

## **Тренинг для родителей:**

### **«Воспитание без жестокости и насилия»**

**Цель:** предупреждение насилия в семье, профилактика и предотвращение жестокого обращения с детьми; создание доброжелательной и откровенной атмосферы в группе.

**Оборудование:** мультимедиа, ручки, раздаточный материал, листы А4, ватман, памятка для родителей.

#### **Ход тренинга:**

##### **1. Организационный момент.**

Ритуал приветствия. Ознакомление с темой, целью тренинга. Принятие правил тренинга.

**Ведущий:** Здравствуйте, уважаемые родители! Нашу беседу хотелось бы начать такими словами: «Если твои намерения рассчитаны на год - сей рожь, на десятилетия - сажай деревья, на века – воспитывай детей» (Народная мудрость).

Сегодня мы проведем нашу встречу в форме тренинга. Тренинг – это обучение опытом. Это чудесная форма для налаживания общения, профилактики конфликтов, которые возникают между родителями и детьми. Вы – люди, у которых разное образование, разный характер, разные взгляды на жизнь, разные судьбы, но есть одно, что объединяет вас, это ваши дети, которые могут стать горем или радостью. Как и что надо сделать, чтобы ваш ребенок стал для вас счастьем, чтобы однажды можно было сказать себе: «Жизнь сложилась». Поэтому на этом тренинге мы рассмотрим актуальную проблему, это **предупреждение насилия и жестокости в семье.**

##### **Упражнение «Знакомство»**

**Цель:** познакомить участников между собой, создать условия для эффективного сотрудничества.

Но прежде, чем мы попробуем обсудить эту тему, я предлагаю поприветствовать друг друга словами: «Добрый день, меня зовут..., о жестоком обращении с детьми я впервые услышала..., в своей жизни я встречалась (не встречалась) с такими людьми, которые жестоко обращаются с детьми».

##### **Упражнение «Правила работы»**

**Цель:** показать необходимость выработки и соблюдения определенных правил, по которым происходит взаимодействие людей в группе; принять правила для продуктивной работы во время тренинга.

Прежде чем перейти к дальнейшей работе, предлагаю вам принять определенные правила, по которым мы будем работать в течение нашей

встречи. Практика проведения тренинга показывает, что наиболее полезными в работе групп имеются такие правила:

1. Активность.
2. Право промолчать.
3. Быть откровенным.
4. Быть позитивным.
5. Право поднятой руки.
6. Правило «здесь» и «сейчас».
7. Толерантность.
8. Работать «от» и «до».

- Согласны ли вы с первым правилом?

- Принимаем ли мы второе правило?

- Как вы относитесь к тому, чтобы в работе пользоваться требованиями третьего правила?

## **2. Основная часть**

### **Упражнение «Ожидания - опасения»**

**Цель:** сформулировать задачи тренинга, настроить участников на работу во время тренинга.

Каждый из вас, услышав тему тренинга, пообщавшись с другими родителями, возможно, имеет определенные вопросы, которые хотел бы решить во время работы. Каждый из вас что-то ожидает от этой встречи. Что же именно? Вы получите стикеры, на которых сможете записать свои ожидания и опасения от этого тренинга, пожелания. Потом зачитываете и прикрепляете их на доску ожиданий и опасений.

### **Упражнение «Мозговой штурм»**

**Цель:** выяснить уровень осведомленности.

Тема нашего тренинга сложная, поскольку касается проявления с нашими с вами детьми жестокости и насилия. К сожалению, это явление живет среди нас, взрослых, а также среди наших детей.

Поэтому предлагаю всем продолжить предложение: «Насилие и жестокость для меня - это...»

- Почему сегодня мы поднимаем эту тему?

- Какие формы насилия над человеком существуют в нашей стране?

- Кто провоцирует насилие?

- Чем подкрепляется насилие?

Итак, насилие – любые умышленные действия физического, сексуального, психологического или экономического направления одного человека по отношению к другому человеку, если эти действия нарушают

конституционные права и свободы как человека, так и гражданина, а также наносят ему моральный вред, вред его физическому или психическому здоровью.

### **Информационное сообщение о проблеме насилия и жестокого обращения с детьми (мультимедиа)**

Насилие в семье – серьезная и распространенная проблема в мире. Оно влияет на жизнь детей и подростков: треть детей в России ежегодно наблюдают акты насилия в семье. Дети матерей, которые подверглись издевательствам, в шесть раз чаще пытаются покончить жизнь самоубийством, а 50% таких детей имеют склонности к употреблению наркотиков и алкоголя. Одна треть подростков подвергается насилию в интимных отношениях. Наиболее типичными последствиями такой ситуации становятся такие жалобы родителей или учителей на поведение детей: драки, конфликты с окружением, низкая школьная успеваемость, замкнутость и тому подобное. К эмоциональным проблемам таких детей можно отнести: повышенную агрессивность, сниженное настроение, депрессию, тревожность, страхи, неустойчивость эмоциональной системы.

Часто родители жалуются на психоневрологические расстройства у детей – бессонница, энурезы, а также соматические – сердечно-сосудистые расстройства, нарушения пищеварения, астма и тому подобное.

В тоталитарных семьях, где приняты директивные, жесткие формы воспитания или ребенка чрезмерно опекают, не учитываются потребности и психоэмоциональные особенности ребенка, родители не осознают жестокого поведения с детьми. Они считают, что жесткие условия воспитания полезны, и не понимают, что это негативно влияет как на психику ребенка, так и на состояние его соматического здоровья.

Сами дети, которые подвергаются жестокому обращению и насилию, обращаются за психологической помощью крайне редко. Прежде всего, это случаи сексуального насилия в отношении подростков, избиение родителями. Это именно те подростки, с которыми ежедневно сталкивается участковый - или как с правонарушителями, или как потребителями наркотиков, или как просто с несчастными бездомными детьми.

Что же такое *жестокое обращение с детьми*? Как отличить последовательные действия родителей при воспитании у ребенка дисциплинированности и ответственности от их насильственных действий?

*Виды и формы жестокого обращения с детьми.*

Специалисты выделяют 4 типа жестокого обращения в отношении детей:

1. Физическое насилие;
2. Пренебрежение;
3. Сексуальное насилие;

#### 4. Психологически жестокое обращение.

##### **Игра «Молекулы» (деление на группы).**

##### **Работа в группах**

**Цель:** выяснить уровень осведомленности родителей относительно причинно-следственной связи жестокого поведения и понимание того, что не каждое наказание принесет ребенку пользу. Развивать навыки группового взаимодействия.

I группа – записывает причины жестокого, агрессивного поведения и невнимательного отношения к ребенку.

II группа – записывает последствия жестокого, агрессивного поведения и невнимательного отношения к ребенку.

III группа – записывает условия эффективного общения, приводит примеры.

IV группа – записывает проект идеальной модели взаимоотношений «родители-дети».

##### **Упражнение «Моя семья»**

**Цель:** осознание, анализ взаимоотношений и возможность изменения сложившихся семейных стереотипов.

Родителям раздают по 10 кружочков.

Инструкция: «Возьмите кружочки и впишите в них имена всех членов вашей семьи.

Положите кружочек с вашим именем (статусом) посередине, потом расположите вокруг него кружочки с вписанными туда именами членов семьи по степени близости с ними.

Проведите линии от себя к ним. Сверху от линии напишите то, что вас связывает, снизу – то, что отталкивает, тормозит процесс взаимопонимания.

Как бы вы хотели изменить свои отношения?

Теперь обратите внимание на кружочки «Я» и «Ребенок». Что вы написали над той линией, которая вас соединяет?»

##### **Упражнение «Ручеёк».**

**Цель:** дать понять, что чувствуют дети, когда родители на них гnevаются.

**Материал:** ручки, листочки бумаги.

**Инструкция 1:** *напишите на листочке те слова, которыми вы ругаете своего ребёнка или делаете ему обидные замечания.*

**Примечание:** После того, как все сделали записи, листочки собираются в коробку и перемешиваются. Затем раздаются по одному в случайном порядке. Дальше все встают парами в строй по принципу игры в ручеек.

**Инструкция 2:** *сейчас мы поиграем в старинную детскую игру «Ручеёк». Найдите себе пару и станьте в парах друг за другом. Сейчас те,*

*кто остался без пары, будут проходить по одному между взявшимися за руки участниками игры и выбирать себе пару. А те, кто стоит в парах, в это время будут проговаривать слова, написанные на доставшихся им листочках. Упражнение длится до тех пор, пока не пройдут все участники.*

**Вопросы к обсуждению:**

1. Как вы себя чувствовали, когда слышали слова, написанные на листочках?
2. Что чувствуют дети, когда слышат замечания от нас в такой форме?
3. Какие мысли появились у вас в связи с этим?

**Обобщение:** *отрицательная оценка взрослыми ребёнка, и уж тем более гнев, отдаляет родителей с детьми друг от друга, расстраивает всех. Последствия гнева если он проявляется по отношению к ребёнку, всегда негативные. У взрослых гнев впоследствии вызывает чувство вины, а у детей – чувство обиды. Эти обиды могут сопровождать нас в течение всей жизни, вызывать напряжение в отношениях и мешать получать удовлетворение от общения друг с другом.*

**Упражнение «Подкрепление»**

**Цель:** показать, что поощрение и наказание по-разному влияют на состояние и поведение ребёнка.

**Примечание:** двое водящих выходят за дверь.

**Инструкция участникам, оставшимся в комнате:** *задумайте предмет из имеющихся в помещении, и место, на которое водящему необходимо будет его перенести. Задача тех, кто вышел за дверь, после того, когда мы пригласим их сюда, определить, какой предмет был загадан, и куда его нужно перенести. Для этого они будут задавать вам разные вопросы. Вы будете отвечать на них, но:*

*во-первых, ни сам предмет, ни его новое место не называются напрямую, а ответы с уточнениями на вопросы водящего носят завуалированный, расплывчатый характер.*

*во-вторых, первому игроку будем давать отрицательное подкрепление всех его слов и поступков (с помощью критики, негативных оценок отдельных его действий и личности в целом, пренебрежительной невербальной информации), а второму — положительное (используя слова поддержки, радости за успешные действия, уверения в пустячности совершенных неверных поступков, восхищения, комплиментов и т.д.).*

**Ход упражнения:** сначала приглашается первый водящий и получает задание: *определить задуманный группой предмет и перенести его на другое место.* Процедура совершается по очереди с каждым игроком, отличаясь только в характере эмоционального подкрепления.

**Тренеру на заметку:**

1. Роль участника, получающего отрицательные подкрепления, рекомендуется поручить человеку, эмоционально устойчивому, способному без особого ущерба для себя выдержать давление группы.
2. Первыми высказаться («выпустить пар») предоставляется водящим (активным участникам).

#### **Вопросы для обсуждения**

1. Как вы чувствовали себя в своей роли?
2. Какие чувства вызвала у вас реакция группы?
3. Как вы чувствуете себя сейчас?

#### **Вопросы для наблюдателей:**

1. Поделитесь впечатлениями от этого упражнения.
2. Какие выводы вы можете сделать?

**Выводы:** безусловно, положительное принятие ребенка рождает доверие к миру, уверенность в себе и окружающих. Психологическая поддержка, поощрение — это способ выражения принятия. С выданным за несколько минут шквалом отрицательного подкрепления первый игрок справился, так как понимал, что это — игра. Ребенку такое количество негативных оценок выдается порциями и часто растягивается на весь период совместной жизни с родителями. Да и не только совместной. Он не имеет другой информации о себе, других ресурсов, которые помогли бы ему справиться с переживаниями, таким образом, у ребенка может сформироваться отношение к себе как к неудачнику. И, что совершенно естественно, порождает сопротивление, обиды. И это ещё лучший вариант, потому что ребёнок не соглашается с такой оценкой себя. Но в любом случае, мы уже имеем проблему детского гнева. Для формирования самодостаточной, уверенной в себе личности важно чаще получать от родителей положительное подкрепление, которое предупреждает негативные реакции. Но мастерство родителя проявится не в том, чтобы всегда только хвалить ребенка, а в том, чтобы почувствовать, когда эта похвала и поддержка особенно ему необходимы.

#### **Упражнение «Сердечки»**

Коллективное творческое дело. Родителям предлагается на бумажных сердечках написать заповеди мудрого родителя «Как побороть свой гнев и найти альтернативу наказанию». Затем на общем ватмане предлагаются и записываются варианты.

### **3. Рефлексия**

**Цель:** получить от каждого участника краткую информацию о впечатлениях от проведенного тренинга.

Ведущий обращается к участникам с предложением составить ему телеграмму из слов, которая содержала бы ответы на такие вопросы:

-Что вы думаете о проведенном тренинге?

-Что было для вас важным?

-Что вам понравилось?

-Оправдались ли ваши ожидания? Сбылись ли опасения?

Наша встреча подошла к завершению. Надеюсь, что она была для вас полезной, вызвала раздумья, а также желание построить по-новому взаимоотношения в своей семье.

Участникам предлагается закончить предложения: «Я хочу сказать своему ребенку...» (о необходимости дисциплинированности, чуткости, толерантности и тому подобное).

Ведущий раздает памятки (см. Приложение) и желает взаимопонимания и уважения в отношениях с детьми.

## Памятка для родителей

1. Дети – основа семьи. В процессе воспитания учитывайте индивидуальные особенности развития ребенка.
2. Не обижайте, не бейте, не унижайте ребенка. Помните, обучение - это радость (негативные эмоции не способствуют усвоению материала, убивают желание учиться). Криком вы ничего не измените.
3. Найдите время для беседы с ребенком. Во время общения не реагируйте бурно, не осуждайте, а будьте тактичными, толерантными в выражении своих суждений, мыслей. Старайтесь контролировать режим дня ребенка.
4. Помните, что ребенок – это ваше отражение (грубость порождает грубость, крик - крик, а взаимопонимание и доброжелательность – добро и согласие в семье). Спросите себя: «Хочу ли я, чтобы мой ребенок был похож на меня?».
5. Ребенок - это целый мир, воспринимайте его как цельную личность, взрослого человека, который имеет свои права (на обучение, отдых и т.п.) и определенные обязанности (учиться, соблюдать правила для учащихся).
6. Если вы заметили, что у ребенка «трудный» период, тогда поддержите его.
7. Не отдаляйте ребенка от себя - найдите время поговорить, понять, вспомнить себя в его возрасте, помогите, если нужно, ласковым добрым словом.
8. Не жалейте нежных слов, строя отношения с собственным ребенком.
9. Вы дали ребенку жизнь, поэтому помогите сориентироваться в бурном море жизненных событий.
10. Принимайте и любите ребенка таким, какой он есть.