

муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 283 общеразвивающего вида  
с приоритетным осуществлением деятельности по  
художественно-эстетическому направлению развития детей» (МБДОУ № 283)  
660012, Красноярск, ул. Судостроительная, 115, тел. 269-10-79  
ИНН/КПП – 2464035656/246401001, ОГРН – 1022402305958, ОКПО – 53025112,  
e-mail: dou283@mailkrsk.ru

---

**Родительский клуб  
«Семейная Академия»**

**Цель создания и функционирования родительского Клуба:** повышение психолого-педагогической культуры родителей, путем приобретения ими психологических и педагогических знаний и умений; предоставление возможности общения и обмена опытом в решении проблем; создание и поддержание условий для сохранения целостности семьи и полноценного развития детей в семье, гармонизация семейных отношений, способствующих формированию равноправных партнёров.

**Задачи:**

- оказание психолого-педагогической помощи родителям;
- пропаганда положительного опыта семейного воспитания;
- повышение педагогической культуры родителей в области воспитания детей и способствовать формированию родительских навыков;
- развитие новых форм общественно-семейного взаимодействия и обучение продуктивным способам разрешения семейных конфликтов;
- обогащение семейного досуга культурными мероприятиями.

**Условия реализации Клуба**

*Время* – Длительность занятий 40-60 минут в зависимости от настроения группы, количества участников и т.д.

*Материалы и инструменты* – магнитофон, диски и аудиокассеты с релаксационной музыкой, авторучки, карандаши, краски, белая бумага А-4, цв. бумага, ножницы, клей ПВА и мн. др.

*Количество участников* – 5-15 человек.

**Содержание программы**

Основные *принципы* работы Клуба: добровольность, компетентность, индивидуальный подход, открытость, постоянство обратной связи, соблюдение этических норм, диалогизация взаимодействия.

*Участниками* Клуба могут быть: родители воспитанников, другие социально ответственные родственники несовершеннолетних.

*Формы организации работы* Клуба: «круглый стол», психологический практикум, тренинги, «мастер-классы», обсуждение опыта семейного воспитания, коллективные творческие работы и др.

*Структура заседаний Клуба:*

1. *Теоретическая часть* – проводится в форме живого диалога (а не в форме лекции-поучения), родители в доступной форме получают информацию по теме заседания, задают вопросы, формулируют проблемы, активно участвуют в обсуждении.

2. *Практическая часть* – предполагает реализацию (или хотя бы «репетицию» реализации) приёмов, подходов, методов, способствующих разрешению обозначенных проблем.

3. *Коммуникативная, интерактивная часть* – подразумевает обязательное взаимодействие всех участников в различных специально созданных ситуациях (игровых, тренинговых).

4. *Обратная связь* – момент рефлексии, тот этап, на котором все участники Клуба могут проанализировать полученную информацию и впечатления,

поделиться своими мыслями и ощущениями. На этапе «обратной связи» родители могут получить небольшое «домашнее задание» по теме заседания, буклеты, распечатки с рекомендациями, заданиями и тому подобные практические материалы, чтобы использовать их в процессе воспитания ребёнка.

*Главные принципы при подготовке материалов к каждому этапу заседания это:*

- позитивный настрой;
- отсутствие назидательности и нравоучений;
- «авансирование» тех положительных качеств и свойств, которые мы хотели бы сформировать.

Тематика работы родительского клуба в ДОО планируется на учебный год, при этом запросы родителей также принимаются во внимание. Формы работы родительского клуба в ДОО могут различаться в зависимости от темы, задач встречи, состава участников, и проводиться: в виде круглого стола; в форме консультаций; мастер-класса или тренинга; в виде практикума; в форме обмена опытом воспитания внутри семьи; решение педагогических ситуаций; в виде совместных празднований. Для проведения занятий родительского клуба в ДОО часто используется музыкальный зал. Участвовать в мероприятии приглашаются все желающие из числа родителей, других членов семьи, а также гости. Это могут быть учителя школ коррекции, они приглашаются для родителей воспитанников - будущих первоклассников этих школ. Принципы работы родительского клуба в ДОО: участвовать в работе клуба исключительно на добровольной основе; учитывать рекомендации, мнения, предложения членов клуба; выстраивать общение друг с другом на основе взаимоуважения, сопереживания, взаимопонимания, толерантности; подходить к работе клуба с творческой ноткой; Темы встреч родительского клуба в детском саду Темы встреч с семьями воспитанников формируются в зависимости от задач, которые стоят перед детьми конкретной возрастной группы, и на основании пожеланий родителей.

### **Структура заседаний Клуба «Семейная Академия»**

1. Теоретическая часть
2. Практическая часть
3. Коммуникативная, интерактивная часть
4. Обратная связь

## Годовой тематический план заседаний

Месяц	Тема заседания
Сентябрь	«Наши дети»
Октябрь	«Роль мамы в жизни ребенка»
Ноябрь	«Правила в жизни ребенка»
Декабрь	«Папа, мама, я – счастливая семья»
Январь	«Мы вместе»
Февраль	«Семейные ценности»
Март	«Личные границы»
Апрель	«Секреты психологического здоровья»
Май	«Я родитель, а это значит...»

### Прогнозируемый результат:

Участие в работе Клуба поможет родителям снять эмоциональное напряжение – так называемого «конфликта поколений», появившегося и у родителей, и у детей. Появится желание идти на контакт друг к другу, пересмотреть устоявшиеся нормы в связи с вновь возникшими обстоятельствами, чутко реагировать на изменение семейного климата и двигаться в направлении его улучшения, родители и дети научатся слышать друг друга и вставать на противоположную сторону. Повысится психолого-педагогическая культура родителей, которая в свою очередь поспособствует сохранению целостности семьи и полноценного развития детей в семье, гармонизация семейных отношений, формированию равноправных и равноответственных партнёров. К тому же родители и дети смогут обогатить семейный досуг культурными мероприятиями, благодаря которым семья укрепляется и сплачивается.

Итоги работы родительского клуба в ДОО заслушиваются на итоговом педагогическом совете, а также на заседании психолого-педагогической комиссии. Ожидается, что работа с родительским клубом в ДОО должна принести такие результаты, как: обогащение педагогических знаний и умений родителей; укрепление чувства уважения и доверия к сотрудникам дошкольного учреждения; повышение результативности обучения детей за счет того, что родители начинают больше вникать в воспитательный процесс работы ДОО, а также узнают о новых видах деятельности, которыми можно занять малышей дома.

## Тема заседания № 1 - "Наши дети"

**Цель:** ознакомление участников с целями, задачами клуба; формирование установки на активную работу; повышение родительской компетенции.

### **Задачи:**

- знакомство участников, установление контакта;
- установление доверительных отношений в группе;
- знакомство с правилами групповой работы;
- формирование позитивного отношения к ребенку.

### **Материал:**

- листы бумаги формата А4, ручки, карандаши, магнитофон, раздаточный материал.

### **Ход заседания:**

#### **1. Ритуал приветствия.**

Все участники, взявшись за руки, образуют круг и, сначала шепотом, затем обычным голосом и очень громко, говорят: «Добрый вечер».

#### **2. Вступительное слово ведущего:**

- Мы все выросли в семье и знаем, что это первичная и важнейшая среда жизнедеятельности ребенка. Семья имеет наибольшее значение в формировании и становлении личности ребенка. Семейное окружение, те отношения, которые складываются между членами семьи, оказывают огромное воздействие на дальнейшую жизнь маленького человека, формируют его представление о мире, людях, о добре и зле. Ребенок впитывает в себя все то, что видит в своей семье. Каждый из нас, конечно же, хочет видеть своего ребенка счастливым, удачливым, благополучным. Мы с вами собрались, чтобы вместе научиться, как этого достичь, научиться общаться со своим ребенком, пополнить свои знания.
- Обсуждение предполагаемой работы в клубе, цели, задачи, общие положения. Знакомство с тематикой занятий. Предложения по организации работы.
- Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определенных правил. Я зачитаю их, а вы обсудите, выберите те, которые подходят нам для эффективного взаимодействия:
  - нельзя говорить долго и не по теме, говорить четко и конкретно;
  - нельзя перебивать друг друга, соблюдать правило «поднятой руки»;
  - быть активным, принимать участие во всех видах деятельности;
  - безоценочные суждения;
  - здесь и сейчас.

Итак, правила поведения на тренинге мы определили. Возможно, кто-то хочет внести коррективы?

А сейчас мы познакомимся.

**3. Упражнение «Имя и качество».** Каждый участник, начиная с ведущего, называет свое имя и качество на первые буквы имени, которое больше подходит ему по характеру.

**4. Упражнение «Снежный ком».** Закрепление имен с помощью упражнения.

**5. Упражнение «Объединитесь те, кто ...»** Развитие навыков невербального общения.

- объединитесь по количеству детей в семье;
- объединитесь по полу детей в семье;
- объединитесь те, кто каждый день играет с ребенком;
- объединитесь те, у кого хорошие взаимоотношения с ребенком.

**6. Упражнение «Ожидания от предстоящей работы».**

Участники по кругу высказывают свои ожидания от работы в группе в процентном соотношении и насколько готовы вложиться в общую работу.

**7. Медитация «Погружение в детство».**

- Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Если вы хотите откашляться, сделайте это сейчас.
- Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию, оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах.
- Поток времени уносит вас в детство, в то время, когда вы были маленькими. Представьте тёплый весенний день, вам 5, 6 или 7 лет, представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идёте по улице, посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идёте по улице, рядом с вами близкий человек, посмотрите, кто это, вы берёте его за руку и чувствуете его тёплую нежную руку.
- Затем вы отпускаете его и убегаете весело вперёд, но не далеко, ждёте своего близкого человека и снова берёте его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете голову и видите, что держите за руку совершенно другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему, он вас обнимает, ласково гладит, целует, снова берет за руку, вы идёте дальше вместе и смеетесь над тем, что произошло. Вам тепло, уютно и спокойно...
- А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату, и когда вы будете готовы, откроете глаза.
- Вспомните, как часто мы сами бываем ласковыми и нежными со своими детьми? Достаточно ли заботы и тепла даем своим детям? Чувствуют ли они себя защищенными рядом с нами?
- Мы – родители, и наша задача дать детям все это. А это целая палитра чувств. Для каждого ребенка важно знать и чувствовать, что его любят, ценят его успехи, помогут при неудачах, защитят, если это нужно. Огромно влияние отношений родителей и ребенка на дальнейшую жизнь малыша, на то, как сложатся его отношения в собственной семье, с другими людьми. Поэтому давайте задумаемся над тем, какой багаж получают наши дети, общаясь с нами...

**8. Упражнение-кластер «Хорошо или плохо».** Участники делятся на 2 группы. Каждая группа по очереди заканчивает фразу «Быть родителем хорошо, потому что...», «Быть родителем плохо, потому что...». Составляют кластер и делают вывод, что же лучше. Обсуждаются результаты.

**9. Тест «Какой вы родитель?»** Мы предлагаем вам с помощью данного мини-теста определить, какие вы родители. Отметьте те фразы, которые вы часто употребляете в общении со своими детьми:

- сколько раз тебе повторять! 2б
- посоветуй мне, пожалуйста! 1б
- не знаю, чтобы я без тебя делал(а)! 2б
- и в кого ты только уродился? 2б
- какие у тебя замечательные друзья! 1б
- ну, на кого ты похож(а)! 2б
- я в твое время! 2б
- ты моя опора и помощник(ца)! 1б
- ну что за друзья у тебя! 2б
- о чем ты только думаешь? 2б
- какая ты у меня умница! 1б
- а ты как считаешь, сынок(доченька)? 1б
- у всех дети как дети, а ты! 2б
- какой(ая) ты у меня сообразительный(ая)? 2б

- Теперь подсчитайте количество баллов и послушайте ответ:

**7-8 баллов.** Вы живете с ребенком душа в душу. Он искренне любит и уважает вас. Ваши отношения способствуют становлению личности.

**9-10 баллов.** Вы непоследовательны в общении с ребенком. Он уважает вас, хотя и не всегда с вами откровенен. Его развитие подвержено влиянию случайных обстоятельств.

**11-12 баллов.** Вам необходимо быть к ребенку повнимательнее. Вы пользуетесь у него авторитетом, но, согласитесь, авторитетнее заменит любви, развитие вашего ребенка зависит от случая в большей степени, чем от вас.

**13-14 баллов.** Вы и сами чувствуете, что идете по неверному пути. Между вами и ребенком существует недоверие. Пока не поздно, постарайтесь уделять ему побольше внимания, прислушивайтесь к его словам.

Каждый из нас получил определенный результат. Кого-то это, возможно, заставит задуматься, а кто-то останется доволен. И все-таки помните, что мы всегда должны совершенствоваться, стремиться к лучшему. Наш мини-тест лишь намек на действительное положение дел, ведь то, какой же вы родитель, не знает никто лучше вас самих.

**Совет.** Мы не хозяева жизни своих детей. Мы не можем знать их судьбы. Мы не до конца знаем, что хорошо, что плохо для их будущего. Поэтому будем осторожнее во всех решениях, которые могут повлиять на путь ребенка.

**10. Упражнение «Портрет моего ребенка в лучах солнца».**

- Нарисуйте солнце, в центре солнечного круга напишите имя своего ребенка или нарисуйте его портрет. Затем вдоль лучей напишите все его достоинства, все, что вы в нем цените, а также те черты, которые вам не совсем по душе. Внимательно посмотрите на этот портрет.

Это – ваше солнышко, со всеми его лучиками, это часть вас самих, то, ради чего вы живете.

Помните, что ребенку нужна ваша безусловная любовь. Любите своих детей не за что-то, а просто потому, что это ваша плоть и кровь. Принимайте и их такими, какие они есть, со всем, что вам в них нравится и не нравится. Давайте учиться любить детей так, чтобы они поняли это, почувствовали вашу любовь, - тогда они в будущем станут хорошими родителями.

### **11. Упражнение «Чего хотят дети?».**

- Вспомните, чего вам хотелось больше всего в детстве, чего не хватало? Высказывание по кругу и обсуждение. Мы вам предлагаем всем вместе собрать эту детскую мозаику. В результате получается «сердце».

Вывод – на самом деле, чего хотят дети – это много любви, тепла и ласки.

**12. Притча «Понимание».** В давние времена жила семья – 1000 человек. И в ней царили – мир, любовь и согласие. Молва об этом долетела до правителя, и он спросил у главы семьи: «Как вам удается жить никогда, не ссорясь, не обижая друг друга?». Старец взял бумагу и написал на ней что-то. Правитель посмотрел и удивился. На листе было начертано 100 раз одно и то же слово «понимание».

### **13. Обратная связь. Рефлексия.**

Участники по кругу высказывают свои впечатления от работы в группе и насколько оправдались ожидания.

### **14. Ритуал прощания.**

Все участники, взявшись за руки, образуя круг, говорят: «До свидания». В конце вручаются памятки «Советы родителям».

## **«Советы родителям»**

### **СЕМЬ ГЛАВНЫХ ПРАВИЛ**

Что значит для меня моя семья?

Конечно – счастье и уют домашний,

Семь правил обязательно храня,

Лишь только семь, но очень – очень важных.

Во-первых, это главное, - любовь.

Всем сердцем и душой всей, и разумом.

Не просто, чтоб бурлила страстью кровь,

А трепетно, и каждый день по-разному.

Второе – дети. Что за дом без них?

Пустыня без колодца – не напиться.

А дети – это жизнь, это родник

И продолжение рода. Пусть струиться!

Потом – забота. Лишь она

Очаг семейный сбережет от ветра.

Старайся, чтоб с улыбкою весна

Была всегда с тобою, а не где-то.

Четвертое – терпение. Оно

Поможет пережить невзгоды, беды ...

И отогреет солнышком окно,

Что инеем заледенело белым.



А пятое – ответственность и долг  
В фундаменте семейном веский камень.  
Они помогут защитить любовь,  
От ветра убережешь душевный пламень.  
Шестое – уважение. Только с ним  
Приобретешь успех, признание общее.  
Всегда, считаясь с мнением других,  
Научишь, чтоб с твоим считались собственным.  
И, наконец, седьмое – чистота  
Везде – в доме, в душе твоей и помыслах...  
Вот так я представляю свой очаг,  
Где я любима, счастлива, где полностью.  
Быть родителем – значит пройти великую школу терпения. Нам следует  
помнить простые истины:

Дети должны быть для нас, прежде всего не потенциальными спортсменами, музыкантами или интеллектуалами – они должны быть просто детьми. Если мы будем их любить независимо от того, плохо или хорошо они себя ведут, то дети скорее избавятся от раздражающих нас привычек и выходов. Если мы будем любить их только тогда, когда ими довольны (обусловленная любовь), это вызовет в них неуверенность, станет тормозом в их развитии. Если наша любовь будет безоговорочной, безусловной, наши дети будут избавлены и от внутриличностного конфликта, научатся самокритичности. Если мы не научимся радоваться детским успехам, дети будут чувствовать себя некомпетентными, утвердятся в мысли, что стараться бесполезно – требовательным родителям всегда надо больше, чем ребенок может.

#### **Психологи советуют мамам и папам:**

Для установления взаимосвязи с детьми, для того, чтобы найти с ними общий язык, - СМОТРЕТЬ ДЕТЯМ В ГЛАЗА! Пусть ваш взгляд будет открытым и любящим.

Для ребенка ВАЖЕН ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ. Не обязательно целовать и обнимать ребенка – достаточно дотронуться до его руки, похлопать по плечу, взъерошить волосы – ваше прикосновение делает его более уверенным в себе. Особенно важен такой контакт, когда ребенок болен, устал, когда ему грустно.

Важно не количество времени, проведенного с ребенком, а КАЧЕСТВО ОБЩЕНИЯ. Надо уметь ВДУМАТЬСЯ в то, что ребенок хочет, ВСЛУШАТЬСЯ В ЕГО СЛОВА.

### **Тема заседания № 2 «Роль мамы в жизни ребенка»**

**Цель:** содействовать осознанию родителей своей роли в развитии ребенка раннего возраста для формирования взаимного доверия и эмоционального благополучия семьи.

### **Задачи:**

- раскрыть особенности влияния родителей на психическое развитие детей раннего возраста;
- определить разницу отцовского и материнского воспитания;
- помочь родителям лучше понять своего ребенка;
- выработать эффективные навыки взаимодействия с ребенком раннего возраста.

### **Материал:**

- листы бумаги формата А4, ручки, карандаши, магнитофон, раздаточный материал, мяч.

### **Ход заседания:**

#### **1.Ритуальное приветствие**

Игра «Давайте познакомимся». Предлагают каждому представиться, назвать свое имя и своего ребенка, и 1-2 качества, которые нравятся в вашем ребенке (для передачи слова используется мяч).

Обобщение высказываний родителей: названные сильные стороны характера, поведения детей помогут им лучше, легче адаптироваться к новой группе.

**2. Вступительное слово ведущего:** Сегодня мы собрались с вами поговорить о самом дорогом, что есть у нас, – о наших детях. Поступление малыша в детский сад – это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем дается легко. Эмоциональное состояние маленького человека и его отношение к миру имеют огромное значение в психическом развитии ребенка. Положительные эмоции создают благоприятные условия не только для режимных процессов, но и для формирования навыков поведения. Они влияют на установление социальных связей сначала со взрослыми, а затем и сверстниками, на поддержание и развитие интереса ко всему, что происходит вокруг. Ведущая роль в жизнедеятельности ребенка принадлежит взрослому, а значит, именно мы можем повлиять на его благополучное эмоциональное развитие. Для этого между нами взрослыми: и педагогами, и родителями – должны установиться дружеские, теплые взаимоотношения. Важнейшей характеристикой этого возрастного этапа является неустойчивость эмоциональной сферы ребенка. Его эмоции, формирующиеся в это время чувства, отражающие отношение к предметам и людям, еще не фиксированы и могут быть изменены в соответствии с ситуацией. Поэтому роль родителей в эмоциональном состоянии ребенка огромна. Чем же отличается материнская психология от отцовской? В чем разница между материнским и отцовским воспитанием? О природе материнского поведения, заложенного природой, существуют споры. Однако с эволюционной точки зрения функция матери состоит в обеспечении адекватной заботы о потомстве. Плюс к этому добавляются социокультурные обязанности: воспитание, развитие и прочее. У матери с ребенком более тесная эмоциональная связь изначально с момента рождения ребенка (кормление грудью, физический уход). Материнская забота обеспечивает возможность принятия, отцовская

же забота побуждает к отдаче. И то и другое необходимо для развития личности. Отцовская любовь по сравнению с материнской – любовь требовательная, условная любовь, которую он должен заслужить. Отцовская любовь не является врожденной, а формируется на протяжении первых лет жизни ребенка. Для того чтобы заслужить отцовскую любовь, ребенок должен соответствовать определенным социальным требованиям и отцовским ожиданиям в отношении способностей, достижений успешности. Любовь отца служит как бы наградой за успехи и хорошее поведение, отец видит в мальчике продолжателя рода, поэтому выполняет как бы функцию социального контроля и является носителем требований и санкций. Если мать предоставляет ребенку возможность ощутить интимность человеческой любви, то отец проторяет ему путь к человеческому обществу. Отец является источником знаний о мире, труде, технике, способствует формированию социальнополезных целей и идеалов. Психологами были получены данные, свидетельствующие о том, что у детей, растущих без отца, получают большее развитие гуманитарные способности. Авторитарный отец оказывает положительное влияние на умственные характеристики детей, а авторитарная мать – отрицательное. Поведение родителей играет важную роль в развитии самооценки ребенка. Если родители относятся с уважением к ребенку, любят его, принимают его таким, какой он есть, то и ребенок чувствует собственную ценность, значимость. В то время как холодные, безразличные или враждебные отношения приводят к обратному эффекту.

### **3.Методика «Ладонка»**

**Цель:** диагностика внутрисемейных отношений.

**Материал:** стандартный лист бумаги (формат А-4), набор цветных карандашей, стиральная резинка.

**Время выполнения:** около 30 мин (при групповом занятии – 15-30 мин).

**Инструкция.** Предложите родителям, чтобы они обвели свою ладонку и нарисовали на ней семью, при этом использовали и пальчики, и ладонку. На все уточняющие вопросы следует отвечать без каких-либо конкретных указаний.

После того как закончили рисовать, с родителями проводится беседа. В процессе беседы с помощью наводящих вопросов вы должны попытаться выяснить у родителей смысл нарисованного, уточнить некоторые детали. Следует избегать прямых вопросов, не настаивать на ответе, так как это может инициировать тревогу и защитные реакции.

Обычно задаются следующие вопросы:

- Скажи, кто здесь нарисован?

- Где они находятся?
- Что они делают?
- Им весело или скучно (грустно)? Почему?
- Кто из нарисованных людей самый счастливый? Почему?
- Кто из них самый несчастный? Почему?
- Почему ты изобразил этого члена семьи именно на том или ином пальчике?
- Почему ты изобразил этого члена семьи за пределами ладошки?

#### **4.Тест «Какой Вы родитель?»**

Не секрет, что характер взаимоотношений родителей с ребенком оказывает существенное влияние на его развитие.

**Оцените особенности Вашего общения.** Часто ли Вы употребляете такие по смыслу выражения?

1. Какой ты у меня молодец.
2. Ты способный, у тебя все получится.
3. Ты невыносим.
4. У всех дети, как дети, а у меня...
5. Ты мой помощник.
6. Вечно у тебя все не так.
7. Сколько раз тебе повторять.
8. Какой ты сообразительный.
9. Чтобы я больше не видела твоих друзей!
10. Как ты считаешь?
11. Ты полностью распустился!
12. Познакомь меня со своими друзьями.
13. Я тебе обязательно помогу, не переживай.
14. Меня не интересует, что ты хочешь.

Если Вы употребляете выражения

1, 2, 5, 8, 10, 12, 13, то начислите себе 1 балл.

Если Вы употребляете выражения 3, 4, 6, 7, 9, 11, 14, то начислите себе 2 балла. Посчитайте общую сумму баллов. 7-8 баллов. Между Вами и Вашим ребенком царит полное взаимопонимание. Вы не злоупотребляете чрезмерной строгостью. 9-10 баллов. Ваше настроение в общении с ребенком носит непоследовательный характер и больше зависит от случайных обстоятельств. 11-12 баллов. Вы недостаточно внимательны к ребенку, возможно, часто подавляете его свободу. 13-14 баллов. Вы слишком авторитарны. Между Вами и ребенком часто возникает раздражение. Будьте более гибкими со своим ребенком.

**5.Игра с мячом «Добрые слова»** (родители поочередно называют ласковые слова или фразы, которые они используют, поощряя ребенка).

## **6. Притча про маму**

Жила-была семья. Детей было много, денег мало. Мама много работала. После работы она готовила, стирала, убирала. Конечно же, она сильно уставала и поэтому часто кричала на детей, раздавала подзатыльники, громко сетовала на жизнь.

Однажды она подумала, что это нехорошо так жить. Что-дети-то не виноваты в ее тяжелой жизни. И отправилась за советом к мудрецу: как стать хорошей матерью?

С тех пор ее как будто подменили. Мама стала выглядеть счастливой. Хотя денег в семье не прибавилось. И дети послушней не стали. Но теперь мама не ругала их, зато часто улыбалась. Раз в неделю мать шла на базар за различными покупками.

Теперь мама возвращалась обязательно с подарками для детей. А вернувшись, и раздав детям подарки, мама на некоторое время запиралась в своей комнате. И просила никому ее в это время не беспокоить.

Детей мучило любопытство, что же делает мама в своей комнате. Однажды они нарушили запрет и заглянули к маме. Она сидела за столом и... пила чай... со сладкими конфетами!

— Мама, что ты делаешь? А как же мы? - возмущенно закричали дети.

— Тихо, дети, тихо! — важно ответила она. — Не мешайте мне! Я делаю вам счастливую маму!

## **7. Обратная связь. Рефлексия.**

Участники по кругу высказывают свои впечатления от работы в группе и насколько оправдались ожидания.

## **8. Ритуал прощания.**

Все участники, взявшись за руки, образуя круг, говорят: «До свидания». В конце вручаются памятки «Советы родителям».

### **Тема заседания № 3 «Правила в жизни ребенка»**

**Цели:** познакомиться с родителями, привлечь их внимание к проблемам детско-родительских отношений; установить партнерские отношения в вопросах воспитания и развития детей через работу клуба «Семейная Академия».

#### **Задачи:**

- создать благоприятный эмоциональный настрой родителей,
- дать информацию о работе Клуба;

- познакомить родителей с их правами и обязанностями по отношению к детям (на основе нормативно-правовой базы);
- помочь родителям сформировать демократический стиль взаимоотношений с детьми через знакомство с типами семейного воспитания;
- ознакомить с приоритетными направлениями и перспективами развития семейной политики города.

**Материалы:** плакаты с высказываниями известных педагогов, анкеты родителям «Стиль семейного воспитания», памятки «10 заповедей родителей».

### **Ход заседания:**

#### **1.Ритуал приветствия.**

Перед началом занятия родителям предлагается игра-знакомство «История имени», цель которой познакомить родителей друг с другом, создать эмоционально-положительный настрой.

**Игра «История имени».** Участники по очереди рассказывают, каким образом они получили свое имя и что оно означает. Можно также рассказать о своей фамилии.

#### **2.Вступительное слово ведущего:**

Создание родительского клуба представляет собой попытку передать родителям опыт осмысленного отношения к детям. Здесь будет осуществлена практика совместного участия в психологическом и нравственном становлении тех, кто от нас зависит, практика извлечения уроков из обыденной жизни. Этот клуб создан для тех, кто любит детей, любит их не издали, не лобкует ими, как живой занимательной игрушкой, а любит деятельной любовью. Это клуб для любящих родителей, отдающих сердце и душу воспитанию детей. Наши дети – это наши надежды и будущее, это наше бессмертие. Имея детей, мы не умрем бесследно: наши дети продолжат нас в будущем. Однако дети – это не только наша радость и счастье, но и наша боль и тревога. Ведь нужно не только родить ребенка, но и воспитать его настоящим, прекрасным человеком. А это дело длительное и сложное. Ребенок не может стать личностью в изоляции от людей, ему нужно научиться быть человеком в общении с людьми, в первую очередь с родителями! Многие родители воспитывают своих детей так, как принято в ближайшем окружении, как воспитывали их самих, как делают их знакомые, соседи. Такая самодеятельность зачастую заканчивается печально. У волка вырастают только волки, у тигра – тигры, у змеи - змеи, а вот у человека в результате неправильного воспитания может вырасти и волк, и тигр, и змея в человеческом облике. Мы надеемся, что наш клуб поможет родителям приобрести нужные знания о психологии ребенка, об основных правилах воспитания детей. Мы поможем вам научиться видеть и находить верное решение возникшей проблемы в тех или иных обстоятельствах. Мы надеемся, что посещение клуба «Дочки-сыночки» будет не только полезным, но и интересным. Многие родители узнают много нового о самих себе.

3. «Крупницы мудрости». Знаменитый педагог В.А. Сухомлинский говорил (обратить внимание на плакаты в зале) «Детство – важнейший период

человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, – от того в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш». «Человек рождается не для того, чтобы бесследно исчезнуть никому неизвестной пылинкой... Человек оставляет себя прежде всего в человеке. В этом высшее счастье и смысл жизни. Если ты хочешь остаться в сердце человеческом – воспитывай своих детей».

**Знакомство родителей с типами семейного воспитания.** «Наседки». При таких родителях дом подобен ухоженному курятнику. Папы и мамы выказывают беспредельную любовь и заботу о своих чадах. Они то и дело звонят с работы, проверяя, благополучно ли разогрет суп, понравился ли десерт, сколько раз покушал. Они беспокоятся о каждой мелочи, привносят в жизнь ребенка постоянную суету и ощущение назойливой опеки. Чаще всего от такой опеки страдают единственные и младшие дети. Как с этим бороться? Развивать в ребенке самостоятельность и делать это не «разово», а изо дня в день. «Экспериментаторы». Придерживаются принципа «ты все должен делать сам», ссылаясь при этом на расхожий довод: «А вот я в твои годы...», стремясь подготовить своих отроков встретить все превратности судьбы. Такие родители как бы экспериментируют на них, взваливая на их неокрепшие плечики непосильный груз взрослых забот, отчего те чувствуют себя скорее подавленными, чем самостоятельными. Перевоспитать таких мам нелегко. Такие дети чувствуют себя лишенными родительской любви. В дальнейшем перегрузка скажется на физическом и психическом состоянии ребенка. «Мечтатели». Эти родители видят в своем ребенке будущего Ньютона, Софью Ковалевскую или пытаются вылепить из него свою точную копию. Вся свою жизнь и жизнь ребенка они подчиняют этой цели, пытаются пресечь любое другое отклонение или увлечение сына, или дочери. Таким образом, родители ломают волю ребенка, ребенок может стать посредственностью в выбранной ими для него роли. «Неудачники». У таких родителей ностальгия по тому времени, когда дети были маленькими, послушными. Они постоянно вспоминают прошлое, считают себя неудачниками и прогнозируют, что их детей ждет такая же заурядная участь. «Преуспевающие». Антипод родителей-неудачников – тип занятых бизнесменов, добивающихся своих целей. У них есть все для комфортно обустроенной жизни, кроме времени на своих детей. Они редко разговаривают со своими детьми по душам, не играют с ними, перепоручают их нянькам, бабушкам. Они даже не догадываются, что во всем изобилии игрушек, одежды и сладостей их ребенок абсолютно несчастен.

### **3. Анкетирование «Стили семейного воспитания»**

1. Чем, по Вашему мнению, в большей мере определяется характер человека: наследственностью или воспитанием?

А – Преимущественно воспитанием.

Б – Сочетанием условий задатков и условий среды.

В – Главным образом, врожденными задатками.

Г – Ни тем, ни другим, а жизненным опытом.

2. Как Вы относитесь к мысли о том, что дети воспитывают своих родителей?

А – Это игра слов, софизм, имеющий мало отношений к действительности.

Б – Абсолютно с этим согласен.

В – Готов с этим согласиться при условии, что нельзя забывать о традиционной роли родителей как воспитателей своих детей.

Г – Затрудняюсь ответить, не задумывался об этом.

3. Какое из суждений о воспитании детей Вы находите наиболее удачным?

А – «Если Вам больше нечего сказать ребенку, скажите ему, чтобы он пошел умыться» (Эдгар Хоу)

Б – «Цель воспитания научить детей обходиться без нас» (Эрнст Легуве)

В – «Детям нужны не поучения, а примеры» (Жозеф Жубер)

Г – «Научи сына послушанию, тогда сможешь научить и всему остальному» (Томас Фуллер)

4. Считаете ли Вы, что родители должны просвещать детей в вопросах пола?

А – Меня никто этому не учил, и их жизнь сама научит.

Б – Считаю, что родителям следует в доступной форме удовлетворять возникающий у детей интерес к этим вопросам.

В – Когда дети достаточно повзрослеют, необходимо будет завести разговор и об этом. А в школьном возрасте главное – позаботиться о том, чтобы оградить их от проявлений безнравственности.

Г – Конечно, в первую очередь это должны сделать родители.

5. Следует ли родителям давать ребенку деньги на карманные расходы?

А – Если попросит, то можно дать.

Б – Лучше всего регулярно выдавать определенную сумму на конкретные цели и контролировать расходы.

В – Целесообразно выдавать некоторую сумму денег на определенный срок (на неделю, на месяц и т.п.), чтобы ребенок сам учился планировать свои расходы.

Г – Когда есть возможность, можно иной раз дать ему какую-то сумму.

6. Как Вы поступите, если узнаете, что Вашего ребенка обидел одноклассник?

А – Огорчусь, постараюсь утешить ребенка.

Б – Отправлюсь выяснять отношения с родителями обидчика.

В – Дети сами лучше разберутся в своих отношениях, тем более, что их обиды недолги.

Г – Посоветую ребенку, как ему лучше вести себя в таких ситуациях.



7. Как Вы относитесь к сквернословью ребенка?

А – Постараюсь довести до его понимания, что в нашей семье, да и вообще среди порядочных людей, это не принято.

Б – Сквернословие надо пресекать в зародыше! Наказание тут необходимо, а от общения с невоспитанными сверстниками ребенка впредь надо оградить.

В – Подумаешь! Все мы знаем эти слова. Не надо придавать этому значения, пока это не выходит за разумные пределы.

Г – Ребенок вправе выражать свои чувства, даже тем способом, который нам не по душе.

8. Сын-подросток хочет провести выходные на даче у друга, где соберется компания сверстников в отсутствие родителей. Отпустили бы Вы его?

А – Ни в коем случае. Такие сборища до добра не доводят. Если дети хотят отдохнуть и повеселиться, пускай это делают под надзором старших.

Б – Возможно, если знаю его товарищей как порядочных и надежных ребят.

В – Он вполне разумный человек, чтобы самому принять решение. Хотя конечно в его отсутствие буду немного беспокоиться.

Г – Не вижу причины запрещать.

9. Как Вы отреагируете, если узнаете, что ребенок Вам солгал?

А – Постараюсь вывести его на чистую воду и пристыдить.

Б – Если повод не слишком серьезный, не стану придавать значения.

В – Расстроюсь.

Г – Попробую разобраться, что его побудило солгать.

10. Считаете ли Вы, что подаете ребенку достойный пример?

А – Безусловно.

Б – Стараюсь.

В – Надеюсь.

Г – Не знаю.

Обработка результатов:

Стиль поведения	Номера вопросов									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
АВТОРИТЕТНЫЙ	Б	В	В	Г	В	Г	А	Б	Г	Б
АВТОРИТАРНЫЙ	А	А	Г	В	Б	Б	Б	А	А	А
ЛИБЕРАЛЬНЫЙ	В	Б	Б	Б	А	А	Г	В	В	В
ИНДИФФЕРЕНТНЫЙ	Г	Г	А	А	Г	В	В	Г	Б	Г

## **Интерпретация полученных данных:**

Отметьте в таблице выбранные Вами варианты ответов и определите их соответствие одному из типов родительского поведения. Чем больше преобладание одного из типов ответов, тем более выражен в Вашей семье определенный стиль воспитания. Если среди Ваших ответов не преобладает какая-то одна категория, то речь вероятно идет о каком-то противоречивом стиле воспитания, когда отсутствуют четкие принципы, и поведение родителей диктуется сиюминутным настроением. Постарайтесь понять, каким же Вы все-таки хотите видеть своего ребенка, а также самого себя как родителя.

**Авторитетный стиль:** Вы осознаете свою роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признаете право на саморазвитие. Трезво понимаете, какие требования необходимо диктовать, какие обсуждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции.

**Авторитарный стиль:** Вы хорошо представляете, каким должен вырасти Ваш ребенок, и прилагаете к этому максимум усилий. В своих требованиях Вы, вероятно, очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что ребенку порой неуютно под Вашим контролем.

**Либеральный стиль:** Вы высоко цените своего ребенка, считаете прощательными его слабости. Легко общаетесь с ним, доверяете ему, не склонны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребенку такая свобода?

**Индифферентный («попустительский») стиль:** Проблемы воспитания не являются для Вас первостепенными, поскольку у Вас иных забот не мало. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большое участие и поддержку с Вашей стороны!

## **4.Десять заповедей родителей (раздается как памятка):**

1. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, помоги ему стать собой!
2. Не думай, что ребенок твой: он Божий.
3. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь.
4. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и взойдет.
5. Не относись к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, его ноша может быть тяжела не меньше твоей.
6. Не унижай!
7. Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребенка, а мучь, если можешь, но не делаешь.
8. Помни: для ребенка сделано недостаточно, если сделано не все.

9. Умей любить чужого ребенка, не делай чужому того, чего не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.

10. Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным. Общайся с ним, радуйся, потому что ребенок – это праздник, который пока с тобой.

**5. Нормативно-правовая база семьи** (знакомство с Законом «Об образовании РФ», Семейным кодексом РФ, Конвенцией о правах ребенка).

## **6. Сказка о правах для малышей и их родителей**

«Как Светик появилась на свет»

Ранним весенним утром, когда все на земле еще спали, солнечный луч увидел на подоконнике крохотную прозрачную девочку.

- Почему ты такая бледная? – спросил солнечный луч.
- Потому что я не настоящая девочка, а мечта, – ответила малышка.
- Чья мечта? – удивился солнечный лучик.
- Мама и папа мечтают о дочке во сне, – объяснила девочка.
- Почему же ты грустная? – расстроился солнечный луч.
- Я исчезну, когда мама и папа проснутся, а я хочу быть настоящей девочкой и жить вместе с ними, – заплакала малышка.
- Не плачь, – попросил солнечный луч. – Я подарю тебе жизнь. Если я отдам тебе свет и тепло, ты станешь настоящей девочкой.

Солнечный луч сверкнул и исчез, а на подоконнике лежала розовая крохотная девочка и громко плакала: «Мама! Мама!»

Родители проснулись и вскочили. Мама взяла девочку на ручки, крепко прижала к себе и воскликнула:

- Я слышу, как стучит ее сердечко!
- Дай и мне послушать, – попросил папа.

Он нагнул голову к дочке и обрадовано сказал:

- Как хорошо, что у нашей дочурки маленькое, но сильное сердечко!
- Дай мне подержать мою дочурку, – попросил папа у мамы.
- Только осторожнее, – ласково сказала мама и отдала дочку папе.
- Не бойся, – усмехнулся папа, – у меня сильные руки.
- Да, у тебя большие и сильные руки, – согласилась мама, – а у нашей дочурки крохотные ручки.

Мама наклонилась над дочкой, чтобы посчитать ее пальчики.

- Это самая красивая девочка в мире, - радовалась мама, глядя на голубые дочкины глазки и золотистые волосики.

Вдруг к ней пришла тревожная мысль.

- Чья это чудесная малышка? Как она здесь появилась?

- Может, аист ее принес? – задумчиво произнес папа.

- Не говори глупостей, мы живем в большом городе, здесь все аисты давным-давно исчезли, - объяснила мама.

- Неважно, откуда появилась эта малышка, главное - это новая жизнь. Каждый ребенок имеет право на жизнь, - торжественно произнес папа, и мама с ним согласилась.

### **7. Обратная связь. Рефлексия.**

Участники по кругу высказывают свои впечатления от работы в группе и насколько оправдались ожидания.

### **8. Ритуал прощания.**

Все участники, взявшись за руки, образуя круг, говорят: «До свидания». В конце вручаются памятки «Советы родителям».

## **Тема заседания № 4 «Папа, мама, я – счастливая семья» для детей с участием родителей**

### **Круг радости «Давайте познакомимся»**

Родители по очереди называют свое имя, имя своего ребенка, и качество ребенка на первую букву имени (например: Лена-любопытная).

#### **Ведущий:**

Семья – это маленькая частичка нашего общества.

Семья – это взрослые и дети, идущие рядом по одной дороге.

Семья – это счастье, любовь, детский смех.

### **СЕМЬЯ**

У меня есть семья -

Мама, папа, брат и я.

Лучше всех мы живем,

Песни громко мы поем.

Никому не разрешу

Обижать семью свою.

Пусть всегда живет семья -

Мама, папа, брат и я.

### **Блок «Дети»**

#### **Ведущий:**

Семья – это радость вечера, проведенного вместе, это совместные прогулки на свежем воздухе, это взрослые и дети.

**Свободный микрофон:** вопросы для детей и родителей задает ведущий.

1. Дети, они какие? (вопрос для родителей)
  2. Чем любят заниматься дети? (вопрос для детей)
- Заслушать ответы детей и родителей.

### **Игра «Дети к детям»**

Дети стоят парами по всему залу и выполняют команды ведущего.

Нос к носу, плечо к плечу, спина к спине, лоб ко лбу, щека к щеке. При команде дети к детям, дети меняют партнера в паре(повторить 3-4 раза).

### **Упражнение «Садовник»**

Выполняется под спокойную инструментальную музыку, у детей в ладошках спрятаны маленькие цветочки из цветного картона. По окончании дарят цветы родителям. Ведущий говорит текст, дети выполняют движения по тексту.

Жил на свете Садовник. В своем саду он выращивал красивые цветы. Наступила весна, солнышко пригрело землю, пришло время Садовнику высадить семена цветов в землю (дети сидят на ковре, изображая маленькие семена цветов). Каждый день Садовник поливал посаженные семена (ведущий имитирует, полив из маленькой леечки). В один прекрасный, теплый день на клумбе появились первые росточки (дети присели на корточки). Ежедневно Садовник поливал, рыхлил землю, окружал заботой и любовью свои саженцы(дети встают во весь рост). И на удивление всем окружающим на его клумбе выросли великолепные цветочки (дети поднимают ладони на уровне груди и любуются своими цветами, лежащими на ладонях). По окончании упражнения дети дарят цветочки родителям.

### **Блок «Мама»**

#### **Ведущий:**

Мама – это первое слово, мама – это любовь и забота, мама – это надежда и спокойствие.

**Свободный микрофон:** вопросы для детей и родителей задает ведущий.

1. Мама, она, какая? (вопрос для родителей)
  2. Что мама делает дома? (вопрос для детей)
- Заслушать ответы детей и родителей.

**«Песенка о маме»** исполняют мальчики

#### **МАМА**

Тише, тише, не шумите,  
Нашу маму не будите!  
Наша мама так устала,  
Даже нас ругать не стала  
За кисель разлитый,  
За кувшин разбитый.  
Пусть мама спит, а мы вдвоем  
Все склеим, вытрем, уберем.

### **Игра эстафета «Помощницы»**

Участвуют девочки

Девочки делятся на две команды. Каждая команда разбирает носочки по парам (носочки лежат отдельно для каждой команды).

## Блок «Папа»

### Ведущий:

Семья не будет полной и счастливой, если в семье не будет папа. Папа – это надежный помощник, защита и пример для подражания.

**Свободный микрофон:** вопросы для детей и родителей задает ведущий.

1. Папа, он какой? (вопрос для родителей)
2. Что занимается папа дома? (вопрос для детей)

Заслушать ответы детей и родителей.

«Песенка про папу» исполняют девочки.

### Стихи про папу

#### ВМЕСТЕ С ПАПой

В воскресенье на прогулку

Вместе с папой я хожу.

Чтобы он не потерялся

За руку его держу.

Папочка, родной мой,

Я так тебя люблю!

Тебе я самый лучший

Рисунок подарю.

### Игра соревнование для пап.

#### «Кто быстрее забьет гвозди»

В игре принимают участие 4 человека папы, каждому предлагается забить по 5 гвоздей в заранее заготовленный брусок.

**Игра соревнование «Надуваем шарик»** - в игре участвуют все папы.

**Игра эстафета «Строим небоскреб».** В игре участвуют все мальчики. Разделить мальчиков на 2 команды. Задание для команд: построить из кирпичиков высокую башню.

### Подвижная игра «Рыбаки и рыбки»

В игре принимают участие дети и родители. Родители стоят парами по кругу. Рыбки-дети плывут цепочкой друг за другом, пока звучит музыка. Музыка остановилась, сети закрываются, кто поймался в сети тот садиться на стул. Игра продолжается пока не останется 2,3 самые ловкие рыбки.

### Инсценировка сказки «Репка»

Пока идет подвижная игра «Рыбаки и рыбки» родители-герои сказки готовятся показать сказку

### Совместная деятельность детей и родителей

#### «Уронило солнышко лучик золотой»

Все дети и родители делятся на 3 команды. Рисуют на ватмане большое круглое солнце. Которое согревает и бережет семейное счастье.

### Ритуал прощания

#### «Ты и я, мы друзья»

Дети стоят во внутреннем круге, родители замыкают внешний круг. Все вместе произносят слова

«Ты и я, мы друзья» родители обнимают своих детей.

### Угощение для детей

## **Вручение буклетов родителям.**

### **Тема заседания № 5 «Мы вместе»**

#### **Цели:**

1. Создание условий для сотрудничества детей и родителей в игровой ситуации.
2. Создание ситуаций взаимодействия и сотрудничества.
3. Описание родителей «глазами» детей

#### **Задачи:**

- расширение возможностей понимания психологических особенностей своего ребенка;
- активизация коммуникаций в семье;
- повышение интереса родителей к внутреннему миру ребенка;

#### **Материал:**

- листы бумаги формата А4, ручки, карандаши, магнитофон, раздаточный материал.

#### **Ход заседания:**

##### **1. Вступительное слово.**

- Добрый вечер уважаемые взрослые и дети. Мы рады приветствовать вас на традиционной встрече родительского клуба «Семейная гостиная». Наша встреча называется «Мы вместе», цель которой – сблизить вас через игру и совместную деятельность.

Все наши игры могут показаться вам необычными, не бойтесь играть, показаться неправильными и смешными, в каждой игре есть свой результат и смысл. А начнем встречу с приветствия.

**2. Приветствие.** Каждый участник приветствует всех словами: «Здравствуйте, я – Сергей» (по кругу, стоя).

**3. Знакомство.** Присаживайтесь на свои места и продолжим наше знакомство,

Дети по очереди встают и представляют себя и своих родных, с кем пришли на встречу.

А теперь, чтобы снять напряжение, предлагаем вам немножко поиграть.

##### **4. «Объединитесь те, кто...»**

Участникам предлагается объединиться, если описание подходит. На одну сторону перейдите те, кто:

- вместе делают уроки, хоть изредка, на другую, те кому не хватает на это времени;
- имеют общее увлечение – рыбалка, вязание, занятие спортом, коллекции;
- помогают родным мыть посуду;
- помогают родным выносить мусор;
- вместе путешествуют, отдыхают – поход в лес, на речку.
- А теперь предлагаем вам присесть.

##### **5. Основная часть. «Сотрудничество».**

- Сегодня динамика жизни слишком быстрая. Все происходит в спешке. вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даете детям

наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня. В следующий раз встречаемся с детьми уже вечером. Сегодня нам предоставляется такая возможность, провести вместе вечер. Узнать побольше друг о друге и сблизиться.

#### **6. «Узнай своего родителя».**

- Сейчас мы и проверим, насколько дети хорошо знают своих родных.

Водящему ребенку мы завязываем глаза. Все взрослые сидят на своих местах – дети на ощупь должны узнать свою маму и объяснить, как догадались.

**7. «Опиши свою маму».** А теперь проверим, как хорошо знают своих детей взрослые. Дети подготовили небольшие сочинения о вас, мы будем вам их зачитывать, а вы по описанию попробуйте узнать себя.

Поочередно зачитываются сочинения.

#### **8. «Уютное и безопасное место» - релаксация.**

- А сейчас предлагаем вам расслабиться и немножко помечтать, пофантазировать. (текст релаксации на тему «Наш дом»).

#### **9. «Совместное рисование» - Наш дом.**

Теперь давайте попробуем реализовать свою мечту с помощью рисунка, сейчас вы вместе, одновременно будете рисовать «Дом вашей мечты» при помощи двух карандашей, родители – красным, дети – синим. Рисуют на фоне музыки.

Далее проводится анализ рисунка. Обратите внимание, какого цвета было больше, значит, тот был более активным и проявил большую инициативу. Если взрослым, значит, не всегда даете ребенку проявить свою самостоятельность. Если наоборот – означает, что часто уступаете ребенку. Положительный результат – когда 50/50.

- Оформим нашу выставку. Анализ – нравятся ли вам ваш дом в нашем «Городе Дружбы»? Если нравится, то давайте подарим друг другу комплименты.

#### **10. «Комплименты».**

Стоя напротив друг друга, делая шаг на встречу, говорят комплименты. При встрече ребенок дарит маме цветок, а мама обнимает его. Итог- тяжело ли было говорить комплименты? Часто ли вы их говорите в повседневной жизни?

#### **11. «Мы вместе» - групповая работа.**

- Наша встреча происходит в атмосфере тепла и уюта, а на картине этого не хватает, давайте оживим ее, добавим ярких цветов. Рисование ладошками. Групповая фотография на память на фоне коллажа.

**12. Заключение.** Наша встреча подошла к концу. Мы желаем вам, чтобы вы оставались такими же добрыми, веселыми, дружными всегда и побольше проводили время друг с другом.

### **Тема заседания № 6 «Семейные ценности»**

**Цели:**



Расширение возможностей формирования семейных ценностей и традиций.

**Задачи:**

- побеседовать с родителями о семье, о семейных традициях и их значения в воспитании и развитии ребёнка;
- способствовать установлению в семье дружеских, добрых отношений между поколениями;
- активизация и повышение интереса родителей к созданию семейных ценностей.

**Материал:**

- листы бумаги формата А4, ручки, карандаши, магнитофон, раздаточный материал.

**Ход заседания:**

**1. Введение. Ведущая:**

- Уважаемые родители! Сегодня мы собрались, чтобы поговорить о семье, о семейных традициях и их назначении в воспитании и развитии ребёнка.
- Как Вы думаете, что означает слово – Семья? (ответы родителей) – группа родственников, живущих вместе.
- С давних пор о доме и семье всегда говорили с улыбкой и любовью. Из далекого прошлого до нас дошли легенды, сказки, пословицы и поговорки о семье. Давайте их вспомним. Я начинаю, а вы – заканчиваете.

**В гостях хорошо, а ... (дома лучше)**

**Не красна изба углами, а ... (красна пирогами)**

**Каково на дому, таково и ... (самому)**

**Дети не в тягость, а ... (в радость)**

**Когда семья вместе, и ... (сердце на месте)**

- Продолжая рассматривать тему семейного воспитания, хочется особое внимание обратить на ценности семейного воспитания. Сегодня мы вместе с вами попробуем определить ценности семейного воспитания, которые являются фундаментальными, понятными и необходимыми для развития и воспитания детей.

Вот перед вами «солнышко», которое мы назовем «Ценности семейного воспитания». Лучей у этого солнца нет. Лучами собственно и будут те ценности, которые мы определим.

**2. Связь поколений.**

- Я вам загадаю задачку. Попробуйте сосчитать, сколько в семье человек.

Послушай, вот моя семья:

Дедуля, бабушка и брат.

У нас порядок в доме, лад

И чистота, а почему?

Две мамы есть у нас в дому,

Два папы, два сыночка,

Сестра, невестка, дочка,

А самый младший – Я.

Какая же у нас семья? (6 человек)

- С помощью этой задачки мы коснулись очень интересной и важной темы – родственных отношений. Многие семьи поддерживают тесные и добрые отношения с бабушками и дедушками. Вокруг каждого из нас много людей, родственников с которыми мы связаны в истории человечества одной кровью. И каждый из нас – продолжатель своего рода. И тот род силен, кто предков своих помнит, уважает и бережет. Предлагается творческое задание «нарисуй схематически свою семью».

Человечков рисовать не нужно.

Вопросы:

- У кого получилась самая многочисленная семья?

- У кого в семье бабушки и дедушки принимают участие в воспитании ребенка?

**Связь поколений** – это ценность семейного воспитания. Прикрепляется лучик к солнцу -1.

### **3. Семейный фотоальбом.**

Вопросы:

- Какие предметы могут быть источником знаний о семье?

- Какую информацию может почерпнуть ребенок из семейного альбома?

Семейный альбом – это огромное осмысленное пространство жизни, очень простое и доступное, понятное даже для малыша, а с другой стороны загадочное и удивительное. Порой дети не понимают и удивляются, а иногда даже не верят, что взрослые тоже были, когда-то детьми. Очень полезно рассказывать своему ребенку о событиях своего детства, используя при этом фотографии. Это могут быть истории весёлые, успешные, и наоборот о каких-то неудачах, но с которыми вы справились, чему-то научились, обнадеживающие вашего ребенка в том, что и у него все получится. Старайтесь оформлять некоторые странички семейного альбома вместе с детьми. Каждая страничка будет ассоциироваться с каким-то рассказом из жизни и обязательно запомнится ребенком. В альбом можно поместить какой-то рисунок ребенка рядом с фотографией в том возрасте, в котором он его нарисовал.

Ваши дети рисовали семью. Вот эти рисунки. Предлагаем поместить этот рисунок в фотоальбом, а рядом фото вашей семьи в настоящее время или фото ребенка, но сделать это вместе с малышом. Родителям раздаются рисунки детей «моя семья» для фотоальбома.

**Семейный фотоальбом** – это ценность семейного воспитания.

Прикрепляется лучик к солнцу -2.

### **4. Совместная игра - практикум «Это интересно».**

Как вы думаете, какое занятие больше всего сближает взрослых и детей? Что для ребенка остается самым интересным и захватывающим?

Ответы родителей.

Конечно это совместные игры. Совместные игры, по мнению педагогов и психологов, являются самым продуктивным, результативным в воспитании дошкольников и этот вид деятельности, который бесспорно является ценностью семейного воспитания, мы еще не назвали.

**Совместная игра**- это ценность семейного воспитания. Прикрепляется лучик к солнцу -3.

А мы предлагаем вам поиграть, один из видов очень полезных игр, которые развивают моторику, готовят ребенка к письму и чтению, а самое главное сближают взрослых и детей – это пальчиковая игра «этот пальчик...».

Этот пальчик – дедушка,

Этот пальчик – бабушка,

Этот пальчик – папочка,

Этот пальчик – мамочка,

Этот пальчик – Я.

Вот и вся моя семья!

### **5. Совместная деятельность. Приложение «Украсить пирог»**

В любые времена семью укрепляют эмоциональные связи родителей и детей. Людям дана такая роскошь, как человеческое общение, а умеем ли мы пользоваться этой роскошью, и учим ли этому своих детей?

Исследователи утверждают, что родители разговаривают с детьми примерно 20 минут в день. Из них 10 минут приходится на раздачу указаний. Вы можете возразить и ответить, что сегодня динамика жизни слишком быстрая и очень трудно найти время для общения. Все происходит в спешке. Вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даете детям наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня. В следующий раз встречаемся с детьми уже вечером. Общий ужин, разговор создают семейный комфорт. Именно такие минуты могут сплотить и укрепить семью. Однако опять общение ограничивается краткими фразами. Разве можно пообщаться, когда включен телевизор, и идет интересная телепередача?

А ведь можно отказаться от телевизора и приготовить ужин вместе, сообщая. Именно в совместной деятельности, где каждый участник, выполняя свою роль тесно взаимодействует с другими участниками общего дела, а результат зависит от того насколько все слажено действовали. Для детей очень важно знать, что ему доверяют, чувствовать свою значимость и нужность. Совместные дела воспитывают в детях чувство ответственности, уверенности повышают самооценку, развивают положительные эмоции: чувство радости, удовлетворения, но самое главное сближают его с родителями, братьями, сестрами и другими членами семьи.

Приложение «Украсить пирог».

***Совместная деятельность*** - это ценность семейного воспитания. Прикрепляется лучик к солнцу - 4.

### **6. Семейные традиции. Игра «Пирамида традиций».**

Самым ярким элементом семейного воспитания являются семейные традиции.

Сегодня у нас в гостях семьи со стажем и молодые семьи, в которых еще не появились семейные традиции, мы попробуем предложить им разнообразие традиций. Проводится игра «Пирамида традиций».

Возьмите каждый по колечку и, надевая на палочку, предложите любую семейную традицию, но, не повторяя уже сказанных, и не обязательно что бы это была ваша семейная традиция.

Очень важно чтобы ребенок был активным участником семейных традиций, а не наблюдателем, чтобы он вместе со всеми готовился и проживал эту традицию, только тогда она станет и для него и его будущей семьи традицией. Подведем итог:

**Семейные традиции** – это ценность семейного воспитания. Прикрепляется лучик к солнцу - 5.

#### **7. Совместные развлечения. Танец маленьких утят.** (исполняют вместе)

Совместные развлечения - это ценность семейного воспитания. Прикрепляется лучик к солнцу – 6.

#### **8. Подведение итогов.**

*Наша встреча подходит к концу, хочется закончить ее словами великого русского писателя Л.Н. Толстого:*

***Счастлив тот, кто счастлив у себя дома.***

Пусть в вашем доме царит всегда покой, уют, тепло и светит яркое солнце.

### **Тема заседания № 7 «Личные границы»**

#### **Цель:**

Определить понятие «психологической границы» с целью выяснения своих границ и правильного разграничения во взаимодействии с другими.

#### **Задачи:**

-Определить понятие «психологические границы».

-Помочь выявить, где начинаются и где заканчиваются у участников их собственные границы.

-Предложить варианты эффективного взаимодействия и обозначения собственных границ во взаимодействии.

#### **Ход заседания:**

##### **1. Приветствие «Сосуд»**

Цель: создать рабочую атмосферу путем высказывания о своем состоянии.

Ведущий предлагает участникам настроиться на работу. Для этого просит представить каждого участника, с какой формой сосуда и его содержимым он бы себя проассоциировал.

**2. Вступительное слово ведущего:** Нам хочется, чтобы дети себя «хорошо вели»: выполняли наши требования, умели контролировать свои эмоции и поступки, были ответственными. Во многом такое поведение является результатом сформированных у ребенка границ.

Вспомните, как дети учатся ходить, с какой радостью делают первые шаги. Одни при этом держатся за предметы или за родителей, а другие более самостоятельны. Некоторые стараются сразу побежать, особенно если в семье есть дети постарше, которых можно догонять. Естественно, хочется их обезопасить: держать за руку, дать игрушку для опоры, похвалить, обнять и утешить, если они упадут и ушибутся.

Это метафора границ ребенка на протяжении всей жизни: «хорошие» родители поддержат его и ободрят, когда надо, то и поведут за руку, но отпустят, когда он к этому готов.

В целом четкие границы для ребенка – это осмысленное воспитание, содействие развитию по реалистичной и продуманной схеме, исключающей препятствия, давление и опасность.

Благодаря границам ребенок обретает:

Самопознание и понимание других. Границы помогают ребенку понять, кто я, где пределы моих возможностей, где пределы моей свободы, за которой стоит свобода другого человека.

Умение управлять собой. Когда ребенок сталкивается с правилами и ограничениями, то он приобретает способность и развивает необходимость противостоять своим сиюминутным «хотелкам» и желаниям. Если ребенку ничего не запрещают, то он не учится запрещать себе сам.

Уверенность. Знание правил делает ребенка уверенным в себе, помогает ему постичь закономерности мира. Ребенок усваивает: потрудился – получил результат. Обижаешь других – с тобой не хотят дружить. Так ребенок усваивает цену усилий и цену результата, учится управлять своими силами и приобретает опыт и уверенность: есть вещи, которые зависят от моих усилий.

Отношения. Ребенок усваивает, как строятся отношения: на маму нельзя кричать, братика нельзя толкать, а если хочешь, чтобы тебе помогли, нужно попросить.

Безопасность. Установление границ в отношениях с детьми и особенно последовательность установок и поведения родителя помогает детям чувствовать себя в безопасности, и эта внутренняя защищённость создаёт возможность стать личностью. Когда не существует границ и запретов на поведение, дети чувствуют себя незащищёнными и испытывают тревогу.

Но это еще не все!

Границы, разумеется, очень важны для родителей. Потому что когда родители чувствуют, что у них есть здоровый авторитет и одновременно душевные отношения с ребёнком, им не придется иметь дело с детским деспотизмом – да-да, маленькие дети, которые получают больше власти, чем им по силам, начинают тиранить, или «садиться на голову»!

Кроме этого, границы важны для родителей, потому что тогда они могут быть уверены, что их ребенок «справится с жизнью», и сами чувствуют, что справляются. Они чувствуют свою целостность, защищенность, достоинство, значимость.

### **3. Упражнение «Угадай-ка»**

Цель: выделить категории(варианты) нарушения психологических границ.

Ведущий предлагает участникам разделиться на команды, каждая команда получает свою категорию, на основе которой ей необходимо придумать сценку. Лучше, если участников будет по 3 человека в команде.

Инструкция: Разделиться можно в свободном порядке на команды – по 3 человека. Каждая команда тянет по одной бумажке:

обвиняют человека в своих проблемах;

контролируют поведение;

дают непрошенные советы о том каким следует быть;

дают установки, какие события как расценивать;

дают оценки вашей внешности и личности.

После этого – каждая команды придумывает ситуацию на эту категорию, которую попытаются разыграть для других команд. Задача других участников – определить, к какой категории относится ситуация. Время на придумывание – 5 мин.

Ведущий может поинтересоваться у участников – почему в данном случае это может быть нарушение собственных границ человека?

#### **4. Упражнение «Нарушение»**

Цель: обозначить ситуации нарушения границ, предложить вариант интерпретации для сохранения собственных границ, показав тем самым границы моей ответственности.

Ведущий просит поделится участников ситуациями. Когда они испытывали дискомфорт в общении с другими, когда нарушались их границы. Если такого понимания нет у участников, предлагается второй вариант проведения упражнения.

Инструкция: Люди могут взламывать границы других. Мы начинаем чувствовать дискомфорт и разную палитру негативных эмоций (вину, стыд, печаль, гнев и т.д.). Эта палитра эмоций по-разному проявляется в нашем поведении, но самое основное, во что мы начинаем верить – что границы нет, что мы – есть часть другого человека, мы ответственны за его судьбу, что мы влияем на события в его жизни, и поступаем в угоду другого человека.

Вариант1. Как нарушаются наши границы? Кто-нибудь может привести пример и личной жизни, когда он испытывал подобное?

Вариант 2. Мы сейчас поделимся на команды, каждая из которых получит реплики, которые могут указывать на нарушение психологических границ. А

на доске будут обозначены четыре категории, по которым можно разделить данные реплики. Задача команды правильно определить категорию своей реплики.

- обвиняют человека в своих проблемах:

ты испортил мне жизнь;

это все из-за тебя;

если бы не ты, все было бы нормально;

я так и знал, что не стоило тебя просить;

- контролируют поведение:

ты больше не должен(на) поступать так;

сделай так, так и так;

не делай так больше никогда;

я тебе говорю, что так надо сделать;

- дают непрошенные советы о том каким следует быть:

я бы на твоём месте сделал по-другому;

надо было уже давно сделать;

лучше, чем я, тебе никто не скажет, как исправить ситуацию;

я вижу, что происходит, я лишь хочу помочь;

- дают установки, какие события как расценивать:

это полный бред;

ведь ты же не собираешься его прощать?!;

если так сделаешь – позор тебе на всю жизнь;

ничего, более убогого, я не видела;

- дают оценки вашей внешности и личности:

ты бездельник(ца);

ты далеко не красавиц(а);

я думал(а), ты оденешься симпатичнее;

твой вкус в одежде – просто ужасен.

1 команда

ты бездельник(ца);  
если так сделаешь – позор тебе на всю жизнь;  
не делай так больше никогда;  
если бы не ты, все было бы нормально;  
это полный бред;

## 2 команда

ты далеко не красавиц(а);  
лучше, чем я, тебе никто не скажет, как исправить ситуацию;  
я тебе говорю, что так надо сделать;  
ты испортил мне жизнь;  
я так и знал, что не стоило тебя просить;

## 3 команда

твой вкус в одежде – просто ужасен;  
ведь ты же не собираешься его прощать?!;  
ты больше не должен(на) поступать так;  
это все из-за тебя;  
я бы на твоём месте сделал по-другому;

## 4 команда

надо было уже давно сделать;  
ничего, более убогого, я не видела;  
сделай так, так и так;  
я вижу, что происходит, я лишь хочу помочь;  
я думал(а), ты оденешься симпатичнее;



В повседневной жизни это выражается в поведении: люди могут брать ваши вещи, садиться на ваше место, пользоваться вашими деньгами, не отдавать долга, манипулировать вами и многое, многое другое.

Как бы там не происходило, человек в чьи границы вторглись может испытывать замешательство, страх, гнев, пытаться избежать дальнейшего общения.

Если же границы слабые – в личность вторгаются довольно регулярно, такой человек испытывает довольно сильный стресс, он не может адекватно защититься от атак.

Если в норме мы чувствуем себя в своих границах свою личность именно своей, дружественной, то люди со слабыми границами ощущают себя глупыми, неудачниками, которые сами себе все портят и во всем сами виноваты.

Чем слабее у человека границы, тем чаще он нападает на границы других. Не по злобе, а по тому, что он не осознает, что выходит из зоны своей компетенции.

## **5. Упражнение «Соотнеси»**

Цель: разграничить проявления личностью нарушения психологических границ.

Ведущий делит участников на команды, каждой команде выдаются признаки двух типов личности – с нарушенными психологическими границами и с устойчивыми психологическими границами. Задача команд – верно распределить признаки.

Инструкция: Для понимания, какими внешними признаками может проявляться нарушение границ, сейчас в командах вы будете пытаться определить – реальные проявления от ложных.

Признаки нарушения слабости границ.

Такие люди:

С трудом в своей личности определяют то, что принадлежит им, а что другим.

Они часто делают что-то потому, что «так делают нормальные люди/все женщины/настоящие мужики/ думающие и ответственные работники». Хотя сами в этой деятельности могут быть не только не заинтересованы, но и не любить ее в принципе.

Опасаются показать свое истинное я, стараются быть такими, какими их хотят видеть.

С трудом говорят другим нет.

Полагают, что их счастье и другие чувства зависят от других.

Доверяют другим потому, что другие лучше знают и мнение других важнее.

Занимаются делами и проблемами других, а не своими. Время на других уходит больше, чем на себя.

Продолжают отношения с людьми, которые обращаются с ними плохо или которых они не любят.

Им трудно просить о чем-то, в чем они нуждаются.

Чувствуют себя ответственными за чувства других.

Вкладывают в отношения больше, чем получают от них.

Не могут дать отпор другим людям, которые могут пользоваться их вещами или деньгами.

Подчиняются желанию друзей/коллег.

Застенчивы.

Им трудно высказать свое мнение или открыть свои мысли.

Им трудно быть с самим собой наедине.

Чувствительны к критике.

Не могут хранить секреты.

Чувствуют себя опустошенными, завидуют другим.

Часто испытывают гнев.

Не могут определить свои истинные желания.

Ложные:

С легкостью пускают домашних животных к себе.

Делятся личными предметами.

Часто просят советы у окружающих.

Часто забывают свои вещи в разных местах.

Не доверяют незнакомым людям.

Испытывают удивление при неожиданных моментах.

Часто круг их друзей постоянно меняется.

## **6. Разминка «Необыкновенный предмет»**

Цель: повышение активности группы.

Участники бросают друг другу мяч. Тренер дает задание: мяч – это «горячая картошка», «ледышка», «красивая бабочка».

## **7. Упражнение «Я изменяю не только мир, но и себя»**

Цель: потренировать способы отстаивания собственных границ.

Ведущий предлагает участникам поделится на команды, каждой из которых дается задание – предложить свои варианты, как можно отстоять свою психологическую границу.

Инструкция: Предлагаю разделить на команды. У каждой команды будет задание – предложить свои варианты «отстаивания границ». Как мы можем показать, что идет нарушение границ и что за них заступать – не надо.

Пояснение.

Как мы можем проявить свои границы перед другими людьми:

1. При помощи речи выразить то, что мы хотим, во что верим.
2. При помощи правды о себе (ложь обозначает ваши границы не в том месте, где они находятся на самом деле).
3. При помощи установления эмоциональной дистанции (если человек нарушает ваши границы, то отстраниться от близкого общения с ним и вовлеченности в его дела).
4. При помощи установления временных рамок общения (вы решаете сколько, когда и с кем общаться).

## **8. Разминка «Рецепт хорошего дня»**

Цель: подведение итогов, повышение эмоционального тонуса участников.

Ведущий предлагает участникам объединиться в группы по 3-4 человека и предлагает каждой команде придумать свой собственный рецепт блюда «хороший день». В нем должно быть 5-6 ингредиентов и соответственно способы приготовления. Затем каждые команды представляют свои варианты рецептов.

## **9. Завершение.**

**Цель:** завершение тренинга; каждый из участников получает индивидуальные рекомендации по применению полученных знаний.

Участники тренинга сидят в общем кругу. Каждый участник пишет вверху свое имя, например, «Иванов Михаил», после чего каждый лист передается участнику, сидящему справа.

Участник, сидящий справа, в течение одной минуты пишет рекомендации, которые он мог бы дать человеку, листочек с именем, которого он получил.

После этого все листы по команде тренера передаются дальше направо. Следующий сосед добавляет свои рекомендации.

Упражнение продолжается до тех пор, пока каждый не получит назад свой собственный лист с написанными на нем рекомендациями от каждого члена группы.

Имя написать на обратной стороне и рекомендации заворачивать, что бы их не было видно.

### **Тема заседания № 8 «Секреты психологического здоровья»**

**Цели:** изучить факторы, влияющие на психическое здоровье ребенка; побудить родителей проявлять заботу о психическом здоровье ребенка.

**Задачи:**

- выявить факторы, влияющие на психическое здоровье ребенка;
- практически освоить способы налаживания и оздоровления взаимоотношений «ребенок – взрослый»;
- научить способам эффективной коммуникации для разрешения проблем; - улучшить рефлексию взаимоотношений с ребенком.

**Материалы:** бланк теста «Воспитательная позиция»; таблица факторов, влияющих на психологическое благополучие ребенка в семье.

#### **Ход заседания:**

**1. Приветствие.** Участники группы бросают друг другу мяч и называют качества, необходимые родителям для сохранения психологического благополучия ребенка в семье.

**2. Вступительное слововедущего:** Здоровье – это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов (ВОЗ). Нервнопсихическое здоровье ребенка – это один из критериев здоровья в целом. На современном этапе развития общества жизненный уровень населения понизился, ускорился темп жизни. В связи с этим повысилась агрессивность людей, их занятость, и от этого страдают

дети. Из-за постоянной загруженности родителей, дефицита внимания базовые потребности ребенка в любви, ласке не удовлетворяются. В результате этого нарастает напряженность, агрессивность, озлобленность у детей, что говорит об отсутствии психологической безопасности в семье. Запись на доске или плакате: Родители воспитывают, а дети воспитываются той семейной жизнью, какая складывается намеренно или ненамеренно. Жизнь семьи тем и сильна, что ее впечатления постоянны, обыденны, что она действует незаметно, укрепляет или отравляет дух человеческий, как воздух, которым мы живы. Л. Н. Острогорский Каждый человек появляется на свет как нечто еще никогда не существовавшее до сих пор. Каждый человек по-своему видит, слышит, чувствует, думает, имеет индивидуальные возможности, способности, черты характера и т.д. Каждый человек проходит свой путь развития. Выделим, например, следующие этапы развития: 0-3 года; 3-5 лет; 6-10 лет; 11-14лет;15-17 лет.

**3. Практическое задание для родителей.** Вспомните себя в каждый из этих периодов. Напишите, кто оказал на вас наибольшее влияние? Чему Вы научились? (в конце работы обсудить результаты). Таким образом, на разных этапах формирования личности влияют близкие люди (члены семьи) и социум (учителя, друзья). И насколько удовлетворены наши потребности в общении и признании на каждом возрастном этапе, зависит психоэмоциональное благополучие, психологическое здоровье. Рассмотрим факторы, влияющие на психоэмоциональное благополучие ребенка в семье. Что вы знаете о важности следующих факторов, влияющих на развитие ребенка? Если этот фактор кажется вам важным, поставьте напротив него знак «+». Если нет, то «-». Запись на доске или плакате: № п/п Факторы, влияющие на развитие ребенка, Да Нет

1. Планирование беременности
2. Ожидание ребенка определенного пола
3. Постоянство материнской заботы
4. Режим питания
5. Наказание
6. Поощрение
7. Стилль воспитания в семье
8. Порядок рождения ребенка в семье
9. Имя ребенка.
- 10.Группа крови.

С помощью этой таблицы психолог анализирует приведенные факторы, обсуждает их с родителями, организует исследование.

#### **4. Мини-лекция «Как воспитывать детей с разной группой крови».**

Группа крови, как и прочие наследственные признаки, передается от родителей детям на генетическом уровне. Комбинации генов отца и матери образуют несколько пар. На сегодняшний день официально регистрируются четыре группы крови, которые принято обозначать как: первая (O), вторая (A), третья (B) и четвертая (AB). Первая группа крови. Большинство детей этой группы ласковы и послушны. Исключительно чувствительны по натуре. С раннего детства испытывают потребность в ласке и переживают недостаток родительской любви и внимания. Будучи отвергнутыми, теряют уверенность в себе и могут вырасти с чувством враждебности к обществу. Наделены склонностью к подражанию взрослым. Воспитание в самом нежном возрасте может сыграть определяющую роль в их жизни, гораздо более важную, чем в более старшем. С одной стороны, для детей этой группы характерны романтичность, идеализм, с другой – ранний практицизм, умение оценить выгоды и потери. Следует поощрять у них мечтательность и страсть к сочинительству. Самое опасное у детей первой группы – это проявление раннего эгоизма. Необходимо с раннего возраста настойчиво прививать им чувство коллективизма и объяснять необходимость думать о других. Ругая ребенка, нужно дать ему понять, что ваше отношение продиктовано исключительно заботой о нем, что он любим. Воздействовать на эмоциональную сферу ребенка с первой группой крови гораздо эффективнее, нежели взывать к его логике. Вторая группа крови. Многие дети упрямы и непоседливы, но по мере взросления становятся все более послушными. Их характерная особенность – повышенная внимательность как к окружению, так и к отношению к ним со стороны окружающих. Они чрезвычайно чувствительны к тому, что думают о них окружающие, поэтому внешне сдержанны и умеют себя контролировать. Обладают достаточной силой воли и твердостью, отстаивают свое «я». Большинство детей, впервые пришедших в детский сад, застенчивы и пассивны. Постепенно у них вырабатывается потребность всем и во всем уступать и угождать. И только в начальной школе у некоторых начинают появляться волевые качества. Главное в воспитании таких детей – помочь им обрести уверенность в себе. Эти дети испытывают постоянную потребность в понимании со стороны взрослых. Чем уверенней в себе ребенок, тем интенсивнее он развивается. Не следует ругать ребенка, заостряя внимание на его недостатках, это может подорвать его веру в себя. Ласковое слово и похвала оказываются часто незаменимыми помощниками коррекции поведения таких детей. Убеждение – вот главный подход к такому ребенку. По сравнению с другими дети с этой группой крови более медлительны, поэтому в общении с ними требуется больше

терпения. Но, занявшись делом, они стараются довести его до конца. Не подгоняйте, не торопите такого ребенка, иначе у него все будет валиться из рук. Третья группа крови. Дети жизнерадостны, игривы и интересны своей непредсказуемостью в словах и поступках. С ними не соскучишься, но они доставляют много хлопот, дети из разряда «неподдающихся». Все стандартные приемы – шлепки, крики, наказания – либо бесполезны, либо приводят к обратному результату. Ругать их надо строго и внушительно по нескольку раз за одно и то же, чтобы «дошло до сознания». Дети с ранних лет способны хладнокровно оценивать происходящее. Им безразлично, как к ним относятся окружающие. Они редко заводят друзей, заняты только собой, без энтузиазма относятся к общественно полезному труду. Воспитателям следует особое внимание уделять формированию коммуникативных навыков, объяснять правила поведения в обществе. При воспитании таких детей понадобятся терпение и выдержка. Четвертая группа крови. Дети этой группы толковы и покладисты. Но в детстве многие из них застенчивы и даже трусоваты, испытывают необъяснимый страх перед людьми. Причем у одних детей это заметно, у других принимает форму покорного послушания. Они также редко настаивают на чем-то, чего-то требуют, они робки и пугливы. Таким детям надо уделять особое внимание, соблюдать предосторожность, принуждая к чему-либо, не угрожать наказаниями. При внешне флегматичных признаках психика детей на самом деле ранима и восприимчива к обидам и несправедливости. Вместо того чтобы отругать ребенка, поговорите с ним мягко и задушевно, взывая к его разуму. У него 24 много здравого смысла – он вас поймет. Взывайте также к его чувству справедливости, которое у него очень развито.

**5. Исследование:** может ли влиять порядок рождения на развитие ребенка? Каким образом? Для проведения исследования родители делятся на группы: группа «младших», «старших», «средних», «единственных» детей. Комментарий Старшему ребенку в семье свойственны ответственность, добросовестность, стремление к достижениям, честолюбие. Он часто берет на себя часть родительских функций, заботясь о младших детях в семье. Он может чувствовать себя ответственным за семейное благосостояние, продолжение семейных традиций, часто становится лидером. Рождение следующего ребенка приводит к лишению его исключительной позиции в обладании любви и заботы матери и часто сопровождается ревностью к появлению соперника. Если старшему к этому моменту нет 5-6 лет, то появление брата или сестрички может вызвать сильный стресс. Родители переключили внимание на малыша, старший потерял власть над ними. Но он еще мал, чтобы понять, что произошло, его ощущения можно сформулировать примерно так: «Мое место занял кто-то другой». Такая реакция сильнее, если дети однополые. Младшему ребенку в семье

свойственны беззаботность, оптимизм, готовность принимать чужое покровительство. Для членов своей семьи он может так и остаться навсегда малышом. К его достижениям родители, как правило, относятся менее требовательно. В отношениях с людьми манипулятивен, враждебен, конфликтен, он более ориентируется на себя, чем на других. Младшие всегда становятся любимчиками, поэтому в отличие от старших более эмоционально стабильные, более общительные. Как правило, на них возлагают меньше обязанностей, но стереотипы поведения закладываются уже в этот период. Бывает, что за ними навсегда закрепляется прозвище «малыш». Безусловно, это не может не повлиять на развитие личности ребенка. Средний ребенок может показывать характеристики как младшего, так и старшего или их комбинации. Часто вынужден бороться за то, чтобы быть замеченным и получить свое место в семье. Единственный ребенок оказывается одновременно самым старшим и самым младшим ребенком в семье. Более чем какой-либо другой ребенок, единственный ребенок наследует характеристики своего родителя того же пола. Единственные дети часто имеют привязанность к родителям на протяжении всей жизни. Поскольку родители склонны возлагать большие надежды на своего единственного ребенка, как и на старшего, он обычно отличается в школе и в последующих областях приложения сил. Однако, находясь во власти родителей, под их постоянной опекой, у ребенка может сформироваться беспомощность. Существуют два типа единственных детей: рано взрослеющий и «маменькин сынок», особенно второй вариант распространен в семьях, где были проблемы с беременностью, поздние роды и т. п. Воспитательная позиция тоже играет важную роль в психологическом здоровье ребенка.

**6. Тест «Воспитывающая позиция».** Подумайте и ответьте, свойственно ли Вам такое поведение? 0 – никогда; 1 – редко; 2 – часто; 3 – почти всегда; 4 – всегда.

- Говорить, что вас нет дома, когда вы есть.
- Переходить улицу в неполюженном месте.
- Курить.
- Извиняться, когда вы не правы.
- Громко рассказывать «взрослые» анекдоты.
- Эмоционально «выражаться», когда у вас что-то не получается.
- Долго сидеть за столом, разговаривать с друзьями.
- Добиваться своей цели, преодолевая сопротивление.



- Уступать место в транспорте.
- Не обращать внимания, когда вас провоцируют на грубый ответ,
- Смотреть фильмы на любые темы.

После того как вы ответите на эти вопросы, представьте, что во всех ситуациях рядом с вами Ваш ребенок. Изменятся ли Ваши ответы? Большинство людей при присутствии ребенка заставляют воспринимать ситуацию как воспитывающую. А как воспринимаете ее Вы?

**7. Методы общения с ребенком (рекомендации).** В воспитании ребенка огромную роль играет психологический микроклимат в семье, общение с ребенком. В общении с ребенком у родителей часто возникают проблемы. Что может сделать родитель?

1. Попытаться непосредственно повлиять на ребенка.
2. Повлиять на самого себя.
3. Попытаться повлиять на обстоятельства.

Существуют 2 формы сообщения в общении с ребенком «Я-сообщение», «Ты-сообщение». Например, Ты – сообщение Родитель устал – «Ты меня утомил» – Реакция ребенка «Я – плохой». Я – сообщение Родитель устал – «Я очень устал» – Реакция ребенка «Папа устал». Цель: «Я – высказывания» не заставить кого-то что-то сделать, а сообщить свое мнение, чувство, потребность. В такой форме ребенок услышит и поймет гораздо быстрее. «Ты – высказывание» часто становится родительским посланием, прогнозом, которым ребенок руководствуется всю жизнь. Часто многие взрослые вспоминают такие фразы: «Ты всегда будешь добиваться всего соплями и слезами» или «Мне моя мама часто говорила, что в нашей семье все женщины несчастны» и т. п. Родители произносят эти фразы, чтобы уберечь детей от тягости жизни, однако не все дети понимают это.

**8. Упражнение «Переделай ты – сообщение».** Задание дается на карточках индивидуально или по подгруппам.

- 1) Ты постоянно не можешь завязать шнурки (вариант: «Я так устаю каждый раз завязывать тебе шнурки, как бы мне хотелось, чтобы ты сделал это самостоятельно»).
- 2) С тобой бесполезно что-то обсуждать, ты никогда не слушаешь. («Когда я хочу поделиться с тобой чем-то важным, мне хотелось, чтобы ты был внимательным...»).
- 3) Ты – жадина, ты не поделился конфетой с сестрой («Я очень расстроена, что ты не поделился конфетой»).

**9. Рефлексия «Семейные заповеди».** Участникам предлагается написать список семейных заповедей, которых должны придерживаться родители для формирования психологической безопасности ребенка в семье. Затем происходит взаимообмен, обсуждение.

### **Тема заседания № 9 «Я родитель, а это значит...»**

**Цель:** гармонизации детско-родительских отношений, формирования эффективной родительской позиции, повышения уровня родительской компетентности в вопросах воспитания детей.

**Задачи:**

- формировать позитивный образ родителя и родительских установок;
- развивать самокритичность, умение объективно оценивать свои личностные качества;
- формировать представление о безусловном принятии как главном условии удовлетворения потребности ребенка в любви;
- содействовать улучшению понимания родителями собственного ребенка, особенностей и закономерностей его развития. расширять поведенческий репертуар во взаимодействии с детьми и с другими членами семьи;
- оптимизировать взаимодействие между родителями и детьми, улучшение понимания родителями детских потребностей;
- развивать способности эмоциональной саморегуляции за счет осознания своих эмоций, чувств и переживаний.

#### **Ход заседания:**

##### **1. Вступительное слово ведущего:**

Инструкция: знакомство с целью и задачами групповой работы, темой и формой проведения занятия. Выработка правил работы на занятие – участникам зачитываются утверждения, которые они должны обсудить и выбрать подходящие для эффективного взаимодействия:

- конфиденциальность — всё, что происходит на тренинге, не выносится за его пределы;
- Я-высказывание — говорим только о собственных чувствах;
- отсутствие оценочных суждений — не даём оценку личности других участников;
- право на ошибку — на тренинге нет «правильного» и «неправильного»;
- один говорит, другие молчат — не перебиваем друг друга;
- следует быть активным, принимать участие во всех видах деятельности;
- добровольность — можно не участвовать в отдельных упражнениях.

##### **2. Упражнение «Самопрезентация»**

Участникам раздаются карточки и карандаши для оформления «визиток». Через некоторое время необходимо предъявить свою «визитку»

В визитке должно быть:

- Назовите свое имя и как хотите, чтобы вас называли в группе. несколько слов о себе и о своем ребенке.

- Пожелания себе как родителю.
- Чего ожидаете от этого занятия?

### **3. Упражнение «Мастер»**

Сидя в кругу, участники рассказывают о том, чему бы он мог научить своего ребенка, в чем он чувствует себя специалистом, что он умеет делать мастерски (семья, дом, воспитание).

### **4. Упражнение «Ребенок в нас»**

Бросая мяч, участники обращаются друг к другу с фразой: «Мне кажется, в детстве ты был(а)...» В ответ каждый может согласиться или нет с данной ему характеристикой. Это упражнение помогает участникам глубже познакомиться, кроме того способствует активизации детского эго-состояния родителей, что создает базу для дальнейшей психокоррекционной работы.

### **5. Упражнение-разминка «Группировки»**

Инструкции: участникам предлагается, молча, с помощью невербального общения объединиться:

В зависимости от количества детей в семье;

В зависимости от пола детей;

- в семье только девочки;

- в семье и девочки, и мальчики;

- в семье только мальчики.

Тем, кто каждый день играет с ребёнком;

Тем, у кого хорошие взаимоотношения с детьми.

После игры проходит обсуждение.

### **6. Упражнение «Памятник чувству»**

Это вариант известной техники «Скульптор», являющийся одновременно и разминочным упражнением, и хорошим введением в тему. Родители работают в парах, один выполняет роль «глины», другой - «скульптора». «Скульпторы» получают карточки с названиями чувств, эмоциональных состояний, «памятники» которым они должны без слов «слепить», используя тело партнера. На этапе обсуждения мы предлагаем родителям ответить на два дополнительных вопроса:

1) когда вы испытываете данное чувство по отношению к своему ребенку?

2) когда, по вашему мнению, ребенок испытывает его по отношению к вам?

«Эмоции, которые подавляются, сохраняются. Чувства, которые допускаются и признаются, теряют свою разрушительную силу. Называние и признание подавленных эмоций приносит ребенку огромное облегчение, радость, ощущение близости с родителями, сознание того, что тебя слышат и понимают».

### **7. Диагностическое упражнение «Идеальный родитель»**

*Инструкция.* Участникам предлагается методом «мозгового штурма» составить словесный портрет «идеального родителя». Ведущий записывает повторяющиеся высказывания родителей на доске.

Затем на рисунке, где изображены расходящиеся от центра к краям круги (подобие «мишени»), каждому участнику предлагается поставить любой знак синим фломастером там, где он, по собственному мнению, находится относительно центра круга. Центр символизирует «идеального родителя» со всеми перечисленными качествами. Далее предлагается подумать и предложить, где они окажутся после прохождения тренинга, поможет ли он приблизиться к центру. Это место – предполагаемая цель, конечный результат, его нужно отметить красным цветом.

В заключении каждому родителю предлагается определить и записать 2-3 качества, необходимых для достижения поставленной цели.

### **8.Мини-лекция «Идеальный родитель»**

Чтобы приблизиться к «идеальному родителю», нужно научиться соблюдать правило трёх «П»: принятие, признание, понимание. (Проходит обсуждение правила).

Сегодня мы поговорим с Вами о характере ребёнка. Характер – это результат семейного воспитания, и его зачатки можно увидеть уже на третьем году жизни ребёнка. Стиль семейного воспитания – это наиболее характерные способы общения родителей с ребёнком, использование ими определённых средств и методов педагогического воздействия, которые выражаются в своеобразной манере словесного взаимодействия. В каждой семье свой стиль общения. Собственно, умение взаимодействовать с детьми очень важно. Вы можете спросить себя, как найти время для общения, ведь сегодня слишком высокий темп жизни, всё происходит в спешке. Вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даёте детям наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня. В следующий раз встречаетесь с детьми уже вечером. Совместный ужин, разговор создают семейный комфорт. Именно такие минуты могут сплотить и укрепить семью. Однако опять общение ограничивается короткими фразами. Разве можно нормально поговорить, когда включён телевизор и какая-то женщина уже третий раз рекламирует стиральный порошок?

Исследователи утверждают, что родители разговаривают с детьми 20 минут в день. Из них 10 минут приходится на раздачу указаний. Учёные определили, что существует несколько моделей общения, а значит и воспитания: авторитарный, демократический, попустительский, хаотический и опекающий.

Непредсказуемость родительских реакций лишает ребёнка ощущения стабильности и провоцирует повышенную тревожность, неуверенность, импульсивность, а в сложных ситуациях даже агрессивность и неуправляемость, социальную дезадаптацию.

При таком воспитании не формируются самоконтроль и чувство ответственности, отмечаются незрелость суждений, заниженная самооценка.

Несмотря на внешнюю заботу, опекающий стиль воспитания приводит, с одной стороны, к чрезмерному преувеличению значимости у ребёнка, с другой – к формированию у него тревожности, беспомощности, запаздыванию социальной зрелости.

### **9. Упражнение «Принятие чувств»**

Участники делятся на микрогруппы по 4-5 человек, каждая из которых получает задание переформулировать неэффективные родительские ответы так, чтобы были приняты чувства ребенка. Приводим образцы заданий и возможные варианты ответов:

- «Не смей его бить! Это же твой брат!» ( «Ты можешь злиться на брата, но бить его нельзя».)

- «Не бойся. Собака тебя не тронет». («Симпатичный пес... Но если боишься - давай перейдем на другую сторону».)

- «Улыбнись. Все не так плохо, как тебе кажется» («Я бы тоже расстроился. Но, может, мы вместе найдем выход?»)

- «Подумаешь - укол! Даже малыш не боится, а ты...» («Да, укол - это больно. Если ты боишься, можешь взять меня за руку».)

В процессе обсуждения этого упражнения родители знакомятся с понятием «активного слушания», автором которого является Т. Гордон, американский психолог. Слушать активно - значит улавливать, что ваш ребенок пытается вам сказать на самом деле, что он чувствует

на самом деле, и озвучивать эти чувства своими словами, окрашивая свои высказывания пониманием и неподдельной заботой (еще один термин, описывающий это явление, - «эмпатия»). Навык активного слушания невозможно выработать одним упражнением, на одном занятии. Поэтому к этой теме необходимо возвращаться на протяжении всего курса.

### **10. Упражнение «Реклама»**

Составьте список качеств вашего ребёнка (можно одно), которые вызывают у вас беспокойство, и требующие в вашем ребенке изменения. Посмотрите на эти качества. Я предлагаю прорекламить это качество в целях продажи, т. е. найти в этих качествах положительные моменты и рассказать о них так, чтобы другие захотели приобрести данное качество (родители делятся по группам выделившихся качеств).

### **11. Упражнение «Наказание»**

Родителям предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: Что вы чувствовали тогда? Каковы были ваши телесные ощущения? О чем вы тогда думали? Что вам хотелось сделать? Обсуждение этого упражнения часто делает излишней какую-либо дополнительную информацию о негативных последствиях наказаний.

### **12. Упражнение «О ком я забочусь».**

Необходимо составить список людей, о которых каждый участник заботится на данном этапе своей жизни. Как правило, люди забывают внести в этот список себя, на что, и призвано обратить внимание данное упражнение.

### **13. Упражнение «Мозговой штурм»**

Группа делится на две команды, каждая из которых должна в течение определенного времени привести как можно больше аргументов в пользу тезиса: «Заботясь о себе, мы заботимся о своей семье».

### **14. Обратная связь**

*Инструкция.* Участникам предлагается по кругу рассказать о своих впечатлениях от занятия, определить, какой процент полезной информации они получили, насколько оправдались их ожидания.

Психолог раздаёт каждому участнику памятку «Что делать и не делать с ребёнком дошкольного возраста».