

# Тренинг для родителей (законных представителей)

## «Я и мой ребенок»

**Цель:** обучение родителей (законных представителей) способам эффективного взаимодействия с детьми, гармонизация детско-родительских отношений.

**Задачи:**

- Оптимизация форм родительского взаимодействия в процессе воспитания.
- Формирование у родителей (законных представителей) навыков психологической поддержки детей.
- Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания дошкольников.

### ХОД МЕРОПРИЯТИЯ:

#### 1. Приветствие

«Здравствуйте, дорогие родители! Искренне рада видеть Вас. Мы сегодня собрались с вами поговорить о детях и взрослых. Вы тоже были детьми, и наверное у каждого найдется детская мечта, или желание, которые не были реализованы по разным причинам, появлялось чувство обиды и не понимания со стороны родителей. Но все - таки семья – это самое главное в жизни для каждого из нас. Сегодня у вас появилась возможность еще лучше понять своих детей и найти путь к пониманию.

#### 2. «Правила работы в группе».

Для этого нужно проявлять активность, соблюдать правило здесь и сейчас, говорить от своего имени. Готовы к работе?

#### 3. Упражнение «В детстве я был(а)...

Предлагаю по очереди представиться: «Здравствуйте, меня зовут...**В детстве я был(а)...**»( Это упражнение помогает участникам лучше познакомиться, кроме того, способствует активизации детского эго-состояния родителей, что создает базу для дальнейшей работы.)

#### 4. Упражнение «Солнце любви».

Мы живем с вами в очень активное время. Мир вокруг кружится и изменяется. Нередко мы что-то не успеваем. Но мы всегда должны успевать говорить теплые добрые слова своему ребенку, признавать его успехи, подбадривать и признавать его исключительность и индивидуальность.

**Задание:** Каждый участник рисует на листе бумаги солнце, в центре которого пишет имя ребенка. На каждом лучике солнышка родитель перечисляет самые прекрасные качества ребенка. Предлагаю поделиться по кругу одним прекрасным качеством вашего ребенка.

**Психолог:** « Какие замечательные и добрые у вас дети, как «солнышки».

- лист А4, цветные карандаши

## 5. Мозговой штурм «Объедини части народной мудрости».

Трудно переоценить влияние матери на воспитание ребенка. Это было известно людям издавна и нашло свое отражение в крылатых фразах, афоризмах.  
Задание: Я начну крылатую фразу, а вам необходимо будет закончить фразу(можно хором)

1. При солнышке тепло, а при матери (**добро**).
2. У ребенка заболит пальчик, а у мамы (**сердце**).
3. Где сын молодец, там и хороший (**отец**).
4. Птица рада солнышку, а младенец (**матери**).
5. Каково дерево, таков и клин, каков батька, таков и (**сын**).
6. Материнский гнев, что весенний (**снег**).
7. Нет такого дружка, как родная (**матушка**).
8. Отец наказывает, отец и (**хвалит**).

Спасибо большое, мы с вами вспомнили мудрости воспитания.

## 6. Упражнение «Недетские запреты»

Известно, что готовых рецептов воспитания не существует. Как действовать взрослому в той или иной ситуации, решать только ему. Однако можно проиграть, как в театре, сложные ситуации, обсудить их и попытаться понять, что испытывает ребенок в том или ином случае.

задание: Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, — то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом капроновой лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» — завязывается рот, «Не бегай» — завязываются ноги и т.д.

После того как высказутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно.

### **Рефлексия**

Рефлексия участника, игравшего роль ребенка:

- Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали вашу свободу?
- Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?
- Какие чувства были у вас, когда вам предложили встать?
- Что хотелось развязать в первую очередь?
- Что вы чувствуете сейчас?

Рефлексия участников, игравших роль взрослого:

- Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?
- Что вам хотелось сделать?
- Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?
- Какие чувства вы испытываете сейчас?

**ВЫВОД:** Зачастую взрослые, делая замечания детям в опасных для их жизни ситуациях, используют неверную тактику. Вместо того, чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, родители говорят ему, что делать не надо.

В результате ребенок не получает нужной информации, а слова взрослого провоцируют его делать наоборот (Например: Что будет делать ребенок на слова: «Не подходи к телевизору!»).

Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи — говори спокойно». А обращение к ребенку становится позитивным, т.е. предполагается ответное действие, а не бездействие.

### **7. Тест «Я и мой ребенок»**

Роль родителей в воспитании ребёнка незаменима. Они главные «проектировщики, конструкторы и строители» детской личности. Предлагаю вам выполнить тест, который дополнит ваше представление о себе, как о родителях, поможет сделать определённые выводы относительно проблемы воспитания детей.

### **8. Игровое упражнение «Родительские установки».**

сейчас нам необходимо объединиться в пары с помощью моего волшебного мешочка, и преодолеть короткую дистанцию по ленте.

Предлагает им карточки с высказываниями, которыми они будут сопровождать движения своего напарника - «ребенка».

Условия прохождения: один участник проходит по ленте (ребенок), а другой в это время (родитель) сопровождает его движения словами:

- 1) «Иди, я тебе сказал, немедленно, иди правильно, как я тебе говорю».
- 2) «Может, ты не пойдешь, а вдруг упадешь, еще испачкаешься».
- 3) «Все в порядке, я иду рядом с тобой. Ты молодец, хорошо идешь, вперед».

Рефлексия по желанию.

*Вывод: Нужно взвешенно выбирать установки, слова-ободрения о деятельности ребенка, не обижать его, объяснять последствия его поступков.*

*На данном примере вы видели негативные и позитивные установки в общении родителя с ребенком. Ведь словом можно как «уничтожить» ребенка, так и «раскрыть» крылья у него за спиной.*

### **9. 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».

## **ЗАКЛЮЧЕНИЕ**

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».