**Тренинг для  родителей  детей младшего возраста  
 «Как понять своего ребенка?»**

Подготовила: Малеева Ирина Юрьевна

педагог-психолог «Центр развития

ребенка – детский сад №23»

г. о. Электросталь Моск. области

Оптимальное количество участников — 10–15 человек.

Все члены группы имеют право на свободное участие в дискуссии.

**ХОД  ВСТРЕЧИ:**

**1.  Приветствие.**

*Здравствуйте! Мы рады, что вы нашли время прийти на эту встречу,  которую мы проводим в форме* ***тренинга****.*

*В ходе работы нам предстоит друг с другом общаться, поэтому просьба ко всем участникам: подписать и прикрепить визитки-бэйджики, чтобы все знали, как к вам обращаться.*

**2**.   **Цель  и задачи  тренинга**, организационные моменты: режим работы.

***Цель:*** гармонизация взаимоотношений ребенок–взрослый.

— активно слушать, то есть уметь слышать, что ребенок хочет сказать родителям;

***Предмет дискуссии*** — дети и способы взаимодействия с ними родителей.

**На этой нашей встрече мы поработаем над некоторыми очень важными  моментами нашего взаимодействия с детьми.**

**3.  Принятие норм и правил групповой работы**

• Право на собственное мнение

• Регламент высказывания

• Конфиденциальность

• Добровольность участия

• Высказывание по одному

**4. Знакомство.**

**Упражнение «Нас с вами объединяет...»**

*Сейчас мы по кругу будем передавать вот такую игрушку ( мяч, мягкая игрушка), ваша задача:* ***представиться****, сказать,* ***чьи вы родители*** *и закончить следующее предложение:* ***: « Я думаю, нас с вами объединяет...»*** *( либо* фразу **«Мой ребенок...»)**

*Каждый раз мяч попадает к новому участнику до тех пор, пока мяч не получит каждый.*

**5. Основная часть.**

**Мини-лекция:** Центральное место в формировании личности ребенка занимает семья. В семье ребенок получает первичные навыки в восприятии действительности, приучается осознавать себя полноправным представителем общества. Главной особенностью семейного воспитания признается особый эмоциональный микроклимат, благодаря которому у ребенка формируется отношение к себе, что определяет его чувство самоценности. Другая важная роль семейного воспитания – влияние на ценностные ориентации ребенка, его мировоззрение в целом, поведение в разных сферах общественной жизни.

Родительская любовь – источник и гарантия эмоционального благополучия человека, поддержания телесного и душевного здоровья. Ни при каких условиях у ребенка не должно возникать сомнений в родительской любви. Самая естественная и самая необходимая из всех обязанностей родителей – это относиться к ребенку в любом возрасте с любовью и вниманием. Чтобы внушить ребенку уверенность в родительской любви нужно не только делать все, что родители считают нужным и возможным сделать для ребенка, но и заботиться о поддержании и сохранении контакта с ним. Именно ощущение и переживание контакта с родителями дают детям возможность почувствовать и осознать родительскую любовь, привязанность и заботу. Основа для сохранения контакта – искренняя заинтересованность родителей во всем, что касается жизни ребенка, искреннее любопытство к его детским проблемам, желание наблюдать за всеми изменениями, которые происходят в душе и сознании растущего человека..

**Психолог:** Каждый из нас ЛЮБИТ и ПОНИМАЕТ своего ребенка. Это ПРИНЯТИЕ находит свое выражение в нашей мимической реакции на действия ребенка, в наших жестах, в наших размышлениях, **в наших словах, обращенных  к ребенку**.

**Упражнение «Что таится в имени моего ребенка» («Тайна имени»)**

Родителям предлагается назвать имя своего ребенка и охарактеризовать его по первой букве имени. Например: Женя — жизнерадостный.

**Упражнение «Погружение в детство»**

***Ведущий.*** *Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию: оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство — в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам три-четыре года. Представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице. Посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, а рядом с вами близкий человек. Посмотрите, кто это. Вы берете его за руку и чувствуете ее тепло и надежность. Затем вы отпускаете руку и убегаете весело вперед, но недалеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете глаза и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему, снова берете за руку, идете дальше и вместе с ним смеетесь над тем, что произошло.*

*А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.*

***Рефлексия***

— Удалось ли окунуться в детство?

*—* Почувствовали ли вы надежное плечо, сопровождающее вас в детстве?

— Что для вас значит «надежное плечо»?

— Какие чувства у вас были, когда вы потеряли поддержку?

— Что хотелось сделать?

**Психолог**: Зачастую родители, 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!»).

**Обращение к ребенку должно быть позитивным, т.е. предполагать ответное действие, а не бездействие.**

**Упражнение «Недетские запреты»**

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 выскажутся 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. Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи — говори спокойно».

***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?

**Психолог:** 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.

**Упражнение «Ролевые игры»**

*Задание для группы №1.* (Время выполнения – 5 минут).

Выбирается родитель и ребенок.

От имени ребёнка расскажите, как умудрились намочить всё, что только было возможно из своей одежды в единственной весенней луже, в тот момент, когда мама разговорилась с неожиданно подошедшей подругой. Подсказка: рассказывайте от имени ребёнка, озвучивая возможный ход его мыслей.

И реакция мамы, когда она увидела промокшего ребенка…

Резюме. Я думаю, напоминание об этой возможности взрослых – проникать в мир детей, поможет грамотнее организовывать процесс воспитания, плодотворнее построить взаимодействие в семье.

*Задание для группы №2.* (Время подготовки – 5 минут)

Выбирается родитель и ребенок.

Уважаемые родители! Вы очень спешите, прибежали в детский сад за своим ребёнком. На улице Вас ждёт машина, а дочь (сын) капризничает, не хочет одеваться.

Ваша реакция, действия и т.д.?

Резюме. Данные ролевые игры не только иллюстрируют возможные ситуации, но и позволяют задуматься каждому, а как бы я поступил, реагируя на поведение моего ребёнка, чему бы я смог его научить.

**Упражнение «Ассоциации»** (3-5 минут)

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

Инструкция: группа делится на 2 команды.

1 команда: Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово "счастливый ребёнок".

2 команда: Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово «эффективный родитель»

Обсуждение.

Самые важные учителя для детей – родители. Родительский дом – это первая школа для ребенка. Семья оказывает огромное влияние на то, что малыш 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».

**Упражнение «Солнце любви»**

           Каждый участник рисует на листке бумаги солнце, в центре которого пишет имя ребенка. На каждом лучике солнца необходимо перечислить все прекрасные качества своих детей.

Затем все участники демонстрируют свое «солнце любви» и зачитывают то, что написали.

**Психолог:** Предлагаю вам взять это Солнышко домой. Пусть теплые лучики его согреют сегодня  атмосферу вашего дома. Расскажите  вашему ребенку о том, как вы оценили его качества – подарите ребенку теплоту, ласку и внимание.

**6. Подведение итогов работы. Рефлексия.**

— Что вам больше всего понравилось в нашей работе, что не понравилось?

*—* Какие чувства сопровождали во время всего цикла занятий?

— Какая информация оказалась для вас наиболее актуальной?