

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА
НЕФТЕЮГАНСКА «ДЕТСКИЙ САД № 20 «ЗОЛУШКА»

Тренинг «Искусство взаимоотношений»

**Руководитель клуба: педагог – психолог
Н.С.Морошан**

Нефтеюганск, 2018

Цель: осознание родительской роли, определение истинных ценностей в своей жизни и реализация своих возможностей в воспитании ребенка.
Задачи:

- Научиться разрешать конфликты мирным путем, не оказывая влияния с позиции силы;
- Найти пути, ведущие к развитию у ребенка правильной оценки своих поступков;
- Осознать конечные цели, которые преследует ребенок своим поведением
- Стать счастливым и спокойным родителем.

Необходимые материалы и оборудование: листы бумаги на каждого участника, скотч, карандаши цветные и простые, маркеры, фломастеры, смайлик мячик, широкая лента или платочек – 6 шт.

Ход тренинга

Педагог: В детстве мы не раз давали себе обещание не повторять ошибок своих родителей, когда вырастем. Кто из нас не раз говорил себе: "Я никогда не буду поступать так с собственным ребенком"? Ошибки в воспитании приводят к тому, что дети становятся скрытными и неуправляемыми, детская агрессия накаляет отношения в семье, а нередко даже приводит к разводу родителей!

Сегодня мы с вами поговорим о том, как изменить взрослое отношение к особенностям детского поведения и проблемам детства. О том, как строить общение и сотрудничество между взрослыми и детьми. Обсудим, как можно научиться быть успешным родителем, педагогом.

1. Приветствие «Передай пакет»

Цель: стимулировать внимание участников тренинга, активизировать их творческие способности, привлекать родителей к совместной деятельности помочь родителям узнать друг друга.

Педагог: Перед тем, как мы приступим к работе, давайте настроимся на совместную деятельность. Настроиться нам поможет игровая разминка. Предлагаю вам бумажный пакет, в котором написаны задания. Пакет передаете по кругу или бросаете друг другу. Начинать выполнение задачи мы будем под музыкальное сопровождение. Когда музыка стихнет, тот, у кого в этот момент оказался пакет открывает его и берет первый, попавший в руки листок, читает и выполняет задание. Игра будет продолжаться, пока все листочки в пакете не закончатся.

Примеры вопросов и задач:

назови свой любимый цвет,
 назови свое имя,
 любимое хобби,
 какую музыку вы слушаете,
 какие качества цените в людях,
 какой любимый фильм,
 напойте любимую песню,
 какое время года вам больше всего нравится,
 яркое воспоминание из детства,
 кем вы хотели стать в детстве, и воплотилась ли ваша мечта в жизнь?

2. Правила

Сообщение педагога о правилах работы группы (подготовить на отдельном плакате).

Обсуждение и разъяснение необходимости выполнения всех правил каждым участником группы.

Перечень правил у нас будет следующим:

- *Активность.* Старайтесь участвовать во всех упражнениях.
- *На занятии может говорить только один человек.* Не перебивайте! Уважайте друг друга! Говорить можно только в круг, нельзя шептаться с соседом
- *Правило поднятой руки.* Не выкрикиваем, если что-то очень хочется сказать, поднимите руки.
- *Обсуждаем только то, что происходит здесь и сейчас.*
- *Другим людям, даже близким, можно рассказывать только о том, что делал или чувствовал на тренинге ты сам.* Нельзя рассказывать о том, как вели себя или что говорили другие участники группы.
- *Правило «стоп».* Если Вы не готовы обсуждать эту тему, то можно пропустить ход.
- *Наказание*

4. Беседа «Вспомним своих родителей»

Педагог: Ваш ребенок стал взрослеть. Вы видите в нем много перемен, стараетесь изменить подходы в общении с ним. Ищете новые приемы воздействия на него, «входите в роль» строгого или, наоборот, доброго родителя. Вы можете даже не догадываться, что усвоили представления о родительской роли задолго до того, как обзавелись детьми. Разумеется, вы усвоили это представление, наблюдая за поведением собственных родителей (или других людей, заботившихся о вас) и оценивая, их отношение к вам и друг к другу. Вспомните поведение ваших родителей, когда вы были подростками. Насколько сильное влияние могло оказать поведение ваших родителей в тот период на ваше нынешнее отношение к собственным детям.

- *Какими были ваши родители? Были ли они любящими, жестокими, нежными, бесстрастными, строгими, снисходительными, честными?*

- *Каким было преобладающее выражение их лиц? Улыбались ли они, хмурились или избегали смотреть в глаза?*

- *Как они обращались с вами, когда сердились? Кричали они на вас, бранили или наказывали вас, и если да, то, каким образом?*

- *Отдавали ли они предпочтение кому-либо из детей, если у вас были братья или сестры?*

- *Вспомните самое плохое и самое хорошее, что вам приходилось слышать от них. Как они выражали свой гнев, страх, любовь, печаль?*

- *Пытались ли они манипулировать вами? Если пытались, то, каким образом, — заставляя вас испытывать чувство вины, пугая вас, подкупая вас, расточая вам фальшивые комплименты?*

- *Какими были их жизненные девизы или семейные пословицы (Например, «Тише едешь – дальше будешь».) Полезными или сковывающими оказались для вас эти изречения?*

- Доверяли ли вы своим родителям? Лгали ли они вам?
- Соревновались ли они с вами или друг с другом?
- Было ли у вас ощущение, что, в общем и целом, они находятся на вашей стороне?
- Что вам особенно не нравилось в них? Почему?
- Что вам особенно нравилось в них? Почему?

Ваши ответы дадут вам возможность больше узнать о том, какими были ваши родители. Воспользуйтесь этой информацией для более полного осознания своего сходства с ними или отличия от них. Просмотрите свои ответы и спросите себя: «В чем я могу копировать их?». Какие ваши манеры, жесты или тон голоса напоминают родительские. Спросите себя также: «В чем я сознательно стараюсь быть непохожим на них?».

Это упражнение является примером того, как решения, принятые нами на основе раннего опыта, становятся частью нашего мира и оказывают сильное влияние на развитие нашей личности.

5. Упражнение «Что я возьму из опыта своих родителей».

Цель: проанализировать опыт собственного воспитания и определить позитивные и негативные стороны влияния семейного воспитания. (Вначале выполнения упражнения педагог просит группу вспомнить истории из своего детства, методы воспитания родителей, которые применяли к ним родители в детстве).

Педагог: Предлагаю вам разделить лист на две части. В одной половинке листа запишите, положительный опыт, который вы возьмете из опыта своих родителей (не менее 3 пунктов), в другой половине листа напишите отрицательный опыт, который вы никогда не будете использовать в своем взаимоотношении.

Вывод: опыт собственного взаимоотношения формируется на основе моделей семейного воспитания.

6. Упражнение «Карта родительских ролей»

Цель: повышение уровня родительской компетентности.

Педагог: Быть родителем – очень сложная и многосторонняя задача. Нам известно, что ребенку нужны любовь, забота и ограничения. А что это обозначает в действительности? Быть родителем – это роль человека на всю жизнь. Умение быть родителем рождается в результате взаимоотношений с ребенком, но каждый родитель получает начальные навыки для этого процесса из своего родного дома и из окружающей среды, в которой он вырос. Быть ответственным родителем – это необходимость для нормального развития ребенка, а также немаловажная задача с позиций общества, может быть, самая важная с точки зрения жизни.

Рассмотрим с вами «Карту родительских ролей». Отметьте, пожалуйста, какие роли, по Вашему мнению, выполняет родитель в воспитании ребенка? Распределите круг на сектора и отметьте эти роли. Пронумеруйте их в порядке значимости для вас.

7. Игровое упражнение «Запрет»

Педагог: Посмотрите, пожалуйста, на свои стулья, у кого на стуле окажется геометрическая фигура - треугольник выходит в круг. Вы ребенок, а у кого в руках окажется круг – будет мамой. Мать ребенка очень о нем заботиться: следит за тем, чтобы он не вымазывался, чтобы не заболел и т.д. Запрещает прыгать ребенку по лужам, бегать по улице, прикасаться к палочкам на улице, собирать камни и тянуть их в рот и т.д. Рассмотрим все выше перечисленное на конкретном примере. Ты – маленький ребенок. Вы с мамой спешите в детский сад. А ты очень энергичный, любознательный, задающий кучу вопросов ребенок - Мама, а что там такое, посмотри! – говоришь ты. - Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой! Перестань глазеть! – я тебе отвечаю. (Завязываю глаза платочком) Вы бежите дальше, и встречаете по дороге подругу мамы и, взрослые быстро обмениваюсь с последними новостями. Ты внимательно слушаешь, а потом говоришь:

- Мама, а кто такой дядя Юра?

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

Мама прощается с подругой, и вы бежите дальше.

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

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

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

- Ты где этому научилась? Это что такое? Перестань дрыгать ногами! Стой смирно! (Завязываю платочком 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).

Ведущий: 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.

Ведущий: 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.

8. Игровое упражнение «Запрещаем – разрешаем»

На доску крепятся три цветных листа, соответствующие зонам запрета.

- зеленый символизирует зону «Полная свобода»;
- желтый – зону «Относительная свобода»;
- красный – зону «Запрещено».

Участникам тренинга предлагается составить список возможных действий детей, распределив их по трем основным зонам. Полученные варианты анализируются: родители совместно с ведущим (психологом, педагогом) прогнозируют возможные ситуации и допущенные ошибки.

Педагог: Как много сердечного тепла бывает загублено из-за неспособности понять другого и самого себя. Скольких драм, больших и малых, не происходило бы, обладай их участники и окружающие умением сочувствовать, прощать, любить. Любить тоже надо уметь, и это умение не дается матерью-природой.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети, – это дефицит ласки. Родители порой не находят времени, забывают или, может быть, даже стесняются приласкать ребенка просто так, повинувшись какому-то внутреннему порыву. Боязнь избаловать детей заставляет родителей быть чрезмерно суровыми с ними.

Это задание позволит каждому из нас проявить чуть больше ласки, внимания, любви.

10. Завершающее упражнение «Пожелания по кругу»