

Тренинги для родителей

Тренинг психолога детского сада для родителей детей раннего возраста: «СЧАСТЛИВЫЙ МАЛЫШ»

Цель: Создать ситуацию знакомства, эффективного межличностного общения между родителями.

Развивать навыки коллективного взаимодействия, умение анализировать и планировать деятельность в команде.

Оборудование: цветные стикеры, цветные карандаши, воздушные шары, магнитофон, бумага формата А4 (или ватман), мешочек с задачами, фото детей и родителей.

Ход тренинга психолога детского сада для родителей:

Психолог.

Здравствуйте уважаемые родители, педагоги! Мы рады вас приветствовать в нашей первой младшей группе. Цель сегодняшнего нашего тренинга – больше познакомиться друг с другом и сплотиться. Ведь на протяжении всего обучения, воспитания и развития наших детей мы будем шагать вместе с вами бок о бок.

Для начала обсудим правила взаимодействия в группе, которых будем придерживаться во время тренинга.

Затем участники обсуждают и принимают такие основные правила:

1. Картинка «Волчок». Правило активности (быть активным);
2. Картинка «Ухо». Слушать и слышать каждого.
3. Картинка «Человечки с мыслями». Говорить по очереди.
4. Картинка «Два смайлика берутся за руки» – ценим толерантность, точность, вежливость.
5. Картинка «Круглый стол» – мир вокруг нас бурлит, а мы «здесь и теперь» – учимся.
6. Картинка «Часы» – это время. Используем его для себя наиболее эффективно.

Психолог. Возможно, будут дополнения? Согласны ли Вы и принимаете эти правила?

Психолог. Поступление малыша в детский сад – это его первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем детям дается легко. Наша задача сделать так, чтобы период адаптации прошел для ребенка безболезненно. Для этого между нами взрослыми, должны установиться дружеские, партнерские отношения.

Для этого мы сыграем в одну простую, но очень важную игру «Солнышко»

Встаньте, пожалуйста, в круг.

Берём в руки солнышко, сообщаем, например, я, Педагог-психолог Елена Владимировна. (Вы сообщаете чья Вы мама или папа, моя семья *(нужно прибавить, что характеризует вашу семью)* например она спортивная. Таким образом, передаём солнышко по кругу и знакомимся.

Ведущий говорит о том, что наш круг символизирует то, что нас объединяет одна цель – *воспитанием малышей и помощь им на новом этапе их жизни.*

Упражнение «Передай сундучок»

Цель: стимулировать внимание участников тренинга, активизировать их творческие способности, помочь родителям лучше узнать друг друга.

Предлагаю вам сундучок, в котором написаны задания. Сундучок передаем по кругу под музыкальное сопровождение. Когда музыка стихнет, тот, у кого сундучок, достает, читает задание и выполняет его. Игра продолжается до тех пор, пока не закончатся все задания.

Задачи:

Поете ли вы колыбельные вашему ребенку?

Какие сказки перед сном читаете своему ребенку?

Назовите любимое блюдо вашего ребенка.

Какую музыку вы слушаете?

Спойте свою любимую песню.

Какая пора года больше всего нравится вам?

Кем вы работаете и где?

Кем бы хотели стать в детстве, и исполнилась ли ваша мечта?

Чем занимаетесь в свободное время?

В какие игры любит играть ваш ребенок?

Вспомните приятные воспоминания из вашего детства.

Раскройте тайну своего любимого хобби.

Как вы проводите время вместе со своим ребенком?

Есть ли у вас семейные традиции, какие?

Вот мы с вами и познакомились. Поэтому время перейти к основной части нашей встречи.

Упражнение «Живой дом» !!!!

Цель: диагностировать субъективное восприятие психологического пространства семейных отношений.

Перед участниками лежит лист бумаги. Нужно написать в колонку имена 7-8 человек, которые влияют на их жизнь, рядом нарисовать дом, у которого обязательно должны быть фундамент, стены, окна, крыша, чердак, дверь, дымоход, порог, и предоставить каждой части дома имя конкретного человека. Затем происходит интерпретация результатов.

Фундамент – положительное значение: основная материальная и духовная опора семьи, тот на ком все держится; отрицательное значение: человек, на которого все давят.

Стены – человек, который отвечает за эмоциональное состояние семьи и автора рисунка непосредственно.

Окна – будущее, люди от которых родина ждет, на кого возлагает надежды (в норме – дети).

Крыша – человек в семье, который жалеет и оберегает автора рисунка, создает ощущение безопасности.

Чердак – символизирует секретные отношения, а также желание автора иметь с этим человеком более доверчивые отношения.

Дымоход – человек, от которого автор рисунка получает или хотел бы получить особую опеку, поддержку.

Двери – информационный портал, тот кто учил строить отношения с миром.

Порог – человек, с которым автор рисунка хотел бы общаться в будущем.

Выводы. Методика дает возможность за короткое время определить роль автора рисунка с каждого члена семьи.

Упражнение «Счастливый малыш»

На листе ватмана родителям предлагается создать образ счастливого малыша и презентовать свои рисунки, каждая группа отдельно.

Обсуждение рисунков.

Психолог. Семья - самое главное в жизни для каждого из нас. Семья – это близкие и родные люди. Те, кого мы любим, с кого берем пример, о ком заботимся, кому желаем добра и счастья. Именно в семье мы учимся любви, ответственности, заботе и уважению.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети – это дефицит общения. Им не хватает родительского внимания, ласки, заботы.

Теперь предлагаю немного отдохнуть и снять напряжение.

Упражнение на снятие напряжения «Воздушный шарик»

Участникам тренинга выдаются воздушные шарики. Предлагаются вопросы, в которых указаны ситуации, когда возникает раздражение у родителей во время общения с ребенком. Если указанный пример имеет место, участник вдыхает воздух в шарик.

- Сейчас мы проведем упражнение «Воздушный шарик». Я буду называть ситуации, в которых возможно возникновение раздражения у взрослых.

- Если названная ситуация имеет место в вашем общении с ребенком, вдыхаете воздух в шарик и крепко держите, чтобы не выходил воздух.

Ситуации

- Хотите позвонить, но ребенок постоянно вас отвлекает.
- Когда ребенок без удержу вас что-то просит.
- С кем-то разговариваете, а ребенок постоянно вмешивается в вашу беседу.
- Общаетесь с ребенком и не чувствуете в ответ адекватной реакции.
- Разговариваете с ребенком, а он начинает у вас что-то требовать, переходя на крик.

Или вас раздражают детские просьбы.

После того, как шарики наполнились воздухом, участникам предлагается высказать мнения, относительно того, как преодолеть раздражение в общении с собственным ребенком. По мере поступлений предложений по преодолению раздражения участники выпускают воздух из шарика, тем самым условно уничтожая раздражение и стресс.

Коробка эмоций

Психолог предлагает родителям сложить в «коробку эмоций» их впечатления, переживания, эмоции, запрос (Написать на сердечках).

Завершение

Есть такая замечательная притча о воспитании ребенка:

Мать спросила мудреца, когда лучше начинать воспитание ребенка.

- Сколько ему лет? - спросил мудрец.

- Пять.

- Пять лет! Беги скорее домой! Ты уже на пять лет опоздала.

Запомните для себя: НИ ОДИН, ДАЖЕ САМЫЙ ХОРОШИЙ ПЕДАГОГ НЕ ЗАМЕНИТ РЕБЕНКУ МАТЕРИ И ОТЦА.

**Советы психолога
по созданию эмоционального комфорта для развития и воспитания
детей раннего возраста.**

Памятка для родителей

1. Обращайтесь к ребенку ласково по имени. Пусть в ваших словах звучит любовь к ней.
 2. Интересуйтесь желаниями ребенка. Старайтесь разумно и полезно удовлетворять их.
 3. Сделайте детство ваших детей спокойным, защищенным, радостным, полным приятных впечатлений.
 4. Тактично решайте конфликты с ребенком.
- Самое важное – любите его! Дети по – разному чувствуют любовь, но каждый ребенок в ней нуждается.

Спасибо каждому из вас за активное участие в тренинге, за вашу открытость. Теперь мы - дружная команда.

Мы будем совместными усилиями закладывать фундамент доброжелательных отношений в детском саду и в родительских коллективах.

Чтобы ребенку в детском саду было весело, хорошо, интересно, чтобы он с радостью шел в детский сад, дружил с ребятами и довольным возвращался домой. Желаю вам всегда понимать ваших детей

До свидания!!! До новых встреч!!!