

# Тренинг

## «Искусство общения: контакт с ребенком, модель общения» (развитие родительской и воспитательной компетенции)

**Цель:** способствовать гармоничному развитию отношений родителей с детьми.

### **Задачи:**

1. наладить эмоциональные взаимоотношения в семье;
2. расширить возможности понимания родителями своих детей;

## Ход мероприятия

### Вводная часть тренинга

#### 1. Ритуал приветствия

Ведущий знакомит участников с темой, целями и задачами тренинга. Обговариваются условия и режим работы, вводятся правила групповой работы. Раскрывает участникам философию, на которой строятся отношения и взаимодействие с детьми - признание личности ребенка и стремление к сотрудничеству.

#### 2. Правила поведения участников в группе: (1-2 мин.)

##### *1. Доверительный стиль общения.*

Мы принимаем внутри нашей группы единую форму обращения друг к другу «ты». Такая форма обращения способствует более близким и доверительным взаимоотношениям, настраивает на дружескую встречу.

##### *2. Правило «здесь и теперь».*

Основная задача: превратить группу в своеобразное большое зеркало, в котором каждый смог бы увидеть себя во время самых разнообразных проявлений характера, поведения, взаимоотношений с ребенком, умения быть самокритичным и правильно реагировать на критику, лучше знать себя и свои личные особенности. Во время занятия все говорят только о том, что волнует их именно сейчас, обсуждают то, что происходит с ними в группе.

Персонификация высказываний.

##### *3. Конфиденциальность происходящего в группе.*

Ничего не разглашается. Мы уверены в том, что никто не расскажет о переживаниях человека.

#### *4. Определение сильных сторон личности.*

Во время занятия любой из нас стремится подчеркнуть положительные качества человека, с которыми мы работаем.

#### *5. Активное участие в происходящем.*

### **Основная часть**

#### **1. Упражнение «Кто здесь собрался?» (3-5 минут)**

Участникам предлагается придумать как можно больше вариантов (люди, друзья, знакомые, мамы и дети, земляне, и т.д.). Данное упражнение позволит облегчить процесс знакомства, ускорить его. А также помогает сделать процесс общения более доверительным и позитивным.

#### **2. Упражнение «Представление своего родителя» (15 минут)**

Ведущий, просит каждого подростка рассказать о своей маме (о своем папе). При этом отвечая на вопросы: «Какая твоя мама (твой папа)?», «Что они любят делать?», «Что им нравится?», «Что не нравится?», и т.п.

#### **3. Совместное рисование (20 минут)**

«Мое настроение», «Мой дом». Выполнить рисунок одной ручкой (карандашом), но при этом им нельзя договариваться и говорить друг с другом.

После того как все закончили, каждая пара представляет свое произведение, предлагая подростку рассказать, как был нарисован этот рисунок, кто был инициатором воплощенных идей, как происходило прорисовка тех или иных деталей. При этом возможны всякие варианты.

Можно пронаблюдать характерный тип и особенности взаимодействия на различных этапах рисования: сотрудничество, игнорирование потребностей партнера, соперничество и т. д.

#### **4. Разминка (3-5 минут)**

Психогимнастическое упражнение: встать и поменяться местами по какому-то признаку (по цвету элементов одежды, по знаку зодиака и т.д.). По завершению все участники занимают первоначальные места.

#### **5. Упражнение «Продолжи предложение» (15 минут)**

Цель: сосредоточение внимания родителей на личности ребёнка, ребёнка — на личности родителей. Родители продолжают следующие предложения.

Больше всего я ценю в ребёнке...

Мой ребёнок...

Я очень хочу...

Я люблю своего ребёнка...

Дети продолжают следующие предложения.

Я уважаю родителей за то, что...

По моему мнению, мои родители...

Если бы я мог...

Ведущий подводит итог работы:

- Есть ли желающие зачитать в слух свои записи? Возникли ли какие-нибудь трудности при выполнении задания? Какие?

## **6. Подвижная игра «Паровозик» (10 минут)**

Цель: улучшение отношений между детьми и родителями.

Педагог-психолог:

- Сейчас нам предстоит сыграть в игру «Паровозики». Каждый из вас по очереди сможет побывать «локомотивом» и «вагончиком». Договоритесь и распределите в командах, кто будет первым локомотивом, кто вторым и т.д.

Одновременно будут двигаться несколько паровозиков. Тому, кто станет локомотивом, важно очень аккуратно, без столкновений, провезти за собой вагончики, так как у участников будут закрыты глаза. Задача каждого участника: запоминать свои ощущения в роли «вагончика» и в роли «локомотива».

Группа выстраивается в шеренгу друг за другом и выбирает машиниста. Машинист даёт свисток, и группа отправляется в путь. Машинист становится в шеренге первым. Его главная задача — уверенно управлять группой и не сойти с пути. Задача группы — помогать машинисту,

маневрировать, чтобы никого не потерять в пути. Машинистом выбирают вначале кого-то из родителей, а затем — из детей.

### Обсуждение

- Ваши ощущения, когда вы были локомотивом, вагончиком? Что было сложно? В какой роли больше понравилось, почему?

### **7. Упражнение «Экзамен» (15 минут)**

Цель: вербализация чувств, сплочение родителей и детей. Участникам раздают бланки, которые дети и родители одновременно заполняют.

Любимый цвет ребёнка — \_\_\_\_\_.

Любимый праздник ребёнка — \_\_\_\_\_.

Любимая еда ребёнка — \_\_\_\_\_.

Любимый школьный предмет ребёнка — \_\_\_\_\_.

Имя лучшего друга (подруги) ребёнка — \_\_\_\_\_.

Любимая песня ребёнка — \_\_\_\_\_.

После выполнения задания ответы сверяют.

### **8. Игра «Голос моего ребенка» (10 минут)**

Цель: эмоциональное сближение родителей и детей. Участники делятся на команду родителей и команду детей. Каждый родитель определяет голос своего ребёнка по шёпоту. Затем детям предлагают определить своих родителей.

Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего ребенка.

### **Заключительная часть**

Обратная связь. Участники по кругу делятся своими впечатлениями от работы. Что понравилось на сегодняшнем занятии? Что запомнилось больше всего? Какие чувства сейчас испытываете? Если у группы очень мало времени, каждый участник одним словом или жестом обозначает свое состояние в данный момент.

В конце ритуала обратной связи педагог-психолог рассказывает притчу, которая подводит итог взаимодействию на занятии.

### **Притча (5 минут)**

Это произошло давным-давно. В одном городе жил мудрец. Все люди города обращались к нему с вопросами, и на все он давал свой мудрый ответ. Как-то один человек решил перехитрить мудреца. Поймал он бабочку, легко зажал ее в свой кулак и пошел к мудрецу. Думает: «Спрошу я: какая у меня в руке бабочка - живая или мертвая? Если мудрец, скажет, что живая, то я зажму сильнее кулак, придавлю ее и покажу, что вот, мол, мертвая. А если мудрец скажет, что мертвая, то выпущу ее, пусть летит». Так и сделал: поймал человек бабочку и пошел к мудрецу. Пришел и говорит: «Мудрец, ты у нас все знаешь, тогда скажи, живая у меня в руке бабочка или мертвая?» Мудрец подумал и сказал: «Все в твоих руках».

То же можно сказать и вам: «Все в ваших руках».

Желаем удачи! Благодарим всех за работу.