надо помогать. Я достаточно взрослый, чтобы сделать это сам.

Ребенок говорит

Все дети играют, а мне не с кем.

Ребенок говорит

Я рад, что мои родители – ты и папа, а не другие.

Говорят, что руку ребенка надо держать до тех пор, пока он ее сам не отнимет. Ребенок должен знать, что родители его всегда поймут и примут, что бы с ним ни случилось. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

7. Упражнение «Письмо о счастье» (3-5 минут).

Наша цель воспитать счастливого ребенка. Кто такой счастливый ребенок? Кто такой эффективный родитель? На эти вопросы мы ответим, поработав в группах.

Инструкция: группа родителей объединяется в 2 команды.

1 команда – «ДЕТИ»: «Представьте, что вы дети. Вам предлагается написать письмо родителям о том, что нужно для счастья детей».

2 команда – «РОДИТЕЛИ»: «А вам предстоит написать письмо детям, о том, что нужно для счастья родителей».

Обсуждение:

Самые важные учителя для детей – родители. Родительский дом – это первая школа для ребенка. Семья оказывает огромное влияние на то, что ребенок будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей. Сколько бы человек не прожил, он время от времени обращается к опыту из детства, к жизни в семье: «чему меня учили отец и мать».

9. Упражнение «Я хороший родитель, потому что...».

Родителям в кругу предлагается произнести фразу «Я хороший родитель, потому что...» и выделить положительное в процессе воспитания своего ребенка.

Наша встреча показала, какие вы умелые, находчивые, активные и заботливые родители. В любой ситуации находите правильное решение, никогда не теряетесь и всегда остаетесь любящими, улыбающимися и терпеливыми.

Разочарование, желание бросить.

Ребенок чувствует

Уверенность, самостоятельность.

Ребенок чувствует

Одиночество, ощущение покинутости.

Ребенок чувствует

Одобрение, благодарность, радость.

Я хочу рассказать притчу о вас - мамах, о самых дорогих людях для ваших деток.

10. Рефлексия.

Психолог: Вот и подошло к концу наше тренинговое занятие.

Возможные вопросы для рефлексии:

- Что вы приобрели нового?
- Что хотелось бы себе пожелать?
- Что больше всего понравилось? - Что не получилось, оказалось трудным?

Как вы думаете, почему?

- Как вы собираетесь претворить в жизнь свои достижения?

Спасибо вам за участие!

