

Тренинг «Эффективное взаимодействие с детьми».

Цель: содействовать эффективному общению между родителями и детьми, побудить родителей к анализу своей родительской позиции.

Задачи:

- познакомить родителей со способами взаимодействия с окружающими;
- содействовать формированию у родителей ответственного отношения к воспитанию детей;
- способствовать развитию эффективного взаимодействия.

Организация тренинга: группа от 15 до 20 человек.

Форма проведения тренинга – круг, возможно свободное перемещение по кабинету.

Продолжительность – 100 минут – 120 минут

Вступительная часть.

«Знакомство с родителями». (15 минут)

Цель: знакомство участников тренинга

Описание упражнения: родителям необходимо оформить визитки, написать имя, затем, когда все участники оформили свои визитки, познакомиться друг с другом, назвать свое имя и основную характеристику о себе как о родителе, однако все факты о себе должны начинаться с первой буквы, которые имеются в имени. (если назвать характеристику на первую букву имени участник затрудняется, другие могут помочь, назвать разные варианты на эту букву)

Например:

О – оберегающая

Л – любящая

М – мягкая

Г – гладящая

А – активная

Обсуждение упражнения. Насколько легко было придумать характеристику себе? Соответствует ли она действительности? Можете ли вы что-либо добавить?

Актуализация темы и правила группы (5 минут)

Общение – это главное условие для развития и жизни человека. Каким вы видите общение с вашими детьми? Какие встречаются у вас трудности?

Не всегда мы знаем выход из сложившихся ситуаций. Мы живём в очень сложное время. Детям хочется тепла, ласки, понимания, а мы часто пытаясь заработать на хлеб насущный, приходим домой уставшими, на общение часто уже не способными, а иногда и не знаем, что спросить еще кроме знаменитого вопроса: «Какую отметку ты сегодня получил?». Растёт стена непонимания и недоверия, возникают конфликты не только в семье, но и в школе и в общении со сверстниками.

Сегодня мы с вами и обсудим такую важную тему – «Эффективное взаимодействие с детьми».

Для того что бы понимать с чего начать корректировать «свое» общение необходимо понимать как вы взаимодействуйте.

В каждой тренинговой группе могут быть свои правила, но приведенные ниже должны лежать в основе ее работы. Для свободного обсуждения и эффективной работы можно рассмотреть следующие правила работы в группе:

1. Общение на основе доверия. Важно, чтобы участники максимально доверяли друг другу.

2. Общение по принципу «здесь и сейчас». Важно говорить о своих актуальных чувствах и мыслях.
3. Искренность общения. Все члены группы должны попытаться отбросить все роли, быть самим собой. Если нет желания высказываться искренне и откровенно, лучше промолчать.
4. Конфиденциальность. Все, что происходит во время занятий, ни в коем случае не разглашается.
5. Активность.
6. Уважение к тому, кто говорит. Когда высказывается кто-то из участников, мы его внимательно слушаем, не перебиваем. Не критикуем и признаем право на выражение своего собственного мнения.
7. Правило «Стоп». Когда участник не хочет обсуждать тему или вопрос он говорит «Стоп».

«А я делаю так!» (15 минут)

Цель: обменяться опытом эффектовного взаимодействия с членами семьи.

Инструкция. Подумайте и запишите, что помогает вам общаться с членами своей семьи, а что мешает. Подумайте о правилах, традициях и законах в вашей семье.

Рефлексия. В каждой семье свои правила, традиции и законы, которые должны соблюдаться каждым членом семьи, поделитесь, пожалуйста тем, что помогает вашей семье эффективно взаимодействовать. Важно ли вам обязательное соблюдение правил? Что происходит если их не соблюдают? Как это влияет на взаимодействие?

«Родительский портрет» (35 минут)

Цель: создать портрет идеального родителя на основании анализа качеств особенностей животных, проанализировать уровень развития этих качеств и навыков в себе.

1 этап: участники делятся на микрогруппы следующим образом – по очереди и по порядку называют цифры 1,2,3,4, далее участники, назвавшие цифру 1 образуют микрогруппу 1 , участники, назвавшие цифру 2 образуют микрогруппу 2, участники, назвавшие цифру 3 образуют микрогруппу 3, участники, назвавшие цифру 4 образуют микрогруппу 4. (количество микрогрупп зависит от общего количества участников, желательно образовать микрогруппу в составе 4-5 человек)

2 этап: **Инструкция.** Представьте, если бы вы как родитель были животным. Что бы это был за зверь? Какие качества и особенности разных животных могли бы в нем сочетаться? Находясь в своей микрогруппе, участники фиксируют необходимые качества и составляют общегрупповой портрет получившегося животного. Можно фантазировать! (это могут быть фантастические создания, например, с большими ушами слона и зорким взглядом голубя).

3 этап: каждая микрогруппа представляет свой портрет и рассказывает какими качествами должен обладать родитель.

4 этап: тренер предлагает каждому обратиться к анализу наличия и уровня развития этих качеств и навыков в себе.

Рефлексия. Что ценного было для Вас в данном упражнении и что нового вы бы хотели сделать уже завтра, чтобы стать более эффективным родителем.

Тест «Мера заботы» (15 минут)

Инструкция: известно, что многие нарушения в поведении и развитии ребенка связаны с недостаточным вниманием к нему родителей. Однако, как считают психологи, чрезмерная опека может оказаться опасна так же, как и ее недостаток.

Этот тест поможет Вам разобраться, насколько верна Ваша воспитательная позиция. Перед Вами 15 утверждений. На первый взгляд, может показаться, что не все они имеют отношение к воспитанию. Тем не менее против каждой фразы отметьте число баллов, соответствующие вашему суждению по данному вопросу.

"Категорически не согласен" - 1 балл.

"Я не спешил бы с этим согласиться" - 2 балла.

"Это, пожалуй, верно" - 3 балла.

"Совершенно верно, я считаю именно так" - 4 балла.

1. Родители должны предвидеть все проблемы ребенка, чтобы помочь ему их преодолеть.

2. Для хорошей матери достаточно общения только с собственной семьей.

3. Маленького ребенка следует всегда крепко держать во время мытья, чтобы он не упал и не ушибся.

4. Когда ребенок делает то, что обязан, он находится на правильном пути и благодаря этому будет счастлив.

5. Хорошо, если ребенок занимается спортом. Но спортивными единоборствами ему заниматься не следует, так как это чревато физическимиувечьями и нарушениями психики.

6. Воспитание - это тяжелый труд.

7. У ребенка не должно быть тайн от родителей.

8. Если мать не справляется со своими обязанностями по отношению к детям, это, скорее всего, означает, что отец плохо выполняет свои обязанности по содержанию семьи.

9. Материнская любовь не может быть чрезмерной: любовью ребенка не испортишь.

10. Родители должны ограждать ребенка от негативных сторон жизни.

11. Не следует приучать ребенка к рутинной домашней работе, чтобы он не потерял охоту к любой работе.

12. Если бы мать не руководила домом, мужем, детьми, все происходило бы менее организованно.

13. В рационе семьи все самое вкусное и полезное должно в первую очередь доставаться ребенку.

14. Лучшая защита от инфекционных заболеваний - ограничение контактов с окружающими.

15. Родители должны активно влиять на то, кого из сверстников выбирает ребенок себе в друзья.

Обработка результатов

Если вы набрали свыше 40 баллов, то Вашу семью, вероятнее всего, можно назвать детоцентристской. То есть интересы ребенка - главный мотив Вашего поведения. Такая позиция достойна одобрения. Однако у Вас она несколько заострена. Психологи называют это чрезмерной опекой. В подобных семьях взрослые все выполняют за ребенка, стремятся оградить его от мнимых опасностей, заставляют следовать своим требованиям, суждениям, настроениям. В результате у ребенка формируется пассивная зависимость от родителей, которая по мере взросления все более препятствует личностному росту. Вам следовало бы больше доверять своему ребенку, верить в него, прислушиваться к его собственным интересам, ведь верно замечено: "Воспитывать детей - значит учить их обходиться без нас".

От 25 до 40 баллов. Вашему ребенку не грозит стать распущенными и избалованными, поскольку вы уделяете ему достаточное, но не чрезмерное внимание. Постарайтесь сохранить этот уровень отношений.

Если Вы набрали менее 25 баллов, то Вы явно недооцениваете себя как воспитателя, слишком полагаетесь на случай и благоприятное стеченье обстоятельств. Проблемы в деловых и супружеских взаимоотношениях часто отвлекают Ваше внимание от ребенка. А он вправе ожидать от вас большого участия и заботы!

Рефлексия. Совпад ли результат теста с вашим представлением о вашей воспитательной позиции, поделитесь, пожалуйста.

«Шиворот навыворот» (15 минут)

Цель: закрепить информацию, полученную в предыдущем упражнении, снять эмоциональное напряжение.

Инструкция. Разделитесь на группы по два человека. Возьмите по листу бумаги и составьте рекомендации для родителей по воспитанию детей. Название рекомендаций: «Что нужно делать, чтобы потерять доверие ребенка?», «Как отучить ребенка от самостоятельности», «Как занизить самооценку ребенка» и др. Зачитайте их и обсудите.

Рефлексия. Есть ли что-то в этих рекомендациях, что кажется вам знакомым, делали вы что-то подобное. Что вы чувствуете сейчас?

«Семья – в лучах солнца» (10 минут)

Цель: установка на реализацию поставленных целей.

Инструкция. Участникам предлагается рисунок огромного солнца (символизирует семью), а на лучах его приклеить, написанные на стикерах фразы-установки, позитивные намерения каждого, пожелания семьи. В конце занятия звучит веселая музыка, и участники надувают разноцветные воздушные шары с пожеланиями участникам и дарят их друг другу.

Ведущий. Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает любовь полученную извне. Если детей одаривают в семье любовью, то и они ее вам вернут. Если им ничего не дается, то им нечего и возвращать. Говорите своим детям чаще ласковые слова, слова любви к ним! Чаще обнимайтесь, искренне и с интересом расспрашивайте о прошедшем дне. Дети должны точно знать, что это. Семья всегда с ним, в любых ситуациях окажет поддержку, поймет. Он – единственный и неповторимый, личность!

«Рефлексия занятия» (10 минут)

Ведущий. С какими чувствами, мыслями вы уходите домой? Что нового и интересного узнали? Какие упражнения были для вас наиболее трудные. Вспомните понравившиеся моменты занятия? Какой самый важный совет вы хотели бы дать самому себе?