

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
Центр развития ребёнка - детский сад № 33 ст. Тамань муниципального образования  
Темрюкский район

Утверждаю  
Заведующий МБДОУ ЦРР-ДС № 33  
Дубинина Т. В.  
« 16 » 07 2023 г.



**Программа психологических тренингов для  
родителей и их детей  
«Родительская эффективность»**

ст. Тамань  
2023 г.

## Цикл психологических тренингов для родителей и их детей

### «Родительская эффективность»

Семья до недавнего времени была объектом пристального внимания таких отраслей психологии, как психогенетика и психотерапия. Стремительное развитие семейной терапии позволило изучить многие отклонения от нормы в семейных отношениях и их влияние на психическое развитие членов семьи, снабдило диагностов инструментарием, выделило структурные составляющие семейных отношений.

Вместе с тем отрицательным наследством победного шествия психотерапии стало преувеличенное внимание к аномальному развитию. Типичная для нашей культуры семья: полная, малолетняя, не нуждающаяся в помощи психотерапевта, - только в последнее время обратила на себя внимание исследователей.

Семья - это естественная группа, в которой со временем возникают стереотипы взаимодействий, эти стереотипы создают структуру семьи, определяющую функционирование ее членов, очерчивающую диапазон их поведения и облегчающую взаимодействие между ними.

В современном мире все больше растет понимание семьи как определяющей не только развитие ребенка, но и, в конечном итоге, развитие всего общества. Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром, Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из поколения в поколение. В каждом обществе складывается определенная культура взаимоотношений, взаимодействия между родителями и детьми, возникают социальные стереотипы, определенные установки, взгляды на воспитание в семье.

Рост интереса к проблемам семейного воспитания в нашей стране связан с новыми социально-экономическими условиями. Смена идеологических ориентиров или полное их отсутствие по ряду позиций создают трудности, с которыми приходится сталкиваться современным родителям. Многие родители достаточно хорошо осознают недостатки собственного воспитания, но очень часто им не хватает элементарной психологической грамотности, чтобы решить свои проблемы. В процессе изучения и поиска адекватных методов коррекции родительского отношения К.Роджерс отмечал, что ни прямое обучение, ни аналитико – интерпретативный метод не дают эффективных результатов, так как родительское отношение характеризуется необыкновенной устойчивостью и повышенной сопротивляемостью изменениям. Наиболее эффективным может стать прием, который создаст условия для самостоятельной, активной, сознательной перестройки отношений самими родителями, - родители должны стать активными участниками коррекционного

процесса. В наибольшей степени этому способствуют групповые и игровые методики, используемые в рамках социально-психологического тренинга (Л.А. Петровская, 1982; Ю.Н. Емельянов, 1985; Н.В. Ключев, 1992). Основой их интеграции в данном случае является подведение родителей к осознанию и самостоятельной формулировке проблемы, искоренение и развенчание связанных с ней поведенческих и ценностных стереотипов через рефлекссию и проигрывание последствий для психического и физического здоровья, социальных контактов, общей удовлетворенности жизнью и переход к новым ценностям и формам поведения через осознанное самоопределение.

### ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ

Концептуальной основой тренинга является идея сотрудничества взрослого с ребенком, поэтому **основная цель программы** - *способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества родителя с ребенком*. За основу тренинга взята программа СПТ И.М. Марковской, которая была дополнена идеями А.Я. Варга, Р. Кэмпбелл, И.М. Желдака, а также строилась с учетом собственного опыта работы с родителями, имеющими детей дошкольного возраста.

#### **Задачи программы:**

- расширение возможностей понимания и принятия своего ребенка;
- улучшение рефлексии своих взаимоотношений с ребенком;
- выработка новых навыков взаимодействия с ребенком;
- формирование умения получать дополнительные знания о своем ребенке;
- активизация продуктивной коммуникации в семье.

Основные блоки программы: диагностический, информационный, социально-коммуникативный, развивающий.

Диагностический блок заключается как в первоначальной диагностике взаимоотношений родителей и ребенка до проведения тренинга, так и в последующей поэтапной диагностике во время проведения занятий (в том числе в процессе совместной деятельности родителей и детей). Для отслеживания итоговой эффективности тренинга диагностика проводится спустя некоторое время после его окончания.

Информационный блок раскрывается в конкретном содержании тех знаний, которые стремится довести ведущий до участников тренинга.

Социально-коммуникативный блок связан с передачей и приобретением участниками тренинга знаний, формированием умений и навыков, развитием установок, определяющих эффективное поведение в общении.

Развивающий блок программы состоит в формировании и закреплении эффективных навыков взаимодействия с ребенком, в развитии рефлексии, предоставляет возможности активного самопознания и познания своего ребенка.

***Методами реализации тренинга выступили:***

- метод проигрывания конкретных и абстрагируемых ситуаций. С его помощью развивается умение видеть ситуацию с различных позиций и способность самостоятельно принимать адекватные сложившейся ситуации решения;

- метод тренировки чувствительности (сенситивный или социально-психологический). Позволяет осуществлять обратную связь, совершенствовать самовосприятие и самопознание;

- метод рефлексии и саморефлексии;

- метод дискуссии, дающий участникам тренинга возможность обсудить возможные решения проблемных ситуаций во взаимодействии с ребенком и найти то общее, что объединяет их самих и их детей.

***Задачи ведущего:***

- излагать научную информацию в доступной форме;

- организовывать дискуссии, задавать наводящие вопросы и расставлять смысловые акценты;

- поддерживать внимание участников к проблеме, эмоционально сопереживать, создавать ситуацию размышления;

- организовывать анализ ситуаций и профессионально подводить итоги;

Каждое из занятий тренинга включает *следующие этапы:*

***1. Подготовительный этап.***

На данном этапе проводятся психогимнастические упражнения, направленные на снятие эмоционального напряжения участников и сплочение группы. Далее ведущий подводит группу к формулированию проблемы, которой будет посвящено занятие.

***2. Основной этап.***

На этом этапе ведущий озвучивает центральную проблему занятия и излагает необходимую научную информацию по данной теме. Затем участникам предлагается обыгрывание абстрагируемых ситуаций, в контексте проблемы занятия, а также разбор конкретных ситуаций, возникающих в процессе взаимодействия родителя с ребенком. Ведущий организует дискуссию, в ходе которой участники могут понять, что они не одиноки в своей проблеме. Участники тренинга учатся находить то общее, что объединяет их самих и их детей, учатся совместными усилиями решать возникающие проблемы.

### **3. Завершающий этап.**

Данный этап занятия посвящен обобщению и подведению итогов, анализу информации, полученной в ходе занятия. Кроме того, участники тренинга получают домашнее задание, предусматривающее обязательное ведение специальных дневников.

Особое внимание в ходе тренинга мы уделяем совместной деятельности родителей и детей на каждом из занятий, так как это позволяет: родителю - реализовать приобретаемые в ходе тренинга новые навыки взаимодействия с ребенком на начальном этапе под наблюдением (с необходимыми консультациями) психолога; психологу - отслеживать все нюансы изменений во взаимодействии родителей и детей в ходе тренинга. Процедура совместной деятельности выглядит следующим образом: во время занятия тренинга дети присутствующих родителей находятся в игровой комнате с воспитателем (помощником психолога) и занимаются по текущему плану ДОО. Для проведения совместной деятельности воспитатель приводит детей в тренинговую группу родителей и возвращает их в игровую комнату по завершении совместной работы детей и родителей.

Программа рассчитана на 12 занятий, продолжительностью 2-3 часа каждое, интенсивность занятий - 1-2 раза в месяц. В группу может входить от 8 до 12 человек. Формирование группы происходит на добровольной основе. В группу входят родители, имеющие детей 6-7 лет. Занятия может посещать один или оба родителя, иногда они могут меняться (по очереди посещать группу). Это могут быть и близкие родственники, но обязательно те, кто непосредственно занимается воспитанием ребенка. Вне тренинговых занятий родители могут получить необходимую психологическую помощь в ходе индивидуальных консультаций.

## Занятие 1

### Тема «Знакомство»

**Цели:** знакомство участников друг с другом. Выяснение ожиданий и опасений родителей. Общая ориентация в проблемах родителей.

#### *Содержание занятия.*

1. Ведущий рассказывает о том, что взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из поколения в поколение. В каждом обществе складывается определенная культура взаимоотношений между родителями и детьми, возникают социальные стереотипы, определенные установки и взгляды на воспитание в семье, и вряд ли будет преувеличением сказать, что цивилизованность общества определяется не только отношением к женщинам, но и отношением к детям.

Рост интереса к проблемам семейного воспитания в нашей стране связан с новыми социально-экономическими условиями. Смена идеологических ориентиров или полное их отсутствие создают трудности, с которыми приходится сталкиваться современным родителям. Кроме того, предстоящее обучение ребенка в школе часто увеличивает круг этих трудностей. Анализ различных семейных ситуаций и проблем в группе помогает родителям взглянуть на себя со стороны, «глазами других», помогает понять, что каждая проблема не единична в своем роде и вполне может быть разрешима.

Далее ведущий объясняет, что представляет собой работа в тренинговой группе, знакомит участников с целями и задачами тренинга. Оговариваются условия и режим работы, вводятся правила групповой работы.

2. **Процедура знакомства:** участники создают свои бейджи, которые будут использоваться и на последующих занятиях, представляются и высказывают свои опасения и ожидания о предстоящей работе.

3. **Игра «Кого затронули»** способствует снятию эмоционального напряжения и сближает участников группы. Все участники сидят по кругу, ладони сложены вместе. Ведущий, обходя по кругу, незаметно кладет в ладони одного из участников какой-либо мелкий предмет. Затем участникам нужно указать, у кого спрятан предмет.

4. Ведущий говорит о важности понимания себя самого и понимания своего ребенка, предлагает родителям ответить на ряд вопросов. Родители впервые обращаются к своим дневникам, о которых ведущий должен сказать особо. Следует обратить внимание на важность ведения дневников и выполнения домашних заданий, так как их обсуждение всегда происходит на следующих занятиях.

На этом занятии родители заполняют таблицу, отвечая на вопросы от своего имени и от имени ребенка, оставляя место для реального ответа ребенка, который они получают уже дома.

Вопросы	Ответ родителя	Ответ за ребенка	Ответ ребенка (домашнее задание)
1.			
2.			

*Примерный перечень вопросов для родителей старших дошкольников:*

1. Мое любимое животное и почему? Мое нелюбимое животное и почему?
2. Моя любимая сказка. Сказка, которая мне не нравится. Почему?
3. Доброго волшебника я попросил бы... А злого попросил бы... Почему?
4. В каких животных превратил бы волшебник меня самого и членов моей семьи. Почему?

Далее ведущему нужно организовать обмен информацией по результатам заполнения таблицы и придать ему вид свободной дискуссии. Здесь важно, чтобы участники группы, рассказывая о себе, нашли то общее, что объединяет их самих и их детей. Ведущий, проводя статистику и анализ высказываний родителей и детей, может подчеркнуть, какие животные, сказки, желания назывались в группе чаще всего и почему.

Совместная деятельность родителей с детьми (лепка из пластилина на свободную тему, но обязательно нужно создать единую композицию). Далее обсуждение итогов совместной деятельности, обмен впечатлениями: Какие затруднения испытывали родители? Что удивило в ребенке?

Ведущий предлагает всем участникам разделиться на группы (3-4 человека). Каждой подгруппе предлагается перечень тем для дальнейших занятий группы. Родители в подгруппах обсуждают полученный список, меняют его по своему усмотрению. Затем каждая подгруппа зачитывает свой список, и вся группа выбирает темы занятий, т.е. составляется единый список тем для работы группы на все время.

**5. Домашнее задание:** домашняя работа включает завершение таблицы в графе ответов ребенка.

## Занятие 2

### Тема «Мир детский и мир взрослый»

**Цели:** осознание разницы между «миром» ребенка и взрослого, что выражается в особенностях восприятия, эмоциональных переживаниях, мотивации поведения и т.д. Приобретение навыков анализа причин поведения ребенка, исходя из позиции ребенка.

#### *Содержание занятия.*

##### *1. Упражнение «Нетрадиционное приветствие».*

Целью является снятие напряжения и развитие навыков невербального общения. Ведущий: «Мы привыкли к стереотипам. Они помогают нам жить, но иногда и обедняют жизнь. Давайте попробуем испытать новые эмоции, а заодно и освоить нетрадиционное приветствие». Далее участники предлагают свои варианты приветствий и вся группа их обыгрывает.

2. Обсуждение домашнего задания в форме групповой дискуссии. Ведущий в качестве итога говорит о том, что наши представления и желания очень часто не совпадают со взглядами и представлениями детей.

##### *3. Информационная часть.*

Ведущий объясняет причины разной организации восприятия окружающего мира ребенка и взрослого, называя такие особенности детского мира (в сравнении с миром взрослых), как:

- отсутствие сложившихся взглядов;
- быстрота перевоплощения;
- эмоциональность;
- необремененность бытовыми заботами;
- открытость;
- импульсивность;
- жизнь настоящими (происходящими сейчас) событиями.

Список может дополняться участниками тренинга в ходе групповой дискуссии.

Часто родителю кажется, что ребёнок плохо себя ведет из-за злой воли, стремясь «насолить» родителю, однако так бывает далеко не всегда. В основе любого нежелательного поведения ребенка могут лежать следующие цели:

- требование внимания или комфорта;
- желание показать свою власть или демонстративное неповиновение;
- месть, возмездие;
- демонстративное утверждение своей несостоятельности или неполноценности как соответствие ожиданиям родителей.

Мы часто исходим из положения, что дети должны понимать нас и окружающий мир так же, как и взрослые, но это величайшее заблуждение. Дети делают свои выводы, учитывая при этом не только то, что мы им говорим, но и то, что мы при этом делаем, как ведем себя с другими людьми. Наш личный пример является подчас более воспитывающим, чем любые наставления.

##### *4. Психогимнастическое упражнение «Тактильные ощущения».*

Один из участников выходит в центр круга и закрывает глаза, остальные подходят к нему и кладут (по очереди) свои руки на его ладони. Задача участника - постараться определить по рукам, какой мамой (или каким папой) может быть этот человек, более мягким или более жестким. Методом отбора формируются 2 группы: мягкие и строгие родители. После этого основной участник объясняет, на какие признаки он ориентировался и



совпали ли его тактильные ощущения с тем, что он потом увидел. Упражнение дает прекрасный повод для обратной связи участникам группы: рефлексии восприятия себя, как родителя, другим родителем.

#### **5. Совместная деятельность детей и родителей.**

Каждой паре (родитель-ребенок) выдается набор сюжетных картинок, последовательное расположение которых возможно в 2 вариантах. Первым картинку раскладывает ребенок, а затем родитель собирает второй вариант сюжета.

Далее организуется обсуждение (между родителями), являлось ли для них «видение ситуации» ребенком неожиданным? Быстро ли они поняли идею ребенка? Чье расположение картинок они считают более целесообразным?

#### **6. Упражнение «Билль о правах».**

Ведущий делит группу родителей на две половины. Одна группа представляет детей, а другая - родителей. Задача каждой группы заключается в составлении списка своих прав. После того как каждая группа закончила подготовку такого списка (в течение 15-20 минут), «родители» и «дети» начинают поочередно предъявлять эти права друг другу, причем каждое право может быть внесено в окончательный список только тогда, когда оно принято другой стороной. Каждая сторона имеет возможность исключить какое-то право или настаивать на его изменении. Ведущий регулирует дискуссию и выносит принятые обеими сторонами права на видное место (доску, лист ватмана).

В этой игровой ситуации хорошо моделируются процессы отстаивания детских прав и те состояния, которые возникают в связи с этим у детей и родителей. До начала работы групп нужно внести уточнение, что «дети» будут в возрасте 6-7 лет (то есть старшем дошкольном).

#### **7. Домашнее задание.**

В своих дневниках родителям предлагается завершить фразу: «Воспитание - это...». Количество таких фраз-вариантов должно быть не менее 10.

### Занятие 3

#### Тема «Наука воспитания»

**Цели:** осознание разницы между различными подходами к воспитанию. Развитие умения слышать различные позиции людей и извлекать из этого опыт для решения своих проблем.

#### *Содержание занятия.*

##### *1. Упражнение «Комплимент».*

Цель – снятие эмоционального напряжения и развитие умения видеть в любом человеке положительное. Сидя в кругу, каждый участник должен посмотреть на соседа слева и сделать ему какой-либо комплимент.

2. На большом стенде перед родителями помещаются рисунки, изображающие различные ситуации с участием ребенка (например: ребенок играет с другими детьми, ребенок ложится спать, ребенок умывается и т.п.). Родителям предлагается, опираясь на данные картинки, вспомнить те негативные моменты, которые произошли (или происходят) между родителем и ребенком в течение прошедшего месяца.

Далее родителям по очереди предлагается сформулировать проблему, связанную с негативным поведением ребенка, и связать свою проблему с одной из причин:

1. Вы оказались плохим родителем.
2. Ваш ребенок становится хуже.
3. Ребенок не любит Вас.

Далее ведущий подводит участников к выводу о том, что часто многие проблемы между детьми и родителями связаны с не совсем правильным подходом к процессу воспитания.

**3. Обсуждение домашнего задания** – выясняется мнение родителей о том, как они понимают содержание понятия «воспитание».

##### *4. Информационная часть.*

Ведущий знакомит участников с двумя основными принципами воспитания (по Р.Кэмпбелл), по мнению которого многие проблемы между родителями и детьми происходят от одного главного корня, определяющего процесс воспитания: все дело в том, как мы реагируем на нужды наших детей. Все возможные нюансы, существующие в отношении родителей к потребностям своих детей в процессе воспитания, можно вместить в две стратегии: **принцип реагирования и принцип активного взаимодействия**. Ключевое различие этих двух подходов к воспитанию заключается в следующем.

*Воспитание, основанное на принципе реагирования, опирается в основном на поведение детей.*

*Воспитание, основанное на принципе активного взаимодействия, опирается в основном на потребности детей.*

Первый тип воспитания ориентирован на наказание за поступки; второй - на внимательное отношение к главным потребностям детей и их удовлетворение.

По мнению Росс Кэмпбелл, детские нужды могут быть представлены в виде 4 пунктов - «краеугольных камней воспитания»:

- удовлетворение эмоциональных и всех жизненно важных потребностей ребенка;
- дисциплинирование в атмосфере любви;
- обеспечение физической и эмоциональной безопасности ребенка;
- развитие у ребенка навыков управления своим гневом.

Стараясь удовлетворять нужды детей, никогда нельзя упускать из виду *главную цель воспитания* - подготовку их к ответственной, счастливой и успешной взрослой жизни. Если родитель в процессе воспитания ограничивается реакцией на конкретные поступки ребенка и устранивается от активного участия в его жизни, пока не придет беда, то постоянным

спутником такого водителя станет чувство безнадежности и отчаяния, так как он всегда будет плестись в хвосте событий. Такое положение не может не отразиться и на детях: они будут постоянно разочарованы и в себе, и в родителях. Дети нуждаются в руководстве и наставлении родителей, а не просто в реакциях на их поведение.

Далее родителям предлагается определить, к какому принципу воспитания (принцип реагирования или принцип активного взаимодействия) можно отнести следующие нюансы в отношении родителей к детям:

- максимальное полноценное внимание к ребенку;
- стремление к общению с ребенком «глаза в глаза»;
- позитивная реакция на хорошее поведение ребенка и негативная - на плохое;
- большое количество различных подарков;
- физический контакт с ребенком только во время купания, при одевании и т.п.;
- общение с ребенком «глаза в глаза» только в случае его плохого поведения;
- принятие ответственности за воспитание ребенка на себя;
- дополнительный физический контакт в виде похлопывания по плечу, прикосновения к руке, волосам и т.п.;
- нейтральная реакция на хорошее поведение ребенка и негативная на плохое;
- перекладывание ответственности за воспитание ребенка на других.

Если родителю удастся применить 4 основополагающих принципа – «краеугольных камня воспитания», то с течением времени станет возможным ослабить контроль над детьми, поскольку они сами смогут принимать правильные решения.

**5. Участникам предлагается истолковать смысл пословиц, касающихся воспитания:**

- Потихоньку и ольху согнешь, а в круте и вяз сломишь.
- Чем бы дитя ни тешилось, лишь бы не плакало.
- У семи нянек дитя без глазу.
- Не мы на детей походим, они на нас.
- Яблоко от яблоньки недалеко падает.

Ведущему важно искать пути для создания атмосферы групповой сплоченности и подчеркивать возможность использования своего и чужого опыта для решения проблем воспитания.

#### **6. Совместная деятельность родителей и детей.**

Проводится описание картинок по Роршаху. Каждая пара (ребенок-родитель) по очереди получает одну из 10 картинок с изображениями пятен Роршаха. Им предлагается сначала назвать как можно больше идей о том, на что это похоже, а потом прийти к одному названию. Эта работа не только способствует развитию совместного воображения родителя и ребенка, но и служит хорошим диагностическим средством сферы родительско-детского взаимодействия.

**7. Домашнее задание.** Родителям нарисовать рисунок на тему «Моя семья».

## Занятие 4

### Тема «Моя семья»

**Цели:** знакомство участников с особенностями развития и функционирования семьи с позиций системного подхода. Приобретение навыка выявления эмоциональных и материальных ресурсов в решении семейных проблем.

#### *Содержание занятия.*

##### *1. Упражнение «Пишущая машинка».*

Цель - снятие эмоционального напряжения, сплочение группы. Ведущий, называя алфавит, говорит участникам, кто за какую букву отвечает. Затем произносит слово (фразу, строчку из стихотворения), и участники должны ее повторить, называя каждый свою букву.

##### *2. Информационная часть.*

Ведущий рассказывает о том, что с точки зрения системного подхода *семья - это социальная система*. То есть комплекс элементов и их свойств, находящихся в динамических связях и отношениях друг с другом. Семейная система - это открытая система, она находится в постоянном взаимодействии с окружающей средой. Семейная система - это самоорганизующаяся система, т.е. поведение системы целесообразно, и источник преобразований системы лежит внутри ее самой. Семейная система - это группа людей, связанная общим местом проживания, совместным хозяйством, а главное - взаимоотношениями.

Семейная система, так же как и любая другая система, функционирует под воздействием *2 законов*: закона гомеостаза и закона развития.

Согласно закону гомеостаза, каждая система стремится сохранить свое положение. На уровне индивидуального сознания закон гомеостаза присутствует в виде примерно таких мыслей и ощущений, как: перемены хуже, чем то, что есть; перемены пугают больше, чем то, что есть. В более свернутом виде закон гомеостаза звучит так: «Система в целом должна остаться без перемен».

Согласно закону развития, каждая семейная система должна пройти свой жизненный цикл. Жизненный цикл семьи - это некая последовательность смены событий и стадий, которые проходит любая семья. Семейная система должна создаваться и завершаться так же, как человек должен родиться и умереть. Жизненный цикл американской семьи (по А.Я. Варга) состоит из следующих стадий:

стадия монады - одинокий, финансово самостоятельный молодой человек (девушка), живущий отдельно. Он живет сам по себе, вырабатывает некий опыт самостоятельной жизни, реализует правила, усвоенные им в родительской семье, как-то может к ним отнестись, слегка от них отстраниться, проверить их на практике. Далее молодой человек начинает встречаться с девушкой и вступает с ней в брак (или девушка встречается с молодым человеком и вступает с ним в брак);

стадия дуады - это первый кризис, когда люди начинают жить вместе и должны договориться о том, по каким правилам это будет происходить;

стадия триады - рождение первого ребенка, которое связано со сменой структуры семьи и межличностных дистанций;

четвертая стадия - рождение второго ребенка. Данный этап сопряжен со всеми проблемами третьей стадии, и дополнительно возникают проблемы соперничества детей между собой;

пятая стадия - выход детей во внешний мир (поступление в школу). На этой стадии семья проверяется на эффективность правил воспитания;

шестая стадия - кризис идентичности ребенка в подростковом возрасте и его сепарация от семьи;

седьмая стадия - дети покидают семью, и пожилые родители остаются вдвоем. Супругам надо подменять чем-то ненужные больше родительские функции. В российских семьях это часто подменяется внуками, а в семьях других культур - путешествиями и другими делами; стадия монады - завершение жизненного цикла семьи, когда один из супругов умирает.

3. Далее в ходе беседы участникам тренинга предлагается проследить жизненный цикл российской семьи и выявить основные различия между соответствующими этапами развития американской и российской семейных систем. Более подробно остановиться на том этапе, на котором в настоящий момент находится большинство из присутствующих родителей (семей).

#### **4. Обсуждение домашнего задания.**

На данном занятии совместная деятельность родителей и детей модифицируется: родители выполняют сравнительный анализ и интерпретацию рисунков на тему «Моя семья», выполненных детьми в детском саду, индивидуально, под наблюдением психолога и самими родителями (в домашних условиях).

На тренинговом занятии каждый родитель, имея перед собой свой рисунок семьи и рисунок ребенка, проводит интерпретацию полученной в рисунках информации (с соответствующей помощью психолога).

#### **5. Составление «экокарты» семьи.**

Цель методики: схематически изобразить семью с ее внутри- и внесемейными связями. Кроме того, методика позволяет выявить эмоциональные и материальные ресурсы семьи в решении каких-либо трудностей.

Психолог задает родителю (в идеальном варианте обоим родителям) вопросы, касающиеся размера семьи, характера взаимоотношений внутри семьи, с сослуживцами, соседями, друзьями, родственниками, административными органами, с которыми взаимодействует семья. Полученная информация заносится в карту. Взаимоотношения между людьми изображаются с точки зрения их значимости и близости. Отмечаются позитивные и негативные связи. Становятся наглядными и очевидными изолированные личности, всевозможные союзы, альянсы и противопоставления одних групп другим.

Составление «экокарты» позволяет выявить, какие ресурсы имеются у данной семьи для улучшения ее функционирования, каковы источники напряжения и конфликтов.

#### **6. Домашнее задание.**

Заполнить тест-опросник родительского отношения А.Я. Варга и В.В. Столина.

## Занятие 5

### Тема «Семья и развитие интеллекта ребенка»

**Цели:** ознакомление участников с особенностями развития интеллектуальных способностей детей.

#### *Содержание занятия.*

##### *1. Игра «33».*

Цель - снятие эмоционального напряжения, развитие умения внимательно слушать другого человека.

Участники сидят по кругу. Ведется счет от 1 до 33. При этом участник, которому выпадает число, содержащее в себе цифру 3 или кратное 3, должен вместо ответа хлопнуть в ладони.

##### *2. Обсуждение домашнего задания.*

Заполненные родителями тесты-опросники родительского отношения А.Я. Варга и В.В. Столица собираются и обрабатываются психологом-ведущим заранее. На занятии каждый родитель получает результаты теста конфиденциально - в виде письменного анализа с соответствующими рекомендациями психолога. Затем ведущий объясняет значение каждой шкалы опросника и особенности влияния того или иного типа воспитания на психическое развитие ребенка. Далее ведущий сообщает участникам тренинга о том, что различные типы воспитания в семье и особенности взаимоотношений между членами семьи оказывают определенное влияние и на развитие интеллекта ребенка.

##### *3. Информационная часть.*

Ведущий организует беседу, в ходе которой выясняются представления участников об интеллекте и особенностях его развития. По ходу беседы акцентируется внимание на тех моментах, которые участникам неизвестны.

В кратком виде на занятии может прозвучать следующая информация: впервые о существовании индивидуальных различий в умственном (интеллектуальном) развитии упоминается в работах Ф. Гальтона (XIX век), который полагал, что интеллектуальные возможности человека рядоположены его физическим и физиологическим характеристикам.

В настоящее время существует множество различных дефиниций интеллекта. В самом общем виде можно говорить о трех направлениях в его определении:

- 1) интеллект как способность к обучению, система интеллектуальных свойств личности, которая обеспечивает относительную легкость и продуктивность в овладении знаниями;
- 2) интеллект как способность к абстрактному мышлению, т.е. способность эффективного использования понятий и символов;
- 3) интеллект как способность человека адаптироваться к новым условиям и жизненным задачам.

Единого, общепринятого определения интеллекта на данный момент пока не существует. Несмотря на это, исследователи различных направлений едины во мнении, что на развитие интеллекта оказывают влияние как биологические, так и средовые факторы. Среди биологических факторов можно назвать количество детей в семье, порядок их рождения, возраст отца и матери на момент рождения ребенка. К средовым факторам развития интеллекта относятся такие: питание ребенка, социоэкономический статус семьи, образование родителей, особенности воспитания и взаимоотношения между родителями и детьми.

Общепринятым является выделение общего, невербального и вербального интеллекта. В работах многих ученых доказано, что взаимоотношения родителей с детьми, преуспевающими в вербальных дисциплинах, и с детьми, делающими большие успехи в

математике и науках, требующих высокого развития невербального интеллекта, различны. У детей с высокими способностями к вербальным наукам, как правило, формируются крепкие эмоциональные связи с родителями. Что касается детей со способностями в области математических наук и пространственного воображения, то они значительно свободнее в своих инициативах и относительно независимы при взаимодействии с объектами окружающего физического мира. На развитие общего интеллекта решающее влияние оказывает общая «интенсивность» взаимодействия со значимыми взрослыми. На развитие невербального интеллекта - виды материала и задач, с которыми имеет дело ребенок при интеллектуальном взаимодействии со взрослыми. Кроме того, различия в уровне вербального интеллекта в большей мере обусловлены генетически, между тем различия в уровне невербального интеллекта детерминированы средовыми влияниями. Ведущий более подробно раскрывает информацию, заинтересовавшую родителей, а также отвечает на появляющиеся вопросы.

Таким образом, в ходе беседы каждый из участников тренинга получает «информацию к размышлению» о том, какими особенностями интеллектуального развития может отличаться его ребенок.

#### ***4. Совместная деятельность детей и родителей.***

Каждой паре (родитель-ребенок) выдается лист с различными заданиями. В роли «ребенка», который должен выполнить задания, но затрудняется это сделать, выступает родитель. А в роли «мамы (папы)», который должен помогать «ребенку», выступает сам ребенок. Во время совместной деятельности и родитель, и психолог фиксируют особенности поведения ребенка, так как дети очень часто копируют поведение своих родителей. По окончании совместной деятельности происходит обмен мнениями, впечатлениями с соответствующими пояснениями психолога о том, как связано поведение ребенка со стилем воспитания в семье.

#### ***5. Домашнее задание.***

Заполнение таблицы «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке».

Что меня радует в моём ребёнке	Что меня огорчает в моём ребёнке

## Занятие 6

### Тема «Язык принятия» и «язык непринятия»

**Цели:** знакомство с понятием «принятие ребенка», особенностями принимающего и неприняющего поведения родителя. Определение «языка принятия» и «языка непринятия».

#### *Содержание занятия.*

##### **1. Игра «Снежный ком».**

Цель – снятие эмоционального напряжения, развитие внимания и памяти. Участники сидят в кругу. Один из них называет любое слово, следующий участник должен повторить названное ранее слово и сказать следующее, начинающееся с той буквы, на которую оканчивалось предыдущее слово. Следующий участник повторяет 2 названных ранее слова и добавляет свое и т.д. Игра прерывается на том участнике, который уже не сможет правильно повторить всю цепочку слов.

**2. Обсуждение домашнего задания** в форме обмена мнениями, впечатлениями, чувствами, которые вызвало заполнение таблицы «Что меня радует и что огорчает в моем ребенке». Каждый участник рассказывает о содержании таблицы. Ведущий задает вопрос родителям о том, какую часть таблицы им было труднее заполнить, где у них получилось больше записей и почему. Постепенно ведущий подводит участников к информационной части.

##### **3. Информационная часть.**

Ведущий рассказывает о зонах принятия, об относительно принимающем родителе, о том, от каких ситуаций, свойств родителя и непринятия (по Т. Гордону).

Примерное содержание информационной части может быть следующим: когда люди становятся родителями, происходит нечто странное и необъяснимое. Они начинают играть такую роль и действовать так, как будто они забыли, что они - люди. Они надевают мантию «родителей» и стараются вести себя таким образом, как, они думают, родители должны вести себя. Они берут на себя ответственность быть лучше, чем просто люди. Они чувствуют, что должны быть всегда последовательны в своих чувствах, всегда должны любить своих детей, должны безусловно принимать их, должны отложить свои эгоистические потребности и жертвовать собой ради них и, кроме того, не должны делать тех ошибок, которые совершены их родителями. Но можно быть эффективным родителем и не отбрасывать при этом свою человеческую природу. Вы можете принять себя как личность, которая имеет позитивные, равно как и негативные, чувства по отношению к своему ребенку. Вам не нужно притворяться, что вы испытываете чувство принятия или любви к ребенку, если вы в действительности не испытываете этого. Вам нет необходимости испытывать одинаковую степень любви и принятия по отношению ко всем вашим детям. Наконец, супругам нет необходимости образовывать открытый фронт против своих детей. Но существенно, что вы должны научиться узнавать, что вы в настоящий момент чувствуете (переживаете).

Все родители время от времени испытывают к детям два различных чувства - принятие и непринятие.

Все поведение ребенка, все, что он может сделать или сказать, может быть представлено в виде прямоугольника:

Все возможное поведение вашего ребенка

Очевидно, что-то из его поведения вы можете принять, что-то - нет. Соответствующие области в прямоугольнике представлены в качестве области принятия и области непринятия.



Область принятия
Область непринятия

Например, если ваш ребенок смотрит ТВ в воскресенье утром и не мешает вам, он попадает в область принятия. Если звук ТВ слишком громкий и раздражает вас, это область непринятия. То, какая область больше представлена в отношениях с ребенком, на самом деле зависит от многих факторов, но их условно можно разделить на три группы:

- 1) *личность родителя* (его характер, темперамент, ожидания к ребенку, стереотипы и установки в воспитании, собственный детский опыт и отношение к родителям и т.д.);
- 2) *личность ребенка* (его воспитуемость, болезненность, способность к научению, интеллект, активность, нарушения психики и т.д.);
- 3) *особенности ситуации* (присутствие других людей, ситуация экзамена, проверки каких-то знаний, появление новых членов семьи и т.д.).

Таким образом, если родитель чаще пребывает в состоянии принятия собственного ребенка, можно вести речь об относительно принимающем родителе, и наоборот, если для него более характерны чувства, связанные с непринятием ребенка, то он, скорее всего, непринимаящий родитель.

Ни один родитель не принимает все поведение своего ребенка. Некоторые делают вид, что принимают многое в поведении своих детей, но эти родители играют роль хорошего родителя. Таким образом, некоторая часть их «принятия» ложна. Как влияет на ребенка ложное принятие? Известно, что дети очень субъективно восприимчивы к аттитюдам своих родителей, особенно к посылке невербальных сообщений. Даже маленький ребенок чувствителен к этим сигналам, которые являются свидетельством того, что родитель в действительности его не принимает. Следовательно, ребенок чувствует, что в этот момент он не нравится родителю.

Когда ребенок получает «смешанные сообщения» или противоречивые сигналы, вербальные (+) и невербальные (-), - он смущен и не знает, как себя вести в такой ситуации. Такая дилемма может серьезно повлиять на психическое здоровье ребенка. Для родителей лучше осознать, что они не чувствуют «принятия», и не делать вид, что они «принимают» ребенка.

Одним из критериев диагностики собственного отношения к ребенку в аспекте принятия может стать то, насколько быстро и легко заполнялась графа «что меня огорчает в моем ребенке» при выполнении домашнего задания. Если родителю легко перечислять недостатки своего ребенка, но трудно вспомнить его достоинства, то вряд ли можно назвать его принимающим. Однако, даже те родители, которые отнесли себя к таковым, далеко не всегда могут продемонстрировать ребенку свое принятие. (Принятие должно быть продемонстрировано.) Именно поэтому очень важно научиться говорить на «языке

Принятие похоже на плодотворную почву, которая позволяет маленькому семечку вырасти в красивый цветок. Большинство людей воспитывалось в убеждении, что если они будут принимать ребенка, то он останется таким, какой он есть. Лучший путь помощи ребенку в том, чтобы стать лучше в будущем, это сказать ему, что в нем вы сейчас не принимаете. Поэтому большинство родителей сильно полагаются на язык непринятия в воспитании детей, веря, что это - лучший путь помощи им. Почва, которую родители создают для роста своих детей, наполнена оценками, суждениями, критицизмом, уговорами, морализированием, командами – сообщениями, которые передают непринятие ребенка таким, какой он есть. Эффект: дети отворачиваются от родителей, свои чувства и проблемы держат при себе. Язык принятия «открывает» детей, они делятся своими чувствами и проблемами.

Далее ведущий обсуждает с участниками группы, что означают:

- оценка поступка («мне жаль, что ты не поделился с сестрой игрушками») и оценка личности («ты очень жадный мальчик»);

- временный язык («сегодня у тебя это задание не получилось») и постоянный язык («у тебя никогда ничего не получается как следует»);
- невербальные проявления «языка принятия и непринятия» (улыбка, взгляды, жесты, интонации, позы).

Ведущий предоставляет участникам список элементов «языка принятия» и «языка непринятия». Примерно следующий:

- 1) оценка поступка, а не личности; негативные интонации, похвала, угрожающие позы, комплимент, «жесткая» мимика, временный язык, наказание, ласковые слова, поддержка;
- 2) угроза, оскорбление, сравнение с самим собой, примеры, команды, игнорирование, одобрение, улыбка, постоянный язык, сравнение не в лучшую сторону и т.д.

Участники группы, в ходе дискуссии как бы отвечая на вопрос: «Как ребенок узнает, что мы принимаем или, наоборот, не принимаем его?», должны разделить все элементы на две колонки: «язык принятия» и «язык непринятия». Во время этого задания ведущий еще раз проясняет представление группы о принятии и непринятии.

**4.** Ведущий предлагает группе поэкспериментировать с «языком принятия» и «языком непринятия». Для этого участники группы рисуют в своих дневниках следующую таблицу:

Фраза ребенка	Ответ на «языке непринятия»	Ответ на «языке принятия»

Далее ведущий предлагает каждому сказать какую-то фразу от лица ребенка, а члены группы и ведущий записывают ответную фразу родителя сначала на «языке непринятия», а потом на «языке принятия».

*Примеры фраз детей:*

- Тебе все можно, а мне ничего нельзя.
- Не буду ложиться спать.
- Мама, купи....
- Я глупый?
- Мама, когда ссорись с папой, ты его все равно любишь?
- Не надену куртку, даже если холодно.

#### **5. Совместная деятельность. Игра «Архитектор и строитель».**

В каждой паре «родитель-ребенок» родитель будет выступать в роли «архитектора», а ребенок - в роли «строителя». Каждому «архитектору» показывается карточка с определенной постройкой из конструктора. «Архитектор» должен вербально объяснить, что и как делать «строителю». Выполнять какие-либо действия самому «архитектору» запрещается. После окончания игры анализируется, какие чувства вызвали у родителя действия его ребенка и почему, в какую зону (принятия или непринятия) при этом попал ребенок.

#### **6. Домашнее задание.**

Нарисовать круглый стол и попросить ребенка определить место для себя и для тех гостей, которых он хотел бы видеть на семейном празднике. Ребенок должен рисовать сам, не надо ему подсказывать и навязывать свое решение.

## Занятие 7

### Тема «Проблемы детей и проблемы родителей. Активное слушание как способ решения проблем детей»

**Цели:** выявить различия в проблемах детей и родителей во взаимоотношениях «родитель-ребенок»; познакомиться с целями и приемами активного слушания, развить навыки активного слушания.

#### *Содержание занятия.*

**1. Психогимнастическое упражнение.** Каждый участник по очереди высказывает пожелание группе на сегодняшний день. Упражнение можно выполнять с мячом или замещающим его предметом.

**2. Обсуждение домашнего задания** в форме обмена содержанием записей из дневников. Это домашнее задание позволяет родителю лучше узнать, кого ребенок включает в свое ближайшее социальное окружение. Считает ли он таковым только членов своей семьи или присоединяет к ним других взрослых, своих друзей, родственников и т.п. Известно, что именно люди из ближайшего окружения оказывают значимое влияние на ребенка. При обсуждении можно обратить внимание родителей на то, как рассказывает ребенок своих гостей, кого приближает, а кого отдаляет от себя, какие микрогруппы создает.

#### **3. Информационная часть.**

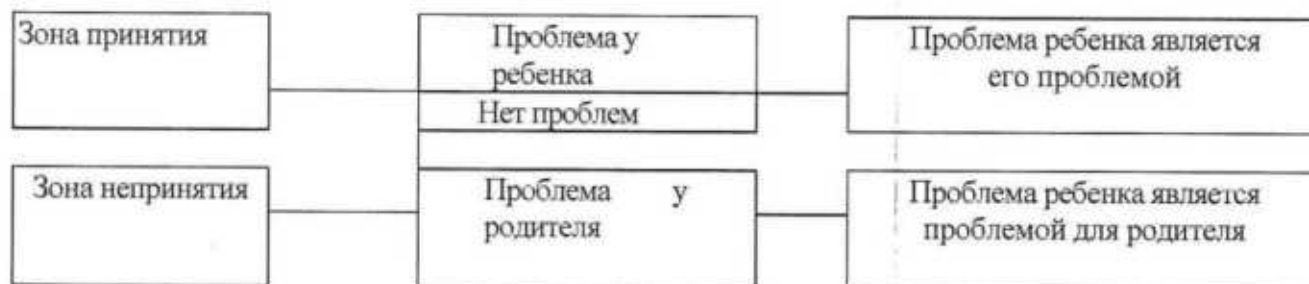
Ведущий перечисляет те проблемы, которые поднимались родителями в ходе прошедших занятий. Далее он говорит о том, что в любых человеческих отношениях есть моменты, когда один человек (А) «имеет проблему», то есть какая-то его потребность не удовлетворена или он не удовлетворен своим поведением.

В другой момент потребности А удовлетворены через его поведение, но это поведение накладывает на удовлетворение некоторых потребностей человека В. Теперь В обеспокоен поведением А, следовательно, в этот момент В имеет проблему. Во взаимоотношениях «родитель-ребенок» возможны три ситуации:

- 1) проблема у ребенка;
- 2) ни у кого нет проблемы;
- 3) проблема у родителя.

Важно, чтобы родители всегда классифицировали ситуации, возникающие во взаимоотношениях с ребенком, и определяли, к какой категории они принадлежат. Этому помогает схема 1.

Схема 1.



Ведущий предлагает участникам группы несколько проблем, принадлежность которых родителю или ребенку нужно определить. Например:

- 1) Ребенка отвергают друзья (проблема ребенка).
- 2) Ребенок печален, потому что проиграл в теннис (проблема ребенка).

- 3) Ребенок берет без спроса вещи родителя (проблема родителя).
- 4) Родителю не нравится, что ребенок перебивает его разговор (проблема родителя).
- 5) Ребенок плохо учится в школе, так как ненавидит учителя и т.п. Проблемы, возникающие во взаимодействии «родитель-ребенок» должны и могут решаться, но для этого родителям необходимо овладеть навыками эффективного взаимодействия с детьми. В решении проблем ребенка могут помочь приемы активного слушания, а для разрешения проблем родителей - «Я - сообщения», констатирующие высказывания.

Называя тему занятия «Активное слушание», ведущий предлагает сформулировать ответы на вопрос: «Что для меня значит "хорошо слушать"?». Слышать и слушать – различные понятия. Слышать – различать, воспринимать что-то слухом. Слушать – направлять слух на что-то (по словарю Ожегова).

Слушание может быть пассивным (безмолвным) и активным (рефлексивным). Безмолвное слушание - минимизация ответных реакций («Да, да», «Я тебя слушаю»), поддерживающее выражение лица, кивание головой в знак согласия. Если ребенку важно высказаться и быть выслушанным, такого слушания может быть вполне достаточно.

Гораздо более эффективное, чем пассивное слушание, активное слушание (АС). Чтобы понять, как происходит активное слушание, рассмотрим пример. Когда бы ребенок ни захотел сообщить что-то своему родителю, он делает это потому, что у него есть потребность. Например, голод. Чтобы сообщить о нем, он выбирает сигнал, который, по его мнению, репрезентирует «я голоден» другому человеку. Этот процесс выбора сообщения называют кодированием. Например, «Когда будет готов обед?». Когда родитель получает сообщение, он декодирует его, так что он может понять его в терминах того, что происходит внутри ребенка (раскрывает мотив) (см. схему 2).

Если мать точно декодирует, она поймет, что ребенок голоден. Но если она декодирует, что ребенок беспокоится о том, чтобы поесть и идти гулять, она поймет неправильно. Процесс коммуникации будет нарушен. При этом ребенок не знает этого. Вот примеры наиболее типичного нарушения процесса коммуникации: неправильное понимание сообщения «посыльщика» со стороны реципиента и, как следствие, взаимное непонимание того, что произошло.

Предположим, что в нашем примере мать решила проверить точность своего декодирования, чтобы быть уверенной, что она приняла информацию правильно, спросила ребенка: «Ты хочешь поесть, чтобы успеть поиграть перед сном?». Получив обратную связь от матери, ребенок может сообщить ей, что она заблуждается:

*Ребенок:* Нет, я хотел сказать, что я действительно хочу есть.

*Мать:* Я вижу, ты правда хочешь есть. Я дам тебе... то-то и то-то. Мы не можем обедать, пока отец не вернется. Это будет через час.

*Ребенок:* Хорошо.

Когда мать в первый раз послала обратно свое понимание первоначального сообщения ребенка, она участвовала в активном слушании. В данном случае в начале она неправильно поняла сообщение ребенка, но ее обратная связь сообщила ему об этом, так что ребенок послал новый код, который в итоге привел к действительному пониманию его сообщения. Итак:

- АС облегчает ребенку решение проблем. Когда люди «выговариваются» по поводу проблемы, они часто находят лучшее ее решение, чем когда просто думают о ней;

- АС влияет на ребенка таким образом, что он начинает хотеть прислушиваться к мыслям и идеям родителей. Известно, что, когда кто-то прислушивается к вашей точке зрения, вам потом легче выслушивать его точку зрения;

- АС «оставляет мяч» у ребенка. Когда родители отвечают на проблемы ребенка через АС, они обнаруживают, что ребенок часто начинает думать о самом себе: анализировать свои проблемы, находить конструктивные решения. АС создает доверие, в то время как советы, выводы, инструкции и т.п. передают недоверие, так как ответственность за решение

забирается у ребенка. Поэтому АС - эффективный путь воспитания самоконтроля, ответственности и независимости.

### Основные приемы АС.

*Пересказ* – изложение своими словами того, что сказал собеседник. Ключевые слова: «ты говоришь...», «как я понимаю...», «другими словами, ты считаешь...».

*Уточнение* может быть направленным на конкретизацию и выяснение чего-либо: «Ты сказал, что это происходит давно. Как давно это происходит?». Уточнение стоит отличать от выпрашивания («А зачем ты это сделал?», «Почему ты его обидел?»), которое может разрушить желание говорящего сообщать что-либо.

*Отражение чувств* - проговаривание чувств, которые испытывает другой человек: «Мне кажется, ты обижен». Последствия: дети меньше боятся негативных чувств, видят, что родители понимают их.

*Проговаривание подтекста* - проговаривание того, о чем хотел бы сказать собеседник, дальнейшее развитие его мыслей.

*Резюмирование*, или подведение итогов, используется в продолжительных беседах: «Итак, мы договорились с тобой, что...».

Схема 2.

РЕБЕНОК		МАТЬ		
Голод	Процесс кодирования	Код	Процесс кодирования	Он голоден
		Когда будет готов обед?		

4. Из участников выбираются двое на роли родителя и ребенка. «Ребенок» посылает «родителю» закодированное сообщение о своей проблеме. «Родитель» при помощи АС старается декодировать сообщение и помочь «ребенку». Участники группы обсуждают правильность действий «родителя».

### 5. Игра «Пойми меня».

Все участники делятся на две команды. Первая команда получает задание составить какую-либо композицию из определенных геометрических фигур. Затем представитель команды словами объясняет другой команде, какая именно композиция составлена, и вторая команда должна сложить аналогичную композицию. Затем команды меняются местами. Основная идея игры: прежде чем что-либо говорить, подумайте, поймет ли это ваш собеседник.

### 6. Совместная деятельность «Архитектор и строитель».

Теперь игра проводится в двух вариантах:

*1 вариант* - в роли «архитектора» выступает ребенок; в роли «строителя» - родитель.

*2 вариант* - у «строителя» завязаны глаза. По окончании игры происходит обмен мнениями, впечатлениями.

### 7. Домашнее задание.

Спросить ребенка и записать ответы на следующие вопросы: «Что, как ты думаешь, мне в тебе нравится? А что, ты думаешь, мне в тебе не нравится?». Перед опросом ребенка родитель должен предположить, что может ответить ему ребенок.

## Занятие 8

### Тема «Проблемы родителей»

**Цели:** научиться способам эффективной коммуникации для разрешения проблем, которые могут возникать у родителя при взаимодействии с ребенком (проблемы родителя).

#### *Содержание занятия.*

**1. Психогимнастическое упражнение.** Один из участников группы выходит за дверь, все остальные делятся на две подгруппы: «мальчиков» и «девочек». За две минуты они выбирают те действия, которые будут выполнять вместе, когда зайдет тот, кто за дверью. Задача этого участника - отгадать, где «мальчики», а где «девочки».

**2. Обсуждение домашнего задания** в форме обмена содержанием записей. Ведущий обращает внимание на использование родителями приемов активного слушания или, наоборот, на использование возможности слушания. Очень часто дети отвечают на вопрос расплывчато и неопределенно, и очень важна роль родителя в том, чтобы помочь ребенку выразить свои чувства и мысли.

**3. Информационная часть** в этом занятии сочетается с практическим освоением навыков эффективной коммуникации. Когда проблема принадлежит родителю, он может:

- постараться прямо повлиять на ребенка (изменить что-то в нем) - это конфронтация с ребенком;
- попытаться повлиять на обстоятельства (например, изменить обстановку, принять необходимые меры безопасности);
- попытаться повлиять на самого себя

На занятии клуба рассматривается только первый вариант - как родители должны конфронтировать с детьми, чтобы изменить их поведение, которое неприемлемо для родителей.

Ведущий зачитывает группе описание типичной семейной ситуации, где ребенок мешает, нарушает планы родителей.

**Пример.** Вы очень устали после работы и хотите сесть и отдохнуть. Вам хочется почитать газету. Ваш сын хочет, чтобы вы поиграли с ним. Он тащит вас за руку, отнимает газету. Меньше всего сейчас вам хочется играть с ним.

Затем ведущий просит каждого из участников написать на листе бумаги в точности то, что каждый обычно говорит ребенку в такой ситуации. Резюмируя ответы родителей, ведущий говорит о том, что 99% родителей используют неэффективные пути конфронтации с детьми, например:

- посылает сообщения типа «готового решения» («Пойди, найди кого-нибудь, чтобы поиграть» и т.п.);
- посылает «принижающие» сообщения («Ты очень невнимательный», «Ты дрянь»).

В результате дети сопротивляются, отвечают защитой или враждебностью. Они чувствуют себя приниженными, уничтоженными, контролируемыми. Такие сообщения разрушительно действуют на развитие самооценки. Все эти сообщения имеют деструктивный эффект.

Различие между эффективной и неэффективной конфронтацией легко показать родителям, если обратить внимание на посылку либо «ты-сообщений», либо «я-сообщений».

Ты-сообщения часто нарушают коммуникацию, т.к. вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что прав всегда родитель («Ты всегда оставляешь грязь в комнате», «Ты никогда за собой ничего не убираешь»).

Я-сообщения являются более эффективным способом в плане влияния на ребенка с целью изменения его поведения. В то же время они сохраняют благоприятные взаимоотношения между людьми.

Схема сообщений для родителя, который устал и не испытывает желания играть со своим сыном, будет выглядеть следующим образом (по Т. Гордону) (см. схему 3).

Схема 3.

Ты-сообщение				
Родитель устал	Процесс шифрования	Шифр «Ты меня утомил»	Процесс расшифровки	Реакция ребенка «Я плохой»

Я-сообщение				
Родитель устал	Процесс шифрования	Шифр «Я очень устал»	Процесс расшифровки	Реакция ребенка «Папа устал»

Ведущий знакомит родителей с моделью «Я-сообщение», которая состоит из 3 основных частей:

- событие (когда..., если...);
- ваша реакция (я чувствую...);
- предпочитаемый вами ход (мне хотелось бы, чтобы...; я предпочел бы...).

Первоочередная цель Я-высказываний не заставить кого-то что-то сделать, а сообщить свое мнение, свою позицию, свои чувства и потребности; в такой форме другой услышит и поймет их гораздо быстрее. Поскольку Я-сообщения являются честными, они имеют тенденцию влиять на ребенка таким образом, что он сам посылает такие же честные сообщения, когда бы у него ни возникло неопределенное чувство.

**4.** Ведущий предлагает родителям потренироваться в применении Я-сообщений таким образом: один из родителей описывает какой-то факт поведения ребенка, который для него не приемлем, а группа формирует сначала Ты-сообщение, а затем Я-сообщение. Например: ребенок не может (не хочет) завязывать шнурки.

*Ты-сообщение:* «Шнурки ты завязывать не можешь, куртку застегивать не можешь. Ты сам вообще что-то можешь?».

*Я-сообщение:* «Я так устаю все время завязывать тебе шнурки, как бы мне хотелось, чтобы ты научился делать это самостоятельно».

#### **5. Совместная деятельность.**

Ведущий показывает участникам какой-либо рисунок. Родитель и ребенок должны выполнить этот рисунок одной ручкой (карандашом, фломастером), но при этом им нельзя договариваться или вообще говорить друг с другом. По окончании рисования родители и дети обмениваются впечатлениями, мнениями.

#### **6. Домашнее задание.**

Применять как можно чаще в общении с ребенком Я-сообщения. Записать не менее двух примеров в дневник.

## Занятие 9

### Тема «Конфликт»

**Цели:** определение способов разрешения конфликтных ситуаций, знакомство с 6 шагами беспронимательного метода разрешения конфликта (по Т. Гордону).

#### *Содержание занятия.*

1. При обсуждении домашнего задания стоит обсудить те сложности, которые возникали при формулировании Я-сообщений. Хороший результат может дать проигрывание ситуации (в виде ролевой игры), когда, по утверждению какого-либо участника группы, Я-сообщение неэффективно.

2. Обозначив тему занятия, можно его начать с вопроса к участникам: «Какие ассоциации возникают у вас при слове «конфликт»? С какими животными, погодой, цветом ассоциируется конфликт?».

#### *3. Информационная часть.*

Все родители встречаются с ситуациями, когда ни конфронтация, ни изменения обстановки в позитивную сторону не меняют поведения их ребенка. Ребенок продолжает действовать таким образом, который не согласуется с потребностями родителей. Возникает конфликт между потребностями родителя и ребенка.

Конфликт является моментом истины во взаимоотношениях - это испытание отношений на прочность, это кризис, который может ослабить или укрепить их, это критическое событие, которое может породить длительное чувство обиды, скрытую враждебность, психологические «шрамы». Конфликты могут оттолкнуть людей друг от друга или втянуть их в более тесный и более интимный союз; они содержат зачатки деструкции и зачатки большего союза; они могут привести к вооруженной борьбе или к более глубокому взаимному пониманию.

Когда между родителями и детьми возникает конфликт, большинство родителей старается разрешить его в свою пользу, таким образом, родитель выигрывает, а ребенок проигрывает. Другие, их несколько меньше, чем «победителей», постоянно уступают своим детям из страха перед конфликтом или фрустрированием потребностей своего ребенка. В этих семьях ребенок обычно выигрывает, а родители проигрывают. Главная проблема родителей в том, что они видят решение только в плоскости «выигрыш-проигрыш».

#### Два подхода типа «ВЫИГРЫШ-ПРОИГРЫШ»

Два указанных подхода к разрешению конфликта будут называться **метод 1** и **метод 2**. Каждый из них включает одного человека выигрывающего, а другого - проигрывающего. Один из них идет своим путем, а другой - нет.

Вот так работает **метод 1** в конфликте между родителем и ребенком.

Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. Родитель определяет, каким должно быть окончательное решение. Выбрав решение, родитель объявляет его и надеется на то, что ребенок его примет. Если ребенку не нравится решение, родитель может сначала использовать убеждение, чтобы повлиять на ребенка, и тот принял его решение. Если это не удастся, родитель обычно старается добиться уступки, используя власть (либо угрозу наказания) и авторитет.

**Использование метода 2.** Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. У родителя может быть (или не быть) заранее подготовленное решение. Если оно есть, родитель может попытаться убедить ребенка принять его. Становится очевидным, что ребенок имеет свое решение, и он пытается убедить родителя принять его.

Если родитель сопротивляется, ребенок может использовать свою власть (например, угрозу испортить отношения и т.п.), чтобы добиться согласия от родителя. В конце концов родитель уступает.



Методы 1 и 2 имеют сходные черты, несмотря на то, что исходы конфликта различны. В обоих случаях каждый человек хочет идти своим путем, стараясь убедить другого принять этот путь. В обоих случаях один человек уходит, чувствуя себя пораженным и испытывая раздражение по отношению к другому человеку. Оба метода включают в себя борьбу за власть.

Альтернатива силовым методам - это метод, где никто не проигрывает, или «беспроигрышный метод» (по типу «выиграть-выиграть»).

Родитель и ребенок встречаются в ситуации конфликта потребностей. Родитель просит ребенка участвовать вместе с ним в поиске решения, приемлемого для обоих. Один или оба могут предлагать возможные решения. Они критически оценивают их и в конце концов принимают решение, приемлемое для обоих. Не требуется никакого внушения другому после выбора решения, так как оба принимают его. Не требуются силы для обеспечения согласия, так как никто не сопротивляется решению. Используя беспроигрышный метод, различные семьи обычно приходят к разнообразным решениям по одинаковым проблемам. Это путь достижения некоторого

решения, приемлемого как для родителя, так и для ребенка, а не метод получения единственного решения из запаса «наилучших» для всех семей.

Далее ведущий знакомит группу с 6 шагами беспроигрышного метода решения конфликтов по Т. Гордону (см. табл. 1).

4. Конкретный конфликт, представленный кем-то из родителей, «решается» в группе, проходя 6 шагов по Т. Гордону.

#### 5. Совместная деятельность.

Каждая пара родитель-ребенок вспоминает свой последний конфликт. Обсуждают его и стараются отобразить в рисунке, как, по их мнению, выглядели все участники во время конфликта (родитель и ребенок по желанию могут рисовать отдельно).

#### 6. Домашнее задание.

Спросить ребенка, какое наказание для него самое страшное и какое поощрение наиболее желаемое. Записать в дневник.

Таблица 1.

ШАГИ	ЦЕЛИ	ДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЯ
Шаг 1. Распознавание и определение конфликта	Вовлечь ребенка в процесс решения проблемы	Четко и немногословно сообщить ребенку, что имеется проблема, которая нуждается в решении. Дать понять, что сотрудничество ребенка необходимо
Шаг 2. Выработка возможных альтернативных решений	Собрать как можно больше вариантов решения	Узнать решения детей (свои можно добавить позже), не оценивая и не принимая предложенные решения. Настаивать на выдвижении как можно большего числа альтернатив
Шаг 3. Оценка альтернативных решений	Активировать ребенка на высказывания по поводу различных решений, сообщить	Предложить ребенку высказаться, какие из этих решений выглядят лучше, чем остальные. Сообщить свои чувства и интересы, сказать об оптимальном варианте, и что не устраивает (или устраивает) ребенка в выборе

	свое мнение по каждому варианту	
Шаг 4. Выбор наиболее приемлемого решения	Принять окончательное решение	Узнать, что думает ребенок о каждом оставшемся решении. Добиться того, чтобы каждый обязался выполнить свою часть договора. Если решение состоит из нескольких пунктов, желательно зафиксировать их на бумаге
Шаг 5. Выработка способов выполнения решения	Спланировать процесс претворения в жизнь принятого решения	Вынести на обсуждение вопросы типа «Когда начнем? Кто будет следить за временем? Каковы будут критерии качества выполняемой работы?» и т.п.
Шаг 6. Контроль, оценка его результатов	Способствовать реализации решения, выявить обстоятельства, требующие пересмотра принятого решения	Интересоваться у ребенка, по-прежнему ли он доволен принятым решением и его результатами. Сообщать о своих чувствах и мыслях (они могут изменяться) по поводу результатов решения. Пересмотр или корректировка решения, если это потребуются

## Занятие 10

### Тема «Поощрения и наказания»

**Цели:** знакомство с принципами использования поощрений и наказаний.

#### **Содержание занятия.**

1. Все участники образуют 2 круга: внутри и снаружи. Участники стоят парами лицом к лицу. Ведущий называет общую тему для беседы, и по команде пары начинают беседовать. По хлопку ведущего (через 1-2 минуты) внутренний круг остается на месте, а внешний сдвигается вправо на одного участника. Ведущий называет следующую тему для беседы и т.д.

#### **2. Обсуждение домашнего задания.**

Ведущий подводит итоги, какие поощрения и наказания называются наиболее часто. Обсуждается также, были ли ответы детей неожиданными для родителей. Почему?

#### **3. Информационная часть.**

Ведущий рассказывает о том, что, например, с точки зрения бихевиоризма, поведением детей можно управлять, используя либо *позитивное подкрепление* (посредством введения позитивных факторов в окружающую обстановку), либо *негативное* (устраняя позитивные факторы из окружающей среды), либо применяя *наказание* (через введение негативных факторов в окружающую ребенка обстановку). Данная методика - *модификация повеления* – достаточно быстро стала очень популярной, но активное ее применение чревато серьезными негативными последствиями. Все дело в том, что «модификация поведения» появилась на свет в результате многолетних экспериментов с поведением животных. Все внимание она сосредоточивает на поведении, несколько не интересуясь чувствами и психикой ребенка. В случае постоянного применения данной методики в воспитании детей, у молодого поколения в результате возникает множество психологических и поведенческих проблем

Далее участники знакомятся со следующими положениями, основанными на теориях бихевиоризма.

- Чем разнообразнее и неожиданнее поощрения, тем они действеннее. При этом поощрения не должны восприниматься как подарок ко дню рождения (его все равно получишь). Чтобы поощрения выполняли свою функцию (закреплять положительное для родителя поведение ребенка), они должны быть четко увязаны с действиями ребенка. Неожиданная награда лучше запоминается, а конфета за каждую пятерку теряет свою роль «быть поощрением».

- Наказание должно быть значимо для ребенка, иначе оно теряет свой смысл и не служит для прерывания нежелательного поведения. Если ребенка наказывают, оставляя дома, а он при этом и не хотел идти в гости, то вряд ли это событие можно считать наказанием.

- Ребенок может принимать участие в вопросах выбора поощрений и наказаний. Дети подчас бывают очень справедливы в поиске подходящего для себя наказания, чувствуя доверие, которое оказали им родители. Осуществляя выбор, они, к тому же, лучше запоминают, что может последовать за определенным поведением, и это повышает их ответственность.

- Лучше использовать поощрения, чем наказания. (Бихевиористы давно доказали в экспериментах на животных, что те лучше поддаются выработке условных рефлексов, если в качестве подкрепления используется не наказание (например, удар током), а поощрение (что-нибудь вкусненькое)). Если нужно поведение поощрять, а ненужное - игнорировать, то необходимые навыки формируются быстрее, чем если используются и поощрения, и наказания.

- Поощрения должны исполняться. Очень важно, чтобы обещанная награда была получена, поэтому не стоит давать невыполнимых обещаний.

Если родители действительно хотят закрепить желательное поведение ребенка, им лучше выбрать реально выполнимое поощрение, так как поощрения обязательно должны исполняться. Мы можем установить для детей четкие рамки поведения, применяя систему поощрений и наказаний (за исключением телесных) и следя за тем, чтобы «воздаяние» было справедливо и логически вытекало из поступков детей. Приемлемыми наказаниями служат запреты, лишения чего-либо, игнорирование, отсутствие улыбки на лице матери и т.д.

В теории эффективного родительского поведения Т. Гордона стремление родителей воздействовать с помощью поощрений и наград рассматривается как фактор развития у детей либо синдрома выигрывающего, либо синдрома проигрывающего. В первом случае ребенок настроен на выигрыш, победу, высокие достижения любой ценой; во втором случае он обречен испытывать фрустрацию в течение всей жизни, так как оказался недостаточно способным, чтобы получать поощрения.

Кроме того, необходимо разъяснить родителям, что частое применение в процессе воспитания наказаний может негативно отразиться на самооценке ребенка, то есть она может быть неадекватно заниженной.

#### ***4. Совместная деятельность.***

Участники разбиваются на пары родитель-ребенок. Родитель выступает в качестве экспериментатора и проводит с ребенком 3 задания (рисуночные тесты, авторы К. Лонг, В. Виллер, Дж. Хендерсон).

##### **Задание 1.**

Перед ребенком линия из 8 одинаковых кругов. Инструкция ребенку: «Все эти кружочки - люди, отметь себя - где ты?». При выполнении этого задания необходимо уточнить у ребенка, где он видит начало этой линии, состоящей из 8 кругов.

##### **Задание 2.**

Перед ребенком лист, на котором слева изображено несколько кружочков и справа 2 кружочка, один из которых не заштрихован (как и круги слева), а второй заштрихован. Все круги одинаковой величины. Инструкция ребенку: «Слева группа людей, справа 2 человека. Какой из этих двух - ты? Почему?».

##### **Задание 3.**

Перед ребенком лист, на котором в центре кружок с буквой «Я», а полукругом расположены кружочки поменьше. Меньшие кружочки находятся на различном расстоянии от большого круга, и их количество соответствует количеству членов семьи. Инструкция ребенку: «На этом рисунке твой кружочек обозначен буквой «Я». Нарисуй в других кружочках, где твои мама, папа, брат, бабушка (перечислить всех членов семьи)».

*Примечание:* в один кружок могут попасть сразу несколько человек, их нужно записать. При необходимости, по ходу выполнения задания можно добавлять круги, если ребенок настаивает на обозначении еще кого-то, кроме членов семьи.

После выполнения задания ведущий помогает родителям провести анализ тестов, показывающий самооценку ребенка, видение его позиции в группе людей и представление о своем месте в кругу семьи.

#### ***5. Домашнее задание.***

В своих дневниках родители отвечают на вопрос: «Что такое готовность ребенка к школьному обучению?».

## Занятие 11

### Тема «Готовность ребенка к школе»

**Цели:** уточнить представления родителей о понятии «готовность к школьному обучению» и его основных компонентах.

#### *Содержание занятия.*

##### **1. Упражнение-игра «Кузовок».**

Целью является снятие эмоционального напряжения, развитие внимания, умение слушать партнеров.

Ведущий, показывая корзинку (коробку), объясняет, что это кузовок, и опускать в него можно только те предметы, которые оканчиваются на – ОК. Все участники называют слова по очереди. Кто ошибется - выбывает из игры.

##### **2. Обсуждение домашнего задания.**

Ведущий просит участников прочитать записи из своих дневников о том, как они интерпретируют понятие «готовность ребенка к школьному обучению». По ходу высказываний желательно зафиксировать (на доске, на листе бумаги) основные параметры готовности, называемые участниками. По окончании высказываний ведущему нужно обобщить всю полученную от участников информацию.

**Примечание:** чаще всего родители называют интеллектуальное развитие в качестве показателя «готовности к школе». Если в группе будут названы все компоненты «готовности», участники вряд ли смогут точно раскрыть сущность каждого из компонентов. Поэтому ведущий может после обсуждения домашнего задания осуществить плавный переход к информационной части, предложив участникам рассмотреть научный подход к проблеме «готовности к школе».

##### **3. Информационная часть.**

Ведущий сообщает участникам информацию следующего содержания.

Иногда можно услышать высказывания о том, что проблема «готовности к школе» была придумана специально, чтобы аргументировать отказ в приеме какого-либо ребенка в элитную школу. Но в действительности данная проблема возникла несколько десятилетий назад (вернее, была сформулирована как проблема, а существовала всегда) в связи с изменением (снижением) сроков начала систематического обучения. Возникла эта проблема не только в нашей стране, но и практически во всех странах Европы. Тогда и начали определять, в каком возрасте лучше начинать обучение, когда и при каком состоянии ребенка этот процесс не будет приводить к нарушению в его развитии, отрицательно сказываться на здоровье. В результате многолетней работы ученых, педагогов, психологов, физиологов, медиков появилось общепринятое определение: **готовность ребенка к систематическому обучению в школе** - это тот уровень морфологического, функционального и психического развития, при котором требования систематического обучения не будут чрезмерными и не приведут к нарушению здоровья ребенка.

Таким образом, к моменту поступления в школу ребенок должен быть развит физически, соответствовать возрастным нормативам роста и веса. В структуре психологической готовности принято выделять следующие компоненты:

1. **Личностная готовность.** Включает формирование у ребенка готовности к принятию новой социальной позиции - положения школьника, имеющего круг прав и обязанностей. Готовым к школьному обучению является ребенок, которого школа привлекает не внешней стороной (атрибуты школьной жизни), а возможностью получать новые знания. Будущему школьнику необходимо уметь произвольно управлять своим поведением.

2. *Интеллектуальная готовность.* Этот компонент готовности предполагает наличие у ребенка кругозора, запаса конкретных знаний, соответствующего уровня развития психических процессов.

3. *Социально-психическая готовность.* Этот компонент готовности включает в себя формирование у детей качеств, благодаря которым они могли бы общаться с другими детьми, учителем. Данный компонент предполагает развитие у детей потребности в общении с другими, умения подчиняться интересам и обычаям детской группы, развивающиеся способности справляться с ролью школьника в ситуации школьного обучения.

К сожалению, очень часто родители уделяют все внимание интеллектуальной подготовке к школе. В последние годы появились новые формы обучения до школы: дошкольные гимназии, мини-лицей, различные студии. Однако, не редки случаи, когда уже подготовка к школе становится систематическим, интенсивным обучением. Высокие нагрузки, длительное напряжение, жесткие требования родителей и педагогов могут вызвать негативное отношение ребенка к обучению.

Можно выделить 3 основные линии, по которым родителям следует вести подготовку ребенка к школе:

- **Общее развитие.** Речь идет о развитии памяти, внимания, интеллекта, умения производить действия во внутреннем плане.

- **Воспитание умения произвольно управлять собой.** У ребенка дошкольного возраста яркое восприятие, легко переключаемое внимание и хорошая память, но произвольно управлять ими он еще как следует не умеет. А между тем, это умение совершенно необходимо выработать к моменту поступления в школу.

- **Формирование мотивов, побуждающих к учению.** Речь идет о воспитании действительной и глубокой учебной мотивации.

Все эти 3 линии одинаково важны, и ни одну из них нельзя упускать из виду, чтобы учеба ребенка не «захромала» с самого начала.

Далее ведущий может предложить родителям ознакомиться с советами, как заинтересовать ребенка в выполнении неигровых заданий (т.е. в формировании учебной мотивации).

#### Как заинтересовать?

1. Предоставляйте больше самостоятельности. Пусть ребенок делает «открытия» сам, не спешите преподносить ему знания в готовом виде.

2. Старайтесь показывать необходимость каждого знания, приводите примеры.

3. Связывайте новые знания с уже усвоенными, понятиями

4. Задание не должно быть ни слишком трудным, ни слишком легким. Оно должно быть посильным.

5. Проявляйте сами интерес к занятиям, создавайте положительный эмоциональный фон.

6. Пусть ребенок ощущает свои успехи, достижения. Отмечайте его «рост», терпение, старание.

7. Оценивайте объективно возможности и способности своего ребенка. Старайтесь не сравнивать его с другими детьми, только с самим собой. Например, не следует говорить: «Ну, посмотри на Диму, как быстро он выполнил это задание, не то, что ты!». Лучше сказать так: «Сегодня ты выполнил это задание гораздо быстрее, чем вчера!». Такой подход будет ориентировать вашего малыша на собственное совершенствование.

4. Участникам предлагается познакомиться с таблицей психических свойств, по которым отличаются старший дошкольник и младший школьник (см. табл. 2). В процессе ознакомления ведущий дает необходимые пояснения по каждому пункту таблицы и стимулирует участников высказать итог наблюдения за собственными детьми.

#### **5. Совместная деятельность.**

И дети, и родители участвуют в игре «Да-нет», затем выполняют задание «Графический диктант» (только дети работают правой рукой, а родители - левой). По окончании происходит

обмен мнениями и впечатлениями по поводу того, каков уровень развития каждого ребенка, участвовавшего в играх на данный момент. Каждому родителю предлагается высказать свое мнение о том, готов ли его ребенок к школьному обучению. Если не готов, то по каким параметрам. Почему это произошло?

Таблица 2.

**Таблица психических свойств**

<b>Дошкольник</b>	<b>Младший школьник</b>
1. Формирование первых этических представлений и на их основе моральной оценки, определяющей отношение к другим людям.	1. Формирование нового уровня потребностей, позволяющих ему действовать, руководствуясь целями, нравственными требованиями, чувствами
2. Наибольшая значимость первого круга общения (семья)	2. Наибольшая значимость авторитета учителя
3. Образование «детского общества»	3. Образование детского коллектива, формирование общественной направленности личности, т.е. обращенности к коллективу сверстников
4. Преобладающие мотивы поведения связаны с интересом к процессу игры	4. Преобладающие мотивы поведения связаны с интересом к процессу игры
5. Неустойчивость интересов и желаний, преобладание неустойчивого внимания, памяти	5. Развитие нового познавательного отношения к действительности. Внутренняя позиция школьника
6. Постепенный переход к произвольности, управляемости психических процессов	6. Постепенный переход к произвольности, управляемости психических процессов
7. Первоначальное формирование личности на основе борьбы мотивов и установления их соподчинения	7. Сформулированность школьной мотивации

## Занятие 12

### Тема «Заключительное»

**Цели:** обсуждение семейных заповедей, получение обратной связи от участников тренинга, завершение работы в группе.

#### *Содержание занятия.*

##### **1. Психогимнастическое упражнение.**

Участники по очереди дарят подарок своему соседу слева, но делают это невербально, то есть без слов. По завершении круга каждый говорит, какой подарок он получил.

##### **2. Семейные заповеди.**

Участникам группы предлагается написать список семейных заповедей (обычаев, правил, запретов, привычек, установок, взглядов, которых придерживаются все члены семьи). Затем происходит взаимообмен написанным в кругу. Родителям интересно знать, какова семейная жизнь других людей. Это позволяет сравнить свои представления о ней с представлениями других. Ведущий может спросить: «Какие заповеди вас удовлетворяют, а какие - нет?».

##### **3. Семейный портрет.**

Каждый участник на отдельном листе рисует свой семейный портрет: себя и свою семью - в любой художественной манере (реалистической, символической, абстракционистской и т.д.). Листы не подписывают и не показывают другим участникам. После того, как все нарисовали и сдали свои рисунки ведущему, он организует из всех участников «экспертную комиссию», которая определяет авторов рисунка. Каждый «эксперт» получает рисунок неизвестного художника, и его задача состоит в том, чтобы догадаться, чьему перу принадлежит «полотно», и обосновать свои предположения. Оказывается, что рисование семьи для взрослых людей столь же увлекательно, как и для многих детей.

##### **4. Далее ведущий просит участников ответить на ряд вопросов в письменном виде.**

- Какая тема (занятие или просто информация) показалась вам наиболее интересной?
- Какое открытие для себя вы сделали в ходе занятий в группе?
- Какие изменения произошли в вашей семье за истекший период?
- Что вы хотели бы добавить в программу, какую тему углубить?

Занятие заканчивается обменом впечатлениями и мнениями, возникшими в ходе проведения всего тренинга. Ведущий напоминает участникам, что, хотя занятия тренинга завершены, родители могут получить необходимую психологическую помощь в ходе индивидуальных консультаций.



### Используемая литература:

1. Варга А.Я. Системная семейная психотерапия. – СПб, 2001.
2. Бэри Э. Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. – М., 1978.
3. Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – М.: Наука, 1995.
4. Ильина М.Н. Подготовка к школе. – СПб, 1998.
5. Карпова Е.В., Лютова ЕХ. Программа «Я и мой ребенок» // Семейная психология и семейная терапия. – 1998. №3. – С. 72-79.
6. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. – СПб, 2002.
7. Марасанов Г.И. Социально-психологический тренинг. – М., 1998.
8. Овчарова Р. В. Справочная книга школьного психолога. – М., 1996.
9. Овчарова Р.В. Психологическое сопровождение родительства. – М.: Изд-во института психотерапии, 2003.
11. Осипова А. А. Общая психокоррекция. – М., 2000.
12. Основы психологии семьи и семейного консультирования /Под ред. Н.Н. Посысоева. – М.: Владос, 2004.
13. Парамонова Л.Г., Головкова Н.Я. Подготовка к школе. – СПб, 1998.
14. Прутченков А.С. Тренинг личностного роста. – М., 1993.
15. Психогимнастика в тренинге /Под ред. Н.Ю. Хрящевой. – СПб: Речь, 2002.
16. Харрис Т. Я хороший, ты хороший. – М., 1993.
17. Цзен Н.В., Пахомов Ю.В. Психотренинг: игры и упражнения. – М., 1998.

## Отчет

по эффективности проведения психологических тренингов, направленных на создание образовательного пространства для эффективного детско-родительского взаимодействия педагога-психолога Альховской Любови Ивановны Муниципального бюджетного дошкольного образовательного учреждения Центр развития ребёнка – детский сад № 33 ст. Тамань муниципального образования Темрюкский район

С семьи начинается развитие каждого из нас. Именно семья была, есть и будет важнейшей сферой формирования личности ребёнка. Уверенность в себе, в своих силах и возможностях, умение бороться с трудностями зарождаются в дружной, тёплой атмосфере дома.

Порой в суете и заботах мы забываем поговорить с детьми, посмотреть в глаза, обнять и сказать, что мы их любим. Дети очень быстро растут, время не остановить, не вернуть. Дорог каждый день и каждый час общения с ребёнком, но больше всего дети нуждаются в нашей любви, заботе, защите. Современный родитель, занятый решением бытовых и производственных проблем, уделяет очень мало времени общению с ребёнком. Вырастает новое поколение детей, у которых отсутствует потребность общаться с родителями.

Основными принципами Федерального государственного образовательного стандарта дошкольного образования являются: содействие и сотрудничество детей и взрослых, признание ребёнка полноценным участником (объектом) образовательных отношений, поддержка инициативы детей в различных видах деятельности, сотрудничество организации с семьёй.

Именно поэтому, сегодня назрел вопрос поиска таких форм и методов взаимодействия, которые позволяют учесть не только актуальные потребности детей и родителей, но и способствуют формированию активной родительской позиции. Эффективно организованное сотрудничество даёт возможность к построению взаимоотношений в работе с семьёй на качественно новой основе, предполагает не просто совместное участие в воспитании ребёнка, а сознание общих целей, доверительное отношение и стремление к взаимопониманию. Детский сад и семья должны стремиться к созданию единого пространства развития ребёнка.

Осуществляя сотрудничество с родителями в решении задач воспитания, развития и социализации детей, мы стремимся к созданию дружелюбного партнерства.

Для решения поставленных задач нами была разработана программа психологических тренингов для родителей и детей «Родительская эффективность»

**Цель программы:** способствовать установлению и развитию отношений партнерства и сотрудничества родителя с ребенком.

**Задачи программы:**

- расширение возможностей понимания и принятия своего ребенка;
- улучшение рефлексии своих взаимоотношений с ребенком;

- выработка новых навыков взаимодействия с ребенком;
- формирование умения получать дополнительные знания о своем ребенке;
- активизация продуктивной коммуникации в семье.

Был составлен план психологических тренингов для родителей и детей «Родительская эффективность» на 2023-2024 уч. год.

Программа рассчитана на 12 занятий, продолжительностью 2 часа каждое, интенсивность занятий - 1-2 раза в месяц. В группу может входить от 8 до 12 человек. Формирование группы происходит на добровольной основе. В группу входят родители, имеющие детей 6-7 лет. Занятия может посещать один или оба родителя, иногда они могут меняться (по очереди посещать группу).

С начала учебного года было проведено 4 занятия:

1. «Давайте познакомимся».
2. «Мир детский и мир детский».
3. «Наука воспитания».
4. «Моя семья».

На сегодняшний день родители выступают не только в роли заказчика, но и имеют возможность объективно оценить уровень работы ДОУ. Поэтому для построения эффективного взаимодействия была разработана программа «Родительская эффективность», в рамках которой были использованы как традиционные, так и нетрадиционные формы сотрудничества, позволяющие определить степень удовлетворения индивидуальных запросов родителей. Взаимодействие с семьями воспитанников реализовывалось через разнообразные формы. Мы использовали традиционные (родительские собрания, семинары-тренинги, педагогические беседы, тематические консультации, выставки детских работ, папки-передвижки, информационные стенды и др.) и нетрадиционные (праздники, конкурсы) формы общения, суть которых – обогатить родителей воспитательно - педагогическими знаниями. По результатам работы за 2023 уч. год можно сделать следующие выводы: поставленные задачи на данный период реализованы на должном уровне. Но, вместе с тем, необходимо активнее использовать разнообразные формы взаимодействия с семьей, прислушиваться к мнению родителей, выделять больше времени общению в удобное для них время. В ходе работы были достигнуты определённые успехи в воспитании и обучении детей, а также выявлены проблемы и трудности, что позволит в дальнейшем сделать работу с родителями более слаженной и успешной. Правильно организованное окружающее воспитательное пространство служит источником полноценного развития.

Педагог-психолог

Заведующий МБДОУ ЦРР-ДС № 33



Альховская Л. И.

Дубинина Т. В.