

Тренинг «Тропинкой родительской любви»

Добрый вечер, дорогие родители. Я благодарю вас за то, что вы пришли на тренинг. Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу.

Участники тренинга все делают сами. Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определенных правил.

Мы не будем давать друг другу оценок, не будем никого обсуждать. Мы создадим атмосферу безопасности, доверия, открытости. Это позволит вам экспериментировать, не стесняясь ошибок.

Правила напечатаны на листах (могут быть написаны на доске), давайте обсудим и выберем те, которые подходят нам для эффективного взаимодействия:

Обращение по имени, и на ты.

Не давать друг другу оценок, никого не обсуждать.

Слушать, не перебивать.

Конфиденциальность.

Правило участия – я принимаю участие в играх.

Правило спасательного круга – если мне трудно во время тренинга, я могу взять паузу 1 раз.

Правило хорошего настроения.

Итак, правила поведения на тренинге мы определили. Возможно, кто-то хочет внести коррективы?

Упражнение «Доброе тепло»

Цель: содействие сплоченности в группе, создание доброжелательной атмосферы.

Сейчас я предлагаю вам познакомиться друг с другом.

Встаньте в круг и возьмитесь за руки. От меня вправо (влево) пойдет «тепло», то есть я легонько прикоснусь своим плечом к плечу соседа, называя своё имя ласково как называли вас в детстве, мой сосед так же – к следующему, и так по кругу. Давайте попробуем.

А теперь, то же самое, но с закрытыми глазами. Посмотрим, как группа дружно сработает.

Сложно было выполнять задание? Почему? Каковы ваши ощущения после выполнения задания?

Упражнение «Погружение в детство» (Звучит тихая, легкая музыка)

В: Усаживаемся поудобнее, 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 4-6 года, 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?

Упражнение «Недетские запреты»

Попрошу выбрать карточки (*ребенок и родитель*), рассмотрим на конкретном примере.

Вы – маленький ребенок, спешите с мамой в детский сад.

Вы очень энергичный, любознательный, задающий кучу вопросов ребенок:

- Мама, а что там такое, посмотри! – говорит ребенок.
- Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой! Перестань глазеть! (*Завязываю глаза платком*)

Вы бежите дальше, и встречаете по дороге подругу мамы и, взрослые быстро обмениваясь с последними новостями. Ты внимательно слушаешь, а потом говоришь:

- Мама, а кто такой дядя Вова?
- Ты что вмешиваешься во взрослый разговор? И вообще, чего уши развесила, как не стыдно! Закрой свои уши! (*Завязываю платком уши*)

Мама прощается с подругой, и вы бежите дальше.

- Мам, а меня Саша ждет в детском садике, которой...
- Отстань! Ты что разболтался, некогда сейчас, мы опаздываем! Можешь ты помолчать! Закрой рот! (*Завязываю платком рот*)

Ребенок уже молчит, но начинает на ходу поднимать какую-то веточку. Мама кричит:

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

Но тут ребенок начинает скакать, задирает ноги. Мать в ужасе кричит на неё.

- Ты где этому научилась? Это что такое? Перестань брыкаться ногами! Стой смирно! (*Завязываю платком ноги*)

Ребенок начинает хныкать. Мама продолжает на неё кричать:

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

Посмотрите на этого ребенка, сможет ли он в этом состоянии эффективно общаться

со сверстниками, удовлетворять свои потребности, развиваться полноценно. Эти все действия и слова родителей негативно влияют на развитие ребенка, но в каждом случае можно найти компромисс, помогите мне.

Родители находят компромисс для решения сложных ситуаций:

- Не завязывать глаза или уши - разговаривать спокойным голосом, не ругаться;
- Не завязывать рта - выслушать ребенка;
- Не завязывать руки - помыть руки после прогулки;
- Не завязывать ноги - обуть резиновые сапоги;
- Не завязывать сердце - выслушать и понять ребенка.

Вместе мы с вами нашли варианты решения проблемы. Нельзя запрещать ребенку, познавать окружающий мир, только в познании окружающей среды и в общении с родителями, ребенок развивается и это влияет на социализацию ребенка.

Тест «Заботливый родитель»

Упражнение «Ассоциации»

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».