

Тренинг для приёмных родителей «Теплота семейных отношений»

Целью тренинга является: способствование улучшению детско-родительских отношений и формирование навыков эффективного взаимодействия.

Наша задача – показать родителям степень понимания своего ребенка, выработка навыков сотрудничества с ребенком, помочь глубже осознать свои отношения с детьми и эмоционально обогатить их.

Социальный педагог: Добрый день, уважаемые родители. Мы рады приветствовать вас на нашем тренинге. Сегодня тема нашей встречи будет проходить под названием «Теплота семейных отношений».

Когда в семье появляется ребенок, супруги становятся не просто мужем и женой, они становятся родителями. Вы прекрасно должны осознавать, что ребенок нуждается ни только в заботе и опеке, но и в любви. Практика показывает, что никакой даже самый идеальный детский дом не может адекватно заменить ребенку родителей.

Родительский дом начало, начал. С порога родительского дома начинается жизнь ребенка. В первые годы жизни закладываются модели поведения, основы характера, сценарий будущего. И порой дети видят в семье не то, что должен видеть и слышать ребенок. Поэтому понадобится много времени, усилий, терпения, для того, чтобы переориентировать ребенка на желаемое поведение.

Поэтому очень важно взрослым следить за тем, какой образ жизни ведет ваша семья, какой эмоциональный фон в ней преобладает. Может оказаться так, что родители ведут здоровый образ жизни, в квартире идеальный порядок, материальный достаток, но веет холодом, ребенок чувствует себя неуютно, считает себя лишним.

Что преобладает в ваших отношениях оптимизм или пессимизм, недоброжелательность или радушие, часто ли в вашей семье слышится смех.

В воспитании нет мелочей, каждый поступок важен и имеет свои последствия.

Детская психика очень ранима и уязвима. Именно в детстве возникают самые яркие и незабываемые впечатления. Если ребенок знает, что Вы неродной родитель, то общаться с ним нужно очень деликатно, т.к. то, что прощается родному человеку, не прощают чужому.

Ваша задача создать в семье условия психологического комфорта не только для приёмного ребёнка, но в - первую очередь для себя лично. Там, где счастливы родители, счастливы дети.

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

1. Упражнение «Доброе тепло» (10 мин.)

Цель: содействие сплоченности в группе, создание доброжелательной атмосферы.

- Сейчас я предлагаю вам познакомиться и поприветствовать друг друга. 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, и вспоминая, как ласково называли меня 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?

Вот в такой доброй и теплой атмосфере, наверное, и следует говорить о самом важном в жизни каждого человека – о родительской любви. Все считают себя любящими родителями, и это вполне естественно. Мы действительно обожаем своих детей, и лучшее подтверждение этому то, что мы чувствуем в душе постоянную любовь. Но детям важно еще одно – как мы проявляем это чувство.

Наиболее важно, особой ролью родительской деятельности является любить и воспитывать своих детей, а также формировать в них чувства высокого самоуважения и уверенности в себе.

Если ребенок не ощущает чуткости и любви со стороны окружающих, то у него возникает недоверчивое отношение к миру, а возможно и ощущение страха, которые могут сохраниться на всю жизнь.

«Счастье – это когда тебя любят и понимают», а это понимание не приходит само собой, ему нужно учиться.

2. Приветствие «Передай пакет»

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

Социальный 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?)

- Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определённых правил:

Мы не будем давать друг другу оценок, не будем никого обсуждать. Мы создадим атмосферу безопасности, доверия, открытости. Для этого нам необходимо вспомнить себя в детстве, поставить себя на место наших детей, а это позволит нам общаться, не стесняясь ошибок.

Родительская любовь принесет ребенку гораздо больше счастья, если он будет постоянно видеть и чувствовать ее. Наша задача — научиться проявлять любовь к ребенку, согревать его своей душевной добротой.

3 «Психологическая зарядка».

- Уважаемые родители, предлагаем вам выполнить определенные движения, если вы согласны с данными высказываниями:

- Если в вашей семье время от времени возникают “приступы непослушания” - **похлопайте в ладоши.**

- Если вы ребенка чаще хвалите, чем ругаете и наказываете - **дотроньтесь до кончика носа.**

- Если вы считаете себя хорошим родителем - **постучите кулачком в грудь.**

- Если у вас возникают какие-либо сложности или непонимание со своим ребенком - **моргните правым глазом.**

- Бывает ли в вашей семье так: вы наказываете ребенка, а другие члены семьи тут же начинают упрекать вас в излишней строгости и утешать ребенка – **то топните ногой.**

-Если вы считаете, что в воспитании детей главное - пример взрослых - **улыбнитесь.**

-Если вы делаете все возможное, чтобы вашему ребенку было комфортно в семье - **погладьте себя по голове.**

Социальный педагог: Зачастую родители и учителя, делая замечания детям в опасных для их жизни ситуациях, используют неверную тактику. Вместо того чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, родители говорят ему, что делать не надо.

В результате ребенок не получает нужной информации, а слова взрослого провоцируют его делать наоборот (Например. Что будет делать ребенок на слова: «Не подходи к телевизору!»).

Обращение к ребенку должно быть позитивным, т.е. предполагать ответное действие, а не бездействие.

4. Упражнение «Недетские запреты»

Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, – то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» – завязывается рот, «Не бегай» – завязываются ноги и т.д.

После того как выскажутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи – говори спокойно».

Рефлексия

Рефлексия участника, игравшего роль ребенка:

- Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали вашу свободу?
- Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?
- Какие чувства были у вас, когда вам предложили встать?
- Что хотелось развязать в первую очередь?
- Что вы чувствуете сейчас?

Рефлексия участников, игравших роль взрослого:

- Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?
- Что вам хотелось сделать?
- Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?
- Какие чувства вы испытываете сейчас?

Социальный педагог: Известно, что готовых рецептов воспитания не существует. Как действовать взрослому в той или иной ситуации, решать только ему. Однако можно проиграть, как в театре, сложные ситуации,

обсудить их и попытаться понять, что испытывает ребенок в том или ином случае.

У ребенка представления о мире еще не сформированы, а жизненный опыт ничтожно мал. Наша задача – задача взрослых людей, окружающих ребенка, – помочь ориентироваться в еще непонятном для него мире, объяснить, что опасно и непозволительно, а что допустимо и даже необходимо для малыша. Кто, если не взрослый, защитит ребенка, предостережет от опасностей и в то же время научит разбираться в бесконечных “нельзя” и “можно”! Чтобы научить этому детей, родителям самим нужно отлично в этом разбираться.

5. Упражнение «Ассоциации»

Социальный педагог: 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 4 команды. (Звучит музыка. «Моя семья»

1 команда.

Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово «Счастливый ребёнок».

2 команда.

Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово «Эффективный родитель»

3 команда.

Определите «помощников» и «врагов» душевных качеств человека. Составьте ассоциативный ряд.

«Помощники» - это....

«Враги» - это

(«Помощники» - щедрость, помощь, благодарность, понимание ...

«Враги» - жадность, зависть, злость, безразличие ...)

Вопросы родителям:

- Какие душевные качества вы цените в людях?

- Каких качеств больше у наших современных детей? Почему?

«Помощники душевных качеств» - душевная теплота, взаимопонимание, доверие – все это создает благоприятную среду для эмоционального и нравственного формирования личности.

«Враги» – безразличие членов семьи друг к другу, равнодушное отношение делают ребенка жестокими, агрессивными, тревожными и т.д.

Вывод: в каждой семье ребенок должен видеть тепло, любовь и уважение.

Что же делает ребенка добрым, душевным, благородным, щедрым мы узнаем от 3 группы, которые создавали «Добрые советы – помощники в воспитании ребенка»

4 команда.

Создайте несколько «Добрых советов – помощников в воспитании ребенка».

- Вести себя так, чтобы другим было приятно с вами.
- Помогать слабым, больным, старым, а также тем, кто попал в беду и т.д.

(Презентация работ. Обсуждение.)

6. Упражнение «Душа ребенка».

- У каждого из Вас есть сердечко (сердечки вырезаны из яркой бумаги), напишите на нем качество, которым вы хотите наделить вашего ребёнка, и поместите его в чашу.

Вывод: Посмотрите, какая яркая, красивая душа у ребенка! И такими же должны быть взрослые люди, среди которых живет ребенок, чтобы эта чаша не расплескалась, не разбилась, не потускнела, а стала еще богаче?

Социальный педагог: В завершение нашего разговора мы выведем «Формулу доброго отношения в семье»

- У каждого из вас есть ладошка, пожалуйста, подпишите ее, отвечая на вопрос:

7. Упражнение «Что Я делаю для того, чтобы мой ребенок стал СЧАСТЛИВЫМ?»

Подписанные ладошки прикрепите к нашему родительскому сердцу (нарисовано на плакате) Время работы 3 минуты.

Социальный педагог: Давайте взглянем на наши результаты! Посмотрите, какое наше родительское сердце большое, доброе, яркое! Оно щедро дарит нашим детям свое тепло, ласку, любовь, не выбирая время и место для этого. А наши ладошки – это руки, которые мы протягиваем нашим детям, чтобы поддержать их, помочь им или просто обнять. И очень хочется, чтобы такое сердце было в каждом доме и в каждой семье.

8. Упражнение «Зажечь свечу»

- Существует древняя притча:

«Бог слепил человека из глины, и остался у него неиспользованный кусочек.

- Что еще тебе слепить? - спросил Бог.

- Слепи мне счастье, - попросил человек.

Ничего не ответил Бог, и только положил человеку в ладонь оставшийся кусочек глины».

- Всё в наших руках. И счастье наших детей тоже в наших руках.

Социальный педагог: Я хочу, что бы пламя этой свечи уничтожило все ваши печали и невзгоды, тепло этой свечи согрело ваши сердца и души, её свет озарил ваши лица улыбкой и любовью.

А кусочек этого большого родительского сердца был в вашем доме всегда .

Давайте возьмемся за руки. Ведь только вместе мы сможем сделать наших детей счастливыми.

Давайте мысленно поблагодарим друг друга за нашу работу. Наберем воздуха и дружно погасим свечи.

Уважаемые родители, наш тренинг подошел к концу. Любите своих детей, больше времени проводите с ними, и тогда они вырастут здоровыми, уравновешенными и рассудительными. До новых встреч!

Рекомендации психолога «Общаться с ребенком. Как?»

1. Безусловное принятие

Первое правило общения родителя с ребенком — принятие его таким, какой он есть, без условий и требований. Ребенок должен жить с ощущением, что он в любом случае любимый, желанный, ценный и дорогой, даже если он поступил неправильно.

2. Недовольство

При этом выражать недовольство можно и нужно — но не самим ребенком, а конкретными его действиями. Не «ты плохой», а «ты поступил плохо», а еще лучше «мне плохо от того, как ты поступил».

3. Активное слушание

Пожалуй, главная техника, которой родителям следует научиться — это активное слушание в сложных ситуациях: когда ребенку грустно, трудно или плохо. Цель техники — дать ребенку понять, что в трудную минуту его слышат, к его проблеме неравнодушны, его понимают.

Чтобы активно слушать, нужно «возвращать» ребенку то, что он говорит, обозначая при этом чувства ребенка:

— Я не хочу делать уроки!

— Тебе неприятно заниматься русским языком

— Нет, просто там очень много!

— Ты боишься не успеть до завтра

4. Разрешение конфликтов

Конфликты — это нормально. Они бывают даже в самых дружных семьях. Хорошее разрешение конфликта — когда обе стороны получают то, чего они на самом деле хотели.

5. Передача ответственности

Передача детям ответственности за свои дела — самая большая забота, которую вы можете проявить по отношению к детям

Упражнение «Дерево Родительской Мудрости» (часть 1)

Задумывались ли вы о том, какой вы родитель? Сегодня я предлагаю немного

поразмышлять над этим вопросом. Предлагаю вам записать на листах в форме яблок ответ на вопрос: «Какой я родитель». Обсуждение.



Назови свой любимый цвет.
Назови свое имя.
Назовите 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?
Как ласково вас называли в детстве?
Какое ваше самое любимое время года?
Какое ваше любимое блюдо?

Закончите фразу: «Если бы я был ребёнком, то....»
Что обозначает Ваше имя?
Как ласково вы называете своих детей?

