

Тренинг для родителей

«Знаю ли я себя и своего ребенка?»

Цель: создание условий для освоения приемов эффективного взаимодействия родителей и детей.

Задачи:

- знакомство и установление контакта с участниками группы;
- создание в группе сплоченности, дружеской атмосферы, доверия, эмоциональной свободы;
- актуализация собственного родительского опыта в воспитании детей, особенностей повседневных отношений с ребенком.

1. Этап приветствие.

Уважаемые родители. Я рада приветствовать вас. Актуальность выбранной темы обусловлена желанием помочь разобраться, вам, как родителям, на верном ли вы пути в воспитании вашего ребёнка.

Мини-лекция

Знаете ли вы своего ребенка? Конечно. Ответит почти каждый родитель. Польский педагог Галина Филипчук так отвечает на этот вопрос: «Мы занимаемся своими детьми с первых дней жизни. Это мы, родители кормим их, одеваем, купаем, укладываем спать, учим делать первые шаги и произносить первые слова. Это мы знакомим с окружающим миром, утешаем, дежури́м у их постели, когда они болеют. Может ли кто-нибудь знать своего ребенка лучше, его матери и отца – самых близких ему людей, самых любящих и самоотверженных?» многие родители искренне считают, что своего ребенка они знают очень хорошо. Чем меньше наш ребенок, тем мы, действительно лучше знаем его. Но уже в дошкольном возрасте мы замечаем, что наши суждения о нем становятся все более приблизительными. И возможно, через 10-12 лет обнаружим в лице собственного ребенка абсолютного незнакомца. Закономерно возникает вопрос: «Знаем ли мы своего ребенка?» давайте, уважаемые родители, узнаем об этом.

Энергизатор

Поздороваемся (плечом, справа стоящему, по кругу передаём приветствие со словами «Здравствуй», «Волшебное животное»)

Прежде, чем мы поймём знаем ли мы своего ребёнка, разберемся в том «Знаю ли я себя?»

Упражнение «Мой портрет в лучах солнца» (флипчарт)

Если бы мы рисовали сейчас лучи солнца, а ваши родительские достоинства были лучами...изобразите их на ватмане. Постарайтесь, чтобы лучей было как можно больше. Это будет ответ на вопрос: почему я как родитель, папа или мама заслуживаю уважения?»

Обсуждение. Каждый участник называет.

Тест №1

"Какой вы родитель"

Кому не хочется получить ответ на этот вопрос! Именно поэтому вам предлагается тест-игра. Отметьте те фразы, которые вы часто употребляете с детьми:

№

Вопросы	баллы
Сколько раз тебе повторять.	2
Не знаю, чтобы я без тебя делала	1
И в кого ты только уродился!	2
Какие у тебя замечательные друзья.	1
Ну, на кого ты похож!	2
Я в твоё время!	2
Ты моя опора и помощник (ца)!	1
Ну что за друзья у тебя!	2
О чем ты только думаешь!	2

Какая ты у меня умница!	1
А как ты считаешь, сынок (доченька)?	1
У всех дети как дети, а ты!	2
Какой ты у меня сообразительный!	1
Посоветуй мне пожалуйста.	1

Теперь подсчитайте общее количество баллов и дайте ответ. Конечно, вы понимаете, что наша игра лишь намек на действительное положение дел, ведь то, какой вы родитель, не знает никто лучше вас самих.

7-8 баллов. Вы живете с ребенком душа в душу. Он искренне любит и уважает вас. Ваши отношения способствуют становлению личности.

9-10 баллов. Вы непоследовательны в общении с ребенком. Он уважает вас, хотя и не всегда с вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

11-12 баллов. Необходимо быть к ребенку внимательнее. Авторитет не заменяет любви.

13-14 баллов. Идете по неверному пути. Существует недоверие между вами и ребенком. Уделяйте ему больше времени.

Упражнение «Шесть платочков»

Цель:

Инструкция: Приглашается один доброволец, который будет играть роль ребенка. Затем рассказывается следующая история:

Ты мой маленький ребенок. Мы спешим с тобой в детский сад. А ты очень энергичный, любознательный, задающий кучу вопросов ребенок

1- Мама, а что там такое, посмотри! – говоришь ты.

- Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой! Перестань глазеть! – я тебе отвечаю. *(Добровольцу завязываются глаза первым платочком)*

Мы бежим дальше, и я встречаю по дороге свою подругу и быстро обмениваюсь с ней последними новостями. Ты внимательно слушаешь, а потом говоришь:

2- Мама, а кто такой дядя Юра?

- Ты что вмешиваешься во взрослый разговор? И вообще ты чего уши развесила, как не стыдно! Закрой свои уши! *(Завязываются вторым платочком уши)*

Я прощаюсь с подругой, и мы с ребенком бежим дальше.

3- *Мам, а меня Машка ждет в детском садике, которая...*

- Отстань! Ты что разболталась, некогда сейчас, мы опаздываем! Можешь ты помолчать! Закрой рот! *(Завязывается третьим платочком рот)*

4 *Ребенок уже молчит, но начинает на ходу поднимать какую-то веточку.*

Я кричу:

- Что у тебя за руки, что ты их все время куда-то суешь, не можешь без этого! Выброси сейчас же! Убери руки! *(Завязываются руки четвертым платочком)*

5 *Но тут ребенок начинает скакать, задирать ноги. Я в ужасе кричу на неё.*

- Ты где этому научилась? Это что такое? Перестань дрыгать ногами! Стой смирно! *(Завязываются пятым платочком ноги)*

Ребенок начинает хныкать. Я кричу на неё:

6 *Что реवेशь?! Что ты плачешь, я тебя спрашиваю? Нечего реветь! Позорись меня! Я кому сказала – перестань реветь, ты слышишь меня! *(Завязываю платком сердце)**

Краткий итог и обсуждение.

Спросить у «ребенка» и участников, какой платок хочется развязать в первую очередь и почему?

Что чувствовал и о чем думал «ребенок» на протяжении всего действия?

Вот в какое состояние мы вгоняем своего ребенка, преследуя благородные цели воспитания. Ребенку невыносимо слышать такие слова от мамы и папы, да и от других людей. Что тогда делать? Как себя вести? Что предпринять?

Психологи рекомендуют обнимать своего ребенка несколько раз в день: 4 раза – необходимо просто для выживания, а для хорошего самочувствия, интеллектуального развития – 12 раз в день.

ПРАВИЛА родительства

Уважаемые родители, давайте попробуем вывести несколько правил жизни, выполнение которых ведет к взаимопониманию в семье, в том числе и с ребенком.

Каждому родителю раздаются карточки с половинками правил. Вторая часть правил на слайде. Они должны правильно дописать половинки и зачитать правила вслух, объясняя.

Правила жизни, выполнение которых ведет к взаимопониманию:

Предлагается прочитать родителям половину фразы, а родители её заканчивают:

Ставь интересы других людей **выше собственных.**

Будь предан своей семье, **избегай возможностей предать ее.**

Уважай других людей, **уважай себя.**

Терпимо относись к чужим **точкам зрения.**

Живи в согласии с самим собой и с **другими людьми.**

Умей прощать и не будь **обидчив.**

Стремись все делать как **можно лучше.**

Умей контролировать свои **желания и поступки.**

Не бойся сказать о своей любви, **одарить ею любого.**

Не бойся понять и **простить.**

Никогда не бойся доверять, открывай душу **близким.**

Для счастья человеку нужен весь **мир.**

Не завидуй, не обижайся и не **обижай.**

Умей поставить себя на место **другого**.

Больше времени проводи со своими **родными**.

Никогда не бойся улыбнуться человеку и протянуть **ему руку помощи**.

Давайте попробуем выполнять все советы психологов и вышеперечисленные правила, чтобы в ваших семьях всегда царили взаимопонимание, доверие, любовь.

Тест №2 "Хорошо ли я знаю своего ребенка".

Самое любимое занятие Вашего ребенка

Как Вы думаете, кто в семье самый красивый, по мнению ребенка?

Что больше всего любит кушать Ваш ребенок?

Какая любимая сказка Вашего ребенка?

Напишите имя лучшего друга или подруги Вашего ребенка

Притча о взаимопонимании

Однажды два брата Иван и Андрей, которые жили на соседних фермах, поссорились. Это была первая серьезная ссора между братьями за 40 лет.

Всё началось с небольшого недоразумения, которое переросло в обидную перепалку и затяжное молчание. Как-то утром Ивану постучали в дверь. На пороге стоял плотник, искавший подработки. Иван сказал ему: «Есть у меня для тебя работа. Посмотри на этот ручей. Он разделяет наши фермы. Еще неделю назад здесь был луг, но мой брат прошелся бульдозером по речной дамбе и теперь нас разделяет ручей. Он это сделал назло мне. Так вот – ты построишь высокий забор между нами и избавишь меня от необходимости видеть его лицо и его ферму».

Плотник согласился и взялся за работу. К заходу солнца, когда Иван вернулся с поля, плотник уже закончил работу. Глаза Ивана округлились. Вместо забора через ручей был возведен мост!

Каково же было удивление Ивана, когда он увидел своего брата, спешащего к нему через мост. «Ну, ты даешь! Ты построил нам мост после всего, что я наделал!» – воскликнул Андрей. Братья встретились на середине моста, пожали друг другу руки и обнялись.

Они попросили плотника остаться поработать у них еще, но он им ответил: «Я бы с радостью, но мне еще нужно построить много мостов».

3 Этап

Рефлексия

Подведение итогов занятия – составление карты Бьюзена.

На листе ватмана в середине круга пишется название тренинга. Отводятся четыре луча. Группе предлагаются написать:

- что у меня лучше всего получилось,
- что я сегодня узнал нового,
- что мне больше всего понравилось в упражнениях,
- что я могу сделать еще лучше?

Ритуал прощания

Упражнение «Шар благодарности».

Цель: поблагодарить всех участников тренинга.

Содержание. Сейчас прошу всех встать в круг. Каждый участник, держа в руках шар, выскажет свою благодарность соседу справа: « Я благодарен тебе за...».

А сейчас в знак благодарности всем давайте поаплодируем все вместе.

ПАМЯТКА РОДИТЕЛЯМ ОТ РЕБЁНКА

Эта «Памятка» – не только своеобразный монолог ребёнка, отстаивающего свои права, но и открытое приглашение взрослых к диалогу и взаимопониманию.

Прислушаемся к советам своих детей!

«Чем проповедь выслушивать, мне лучше бы взглянуть,

И лучше проводить меня, чем указать мне путь.

Глаза умнее слуха – поймут всё без труда.

Слова порой запутаны, пример же – никогда.

Тот лучший проповедник, кто веру в жизнь провёл.

Добро увидеть в действии – вот лучшая из школ.

И если все мне рассказать, я выучу урок.

Но мне ясней движенье рук, чем быстрых слов поток.

Должно быть, можно верить и умным словесам,

Но я уж лучше погляжу, что делаешь ты сам.

Вдруг я неправильно пойму прекрасный твой совет,

Зато пойму, как ты живешь: по правде или нет»

Приложение № 1

Отметьте, пожалуйста, баллы напротив утверждения, верного для вас:

№

Вопросы	баллы
Сколько раз тебе повторять.	2
Не знаю, чтобы я без тебя делала	1
И в кого ты только уродился!	2
Какие у тебя замечательные друзья.	1
Ну, на кого ты похож!	2
Я в твоё время!	2
Ты моя опора и помощник (ца)!	1
Ну что за друзья у тебя!	2
О чем ты только думаешь!	2
Какая ты у меня умница!	1
А как ты считаешь, сынок (доченька)?	1
У всех дети как дети, а ты!	2
Какой ты у меня сообразительный!	1
Посоветуй мне пожалуйста.	1

Спасибо за честные ответы!