МАДОУ "Д/с № 24 "Жар-птица"

**Разработка тренинга**

**по оптимизации детско-родительских отношений**

Педагог-психолог МАДОУ "Д /с " 24 "Жар-птица" Подлесная М.А.

Видное – 2019

**Тренинг по оптимизации детско-родительских отношений**

**Цель:**  укрепление детско-родительских отношений

**Задачи:**

- раскрыть особенности детско-родительских отношений - установить тенденции развития детско-родительских отношений - разработать практические рекомендации

**Принципы тренинговой работы:**

1.принцип добровольного участия 2.принцип психологической безопасности 3.принцип «спасательного круга» в трудной ситуации (возможность взять тайм-аут) 4.принцип обратной связи 5.принцип осознания поведения

**Количество участников:** группа 6-8 человек

**Продолжительность и периодичность занятий:** 3 тренинга по 60 мин 1раз в неделю

- встреча только с родителями - встреча только с родителями - встреча с родителями и детьми

**1 день**

Ход тренинга:

**1 этап.**

***Детско****-****родительские******отношения*** - «это система разнообразных чувств родителей по ***отношению***к ребенку, а также ребенка по ***отношению***к родителям, особенностей восприятия, понимания характера личности и поступков друг друга», т.е. взаимоотношение членов семьи друг к другу.

При взаимоотношении постоянно осуществляется ***обратная связь***, причем разной модальности (чувствительности). Если с одной стороны обратная связь блокируется, западает или не реагирует, происходит нарушение взаимоотношений.

Для ребёнка ***семья*** является средой, в которой складываются условия его физического, психического, эмоционального и интеллектуального развития.

Родители являются первой социальной средой развития ребенка, которая обеспечивает удовлетворение практически всех его потребностей, в том числе любви и привязанности, в безопасности и защите.

Одним из важнейших факторов, формирующих гармоничные отношения в развитии личности ребенка, являются воспитательные позиции родителей, определяющие общий стиль воспитания. Далее мы раскроем стили семейного воспитания.

**2этап.**

Под ***стилем семейного воспитания*** понимается совокупность родительских стереотипов, воздейству­ющих на ребенка.

Наблюдения за воспитанием детей в различных семьях по­зволили психологам составить описание различных типов вос­питания.

Итак, основные типы детско-родительский отношений:

1.Авторитарный стиль

- преобладание строгой иерархии (взрослый всегда прав) - бесприкословное подчинение детей - «удобный» (всегда подчиняемый) ребёнок - иллюзия контроля - риск ребёнку приобрести такой же авторитарный характер, или стать послушным исполнителем чужой воли

2.Гиперопекающий тип

- ребёнок – центр семьи (ограждение от всех забот, неприятностей, хлопот) - ребёнок живёт исключительно своими интересами и потребностями - риск слабой адаптации в социуме - риск инфантильно-потребительское отношения к миру - болезненное реагирование на любые требования и ограничения

3. Гипоопекающий тип

- родители мало интересуются ребёнком, им всегда некогда - недостаток внимания, заботы, тепла - риск возникновения у ребёнка личностных проблем, низкой самооценки, неумению понимать себя и других - у ребёнка нет твёрдой опоры, чувства защищённости

4. Демократичный стиль

- родителя также считаются главными, но мнения детей всегда учитываются - уважительное отношение друг к другу - соблюдение традиций, правил и ценностей - в семье тёплый эмоциональный климат - со стороны родителей творческий подход к воспитательным задачам - ребёнок вырастает дружелюбным, уважительно относится к окружающим - приобретает эмоциональную устойчивость, самостоятельность, ответственность

Итак, никакой другой социальный институт не может потенциально нанести столько вреда в воспитании детей, как сама семья. И наоборот, в семье ребёнок может получить самые тёплые взаимоотношения.

***Тест для родителей «Какой я родитель?»***

*Ответьте на вопросы* с помощью следующих вариантов ответов:

а) могу и всегда так поступаю (3балла) б) могу, но не всегда так поступаю (2балла) в) не могу (1балл)

Можете ли вы:

1.В любой момент оставить все свои дела и заняться ребёнком? 2.Посоветоваться с ребёнком, несмотря на его возраст? 3.Признаться ребёнку в ошибке, совершенной по отношении к нему? 4.Извиниться перед ребёнком в случае своей неправоты? 5.Сохранять самообладание, даже если поступок ребёнка вывел вас из себя? 6.Поставить себя на место ребёнка? 7.Поверить хотя бы на минуту, что Вы – добрая фея (добрый волшебник)? 8.Рассказать ребёнку поучительный случай из своего детства, представляющий вас в невыгодном свете? 9.Всегда воздерживаться от слов и выражений, которые могут ранить? ребёнка? 10.Пообещать ребёнку исполнить его желание за хорошее поведение? 11.Выделить ребёнку один день, когда он может делать всё, что пожелает, и ни во что не вмешиваться? 12.Не реагировать, если Ваш ребёнок ударил, грубо оттолкнул, незаслуженно обидел другого ребёнка? 13.Устоять против детских просьб и слёз, если вы уверены, что это –каприз, детская прихоть?

*Подсчёт очков:*

*От 30 до 29 очков:* Ребёнок – самая большая ценность в Вашей жизни. Вы стремитесь не только понять, но и узнать его, относитесь к нему с уважением, придерживаетесь наиболее прогрессивных принципов воспитания и постоянной линии поведения. Другими словами, Вы действуете правильно и можете надеяться на хорошие результаты. *От 18 до 30 очков:* Забота о ребёнке для Вас – вопрос первостепенной важности. Вы обладаете способностями воспитателя, но на практике не всегда применяете их последовательно и целенаправленно. Порой Вы чересчур строги, а в других случаях излишне мягки, кроме того, Вы склонны к компромиссам, которые ослабляют воспитательный эффект. Вам следует серьёзно задуматься над своим подходом к воспитанию ребёнка. *Менее 18 очков:* У Вас серьёзные проблемы с воспитание ребёнка. Вам недостаёт либо знаний, либо желания сделать ребёнка личностью. Обратитесь за помощью к воспитателям, психологу, ознакомьтесь с книгами по семейному воспитанию.

*Обсуждение*

***Упражнение «Провокация»***

Психолог говорит повелительным тоном, сухо даёт команды: «Все взяли ручки, пододвиньте к себе листы бумаги. Нарисуйте алгоритм действия вашего ребёнка в ситуации непослушания». Фраза подобрана так, чтобы задание было максимально непонятным. На недоумённые вопросы родителей психолог отвечает: «Что здесь непонятного? Надо нарисовать и всё!» *Обсуждение ситуации* Психолог просит родителей рассказать о том, что они почувствовали в момент получения задания и почему, не захотелось ли им отказаться от такой «совместной деятельности», и подумать, не используют ли они такой стиль общения со своими детьми.

***Упражнение «Чтение сказки»***

Трём участникам предлагаются книжек со знакомыми детскими сказками. Первый участник читает отрывок, сидя к остальным членам группы спиной. Второй читает, повернувшись лицом, но не отрывая взгляда от текста. Третий эмоционально рассказывает, лишь изредка подсматривая в текст.

После трёх разных прочтений родителям предлагается ответить на несколько вопросов: - Какое чтение лучше воспринималось и почему - К какому стилю детско-родительских отношений можно отнести эти ситуации Нужно показать родителям, насколько важен эмоциональный контакт с ребёнком для его гармоничного развития.

**3этап.**

Рефлексия (обратная связь), диалог с родителями.

**2 день.**

Ход тренинга:

**1 этап.**

Попросить родителей ответить на вопросы (в письменном виде)

-О чём Вы говорите с ребёнком по дороге в детский сад? -О чём Вы говорите с ребёнком по дороге из детского сада? -Знаете ли Вы, какая из воспитательниц нравится вашему ребёнку больше? -Знаете ли Вы, с кем дружит Ваш ребёнок? -Знаете ли Вы любимую сказку вашего ребёнка? -Во что любит играть Ваш ребёнок? -Куда Вы в последний раз ходили вместе с ребёнком? -Что больше всего огорчает Вашего ребёнка? -Что больше всего радует Вашего ребёнка?

*Ответы сохраняются до окончания тренинга для последующего анализа родителями своих ответов .*

**2 этап.**

***Основной этап тренинга проходит в форме проигрывания и анализа ситуации, принятия решений.***

**Ситуация 1. «Что у тебя на душе».** Один из родителей – «ребёнок». Другие – «родители». «Ребёнок» чем-то огорчён. Родители по очереди задают вопросы, чтобы понять, что случилось. Задача ребёнка – молчать, задача родителей – найти и задать вопрос с такой интонацией, чтобы ребёнок захотел ответить.

**Ситуация 2. «Хочу и буду».** Двое родителей – «дети», остальные – «родители». «Дети» сидят на полу и рвут бумагу, родители по очереди уговаривают их это не делать. «Дети» на все уговоры отвечают: «Хочу и буду». Задача родителей сказать или сделать нечто такое, чтобы дети прекратили это занятие.

**Ситуация 3. «Это не я».** Один из родителей – «ребёнок», он совершил что-то недозволенное, его в этом уличают. Задача ребёнка - не сознаваться, задача родителей сделать так, чтобы ребёнок захотел сказать правду.

**Ситуация 4. «Купите мне собаку, пожалуйста».** Один из родителей – «ребёнок». По очереди он подходит к каждому и просит купить собаку. Задача родителей – объяснить ребёнку, почему они не могут это сделать, и предложить ребёнку альтернативу покупки собаки.

**Ситуация 5. «Меня обижает Серёжа».** Трое родителей – «дети»: одна «девочка» и два «мальчика». «Дети» по очереди подходят к родителям и жалуются: «Меня обижает Серёжа. Что мне делать?». Родители по очереди выясняют, как их обижает Сережа, и дают советы, как выйти из этой ситуации.

**Ситуация 6. «Я в сад не пойду».** Несколько родителей – «дети». «Дети» сидят на полу и хором говорят: «Я в сад не пойду!». Задача родителей – сказать или сделать нечто такое, после чего дети спокойно пойдут в сад.

**Ситуация 7. «Это я нашёл».** Один родитель – «ребёнок». Родители обнаруживают у «ребёнка» чужие игрушки. На вопросы «ребёнок» отвечает: «Это я нашёл». Задача родителей - задать такие вопросы, чтобы выяснить, действительно ребёнок нашёл эти игрушки, или взял без спроса у других детей?

**Ситуация 8. «Я буду плакать**». Один из родителей – «ребёнок», он ни за что не хочет оставаться в детском саду, плачет, топает ногами, цепляется за родителей. Задача родителей – уговорить ребёнка остаться в детском саду до их прихода.

**Ситуация 9. «Купите мне всё и сразу».** Один из родителей – «ребёнок», в «магазине» требует купить то одно, то другое, то всё сразу. Задача родителей – отвлечь ребёнка, сказать или сделать нечто такое, что поможет им справиться с непомерным «аппетитом».

**Ситуация 10. «Вы плохие. Я вас не люблю».** Родитель- «ребёнок» на что-то обижен и рассержен, сидит в углу и повторяет: «Вы плохие. Я вас не люблю». Задача родителей – выяснить, что так расстроило ребёнка, найти слова, чтобы убедить его в своей любви и ласке.

Проигрывая различные ситуации, психолог помогает родителям посмотреть на мир глазами ребёнка, найти с ним общий язык, избежать конфликты.

**3 этап.**

**Обсуждение**

Психолог вместе с родителями обсуждает ситуации: - В чём были основные трудности в общении с детьми? - Какая ситуация показалась наиболее сложная? - Какая ситуация была наиболее простая?

**3 день.**

Ход тренинга:

**1 этап:**

*Знакомство. Дети представляют своих родителей (по имени), родители представляют своих детей.*

***Игра «Комплимент» Цель: способствовать установлению контакта между участниками тренинга, сформировать у них положительный настрой.***

- Родители и дети хаотично встают в круг, передавая друг другу букетик цветов, говоря комплимент друг другу.

**2 этап.**

***Игра «Придумай слово» Цель: познакомить родителей с детской игрой на развитие воображения***

Родители по очереди задают вопросы своим детям:

- «Назови жёлтое слово» - «Придумай кислое слово» - «Назови зелёный фрукт» - «Придумай солёное слово» - «Назови полоску из семи цветов» - «Назови пятнистое дерево» - «Назови волосатую часть тела» - «Придумай белый рассказ» и т.д.

***Игра «Групповое сочинение сказки» Цель: познакомить родителей с игрой на развитие речи, творческого мышления детей.***

Родителям и детям предлагается сочинить сказку о какой-нибудь игрушке, передаваемой по кругу. Каждый должен внести свою лепту в рассказ. Если кто-то затрудняется, остальные могут помочь ему, предварительно спросив, хочет ли он этого (больше подходит для детей старшего возраста). Также предварительно можно ознакомить с технологией сочинения сказки.

***Игра «Рисунок одним карандашом» Цель: познакомить родителей с игрой, направленной на улучшение детско-родительских отношений и развитие творческих способностей; показать способ стимуляции их художественной деятельности***

Родителям и их ребёнку даётся большой лист бумаги и карандаши. Родитель начинает рисовать, ребёнок продолжает. Так они меняются 4-5 раз. По окончании работы пары представляют всем свою работу и обсуждают её.

***Игра «Поводырь» Цель: способствовать улучшению доверительных отношений между взрослым и ребёнком; развивать внимание; повышать самооценку ребёнка***

Выходят по очереди в зал пара: родитель и ребёнок. Родитель крепко зажмуривает глаза. Ребёнок берёт его за руку, ведёт вокруг препятствий, стараясь их не задеть до своего места.

***Игра «Собери пазлы» Цель: помочь родителю почувствовать своё отношение к успехам и неудачам чужого ребёнка; развивать восприятие, мышление, зрительно-моторную координацию ребёнка***

Ребёнок и чужой взрослый сидят за столом друг против друга. На столе лежат разобранные пазлы. Ребёнок должен собрать пазлы воедино, а взрослый может помогать ему только словами.

**3этап** *Заключительный*

***Тест для родителей «Знаю ли я своего ребенка?»***

Родитель и ребенок садятся спиной друг к другу. Ведущий задает вопрос, родители отвечают письменно на специально подготовленных карточках. Дети отвечают, родитель поднимает карточку. Затем ответы сверяются.

1. любимая игрушка **ребенка**

2. любимая книжка

3. любимый мультфильм

4. любимое блюдо

5. имя друга

6. любимое занятие в садике

7. как любит, чтобы мама его называла

8. какой подарок ждет от деда мороза

*Обсуждение с просьбой родителей проанализировать дома свои ответы (также данные на втором тренинге).*

*Слова благодарности всем родителям за участие в тренинге.*

Использованная литература:

1.Попова Л.Н., Гонтаревская М.Н., Киселёва М.О. Детско-родительский клуб «Весёлая семейка». Практические материалы. – М.:ТЦ Сфера, 2012. – 128с. (Библиотека журнала «Управление ДОУ»). (6) 2. Коломийченко Л.В., Воронова О.А. Семейные ценности в воспитании детей 3-7 лет. – М., ТЦ Сфера, 2013. – 128 стр. – (Библиотека воспитателя). (6) 3.Аралова М.А. Справочник психолога ДОУ. – М., ТЦ Сфера, 2010. – 272 с. – (Справочник образования). 4.Фомина Л. К. Понятие и типы детско-родительских отношений // Молодой ученый. — 2014. — №2. — С. 704-707. — URL https://moluch.ru/archive/61/9043/ (дата обращения: 21.05.2019).