

# ДЕТСКО – РОДИТЕЛЬСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Составила: педагог-психолог Щеголева С.В.

## Развитие родительской компетентности

### (родительские группы)

В семье происходит эмоциональное, социальное и интеллектуальное становление личности ребенка. Именно поэтому семье принадлежит столь важная роль в сохранении и поддержании психологического здоровья детей. Сотрудничество специалистов школы и родителей является необходимым условием эффективности коррекции имеющихся у детей с задержкой психического развития нарушений эмоциональной и познавательной сфер, профилактики вторичных нарушений. Одна из форм такого сотрудничества - родительские группы.

Занятия в группах проводит психолог школы. Группа встречается 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия 1 час.

Цель: обучение родителей эффективным способам взаимодействия с детьми, гармонизация детско-родительских отношений.

#### Задачи:

1. Повышение интереса родителей к внутреннему миру детей, развитие способности к пониманию.
2. Выработка адекватного представления о детских возможностях и потребностях.
3. Расширение арсенала воспитательных средств, форм общения с ребенком.
4. Повышение психолого-педагогической грамотности родителей, воспитательного потенциала семьи.

#### Этапы:

##### *Подготовительный:*

- Информирование родителей в ходе индивидуальных консультаций и бесед об особенностях развития детей, индивидуально-личностных особенностях, способах коррекции и профилактики нарушений.
- Тематические выступления на родительских собраниях.

Главный итог работы – осознание родителями важности эмоционально-положительного взаимодействия с детьми, потребность в расширении арсенала воспитательных средств, запрос на тренинг.

##### *Основной:*

Занятия в родительских группах в форме (или с элементами) психологического тренинга. Занятия может посещать классный руководитель, что способствует улучшению взаимопонимания между родителями и педагогом. Сначала занятия проходят только с родителями (без

участия детей). Затем полученные навыки отрабатываются на совместных детско-родительских занятиях.

Формы работы: групповая дискуссия, проигрывание и анализ ситуаций, психологические игры и упражнения.

В 2017-2018 учебном году тренинг детско-родительских отношений проводился психологом школы в 1 классе.

## Содержание занятий

### Занятие 1.

1. Знакомство “Что радует и что огорчает меня в моем ребенке”. Ожидания от тренинга.

#### 2. Правила группы

Правила могут быть самыми разнообразными, например: «На занятия приходите без опозданий», «Быть активными», «Говорить по очереди» и др.

#### 3. Поменяйтесь местами ...

- Мамы мальчиков
- Мамы девочек
- Кто играет с ребенком
- У кого неусидчивый ребенок и т.п.

#### 4. «Причины детской агрессивности»

Психолог дает определение термина, раскрывает основные причины появления агрессивности у детей. Особое внимание следует уделить обсуждению стилей воспитания в семье и их влияния на возникновение агрессии. Психолог сообщает также, что родители агрессивных детей часто бывают сами агрессивными, но не осознают этого.

#### 5. Тренировка в построении “Я - высказывания”.

Участникам предлагается ситуация. «Ты – высказывание» может говорить психолог. Участники тренируются в построении «Я – высказываний».

| Проблема  | Ты – сообщение                      | Я – сообщение                            |
|---|-------------------------------------|--|
| Родитель устал.<br>Ребенок вертится под ногами, требует к себе внимания | Ты меня утомил.<br>Отстань от меня. | Я очень устал.<br>Мне хочется отдохнуть. |

## 5. Ситуации («Ни за что не рассержусь»)

Участники делятся на две группы, каждая из которых дает задание другой команде разрешить придуманную ими взятую из жизни трудную ситуацию.

## 6. Упражнение «работа с гневом».

Родителям выдается список способов выражения гнева ребенком. Родители выбирают из списка те приемы, которые считают наиболее приемлемыми в работе с детьми. Затем каждый зачитывает свой список, а остальные участники дополняют его, перечисляя удачные приемы, которые уже успешно используются ими в повседневной практике.

## 7. Составить список «Как я справляюсь с гневом»

## 8. Цветок (рисунок – портрет ребенка)

Родители рисуют портрет собственного ребенка в виде цветка. После завершения рисования родители рассказывают, почему они изобразили своего ребенка именно так, проводится анализ рисунков.

## 9. Обратная связь

Участники по кругу отвечают на вопросы:

- чем полезна именно для вас данная встреча;
- какие конкретные приемы вы будете использовать;
- ваши пожелания на следующий день занятий.

## **Занятие 2.**

### 1. Градусник

Участники в баллах (от 1 до 5) оценивают свой настрой на занятие.

### 2. Поздоровайтесь с группой

### 3. Коридор

Участникам раздаются фразы, написанные на листах бумаги: «Улыбнись», «Прекрати улыбаться», «Поздоровайся» и др. «Ребенок» должен выполнить все указания.

Обсуждение:

- Как вы себя чувствовали в роли «ребенка»? В роли «родителя»?
- Как должно быть высказано требование, чтобы его хотелось выполнить?

### 4. Принципы воспитания

Психолог сообщает группе о важных принципах воспитания:

- непротиворечивость
- последовательность
- единство

Приложение «Правила о правилах»

Групповая дискуссия на тему «Единство требований в семье. Как его достичь?»

### 5. Упражнение «Инструкция»

Упражнение выполняется в группе из 4 человек. Роли распределяются заранее («ребенок», «2 родителей» и «наблюдатель»). «Ребенку» завязывают глаза, он садится за парту, родители сидят справа и слева от него. Перед «родителями» лист с заранее нарисованными фигурами, перед «ребенком» чистый лист и карандаш. Задача «родителей» давать четкие вербальные указания «ребенку», в результате которых он должен нарисовать такой же рисунок, как на образце.

### 6. Итог занятия. Обратная связь.

Участники по кругу отвечают на вопросы:

- чем полезна именно для вас данная встреча;
- какие конкретные приемы вы будете использовать;
- ваши пожелания на следующий день занятий.

## **Занятие 3**

**Цель:** развитие навыков сотрудничества в паре взрослый – ребенок, развитие умения работать в группе.

### **1. Упражнение “Круг знакомств”**

Участники сидят в кругу. Ведущий коротко говорит о предстоящем занятии.

Каждого ребенка ведущий просит назвать имя мамы (папы) и рассказать о своей маме (папе). Можно задавать вопросы, например:

- Какая твоя мама?
- Что она любит делать?
- Что ей нравится, что ей не нравится?

Взрослый еще раз называет свое имя-отчество и рассказывает о своем ребенке (чем любит заниматься, какая любимая игрушка...).

### **2. Принятие групповых правил**

*Оборудование:* большой лист бумаги, фломастеры, магниты.

Ведущий говорит о необходимости принятия правил и просит детей вспомнить правила поведения на занятиях.

- Говори по очереди, не перебивай.
- Слушай других внимательно.
- Играй дружно.

Правила лучше фиксировать в виде рисунков-символов на плакате. Плакат крепится к стене на все время работы группы.

### **3. Игра «Узнай свою маму».**

*Оборудование:* повязки на глаза.

Водящему ребенку завязывают глаза. Все мамы по – очереди зовут его. Он по голосу должен узнать свою маму.

### **4. Игра «Угадай, чьи руки»**

*Оборудование:* повязки на глаза.

Родители находят с завязанными глазами руки своего ребенка.

### **5. Игра «Волшебный мешочек» (с геометрическими фигурами)**

*Оборудование:* мешочек из непрозрачной ткани с геометрическими фигурами.

Участники по очереди на ощупь определяют геометрическую фигуру, называют ее и показывают всем.

### **6. Игра «Тактильный образ» (выполняется в паре родитель-ребенок)**

Участники разбиваются по парам. Один из пары встает вперед, другой за ним. Стоящий сзади рисует спине своего партнера геометрическую фигуру, который тот должен распознать. Затем участники меняются местами.

### **7. Упражнение «Рукавички» (выполняется в паре родитель-ребенок)**

*Цель:* Осознание возможностей ребенка, роли взаимопонимания в совместной деятельности, умения договариваться.

*Оборудование:* листы, на каждом из которых контуры двух варежек, по одному набору карандашей для каждой пары участников.

*Инструкция.* Перед каждым из вас лежит рисунок варежки. Посмотрите, какие они бесцветные, без узоров. В каждой паре договоритесь друг с другом, как вы будете украшать эти варежки. Каждый из вас будет раскрашивать свою варежку, но узоры двух варежек должны получиться красивые и одинаковые. Вам понятно задание? Тогда можете начинать работать».

*Обсуждение* этого упражнения проводится сразу. Психолог в каждой паре (и у родителя, и у ребенка) спрашивает:

- Нравится ли полученный результат (если нет, то почему)?
- Кто придумывал узор?
- Получалось ли договориться друг с другом?
- Что мешало и что помогало понимать друг друга?

## **8. Игра «Строим башню» (выполняется в паре родитель-ребенок)**

*Оборудование:* по 5 кубиков для каждой пары участников, повязки на глаза.

*Цель:* Осознание, каким образом надо давать инструкции, чтобы они были понятны ребенку.

*Инструкция:* «В эту игру вы тоже будете играть в парах. Перед вами кубики. Из них под руководством родителей дети за определенное время должны построить башню. Победит та семья, чья башня окажется самой высокой. А чтобы играть было интересней, я попрошу родителей завязать детям глаза. Родители смогут помогать ребенку только словами, но не жестами».

*Обсуждение:*

- Как чувствовали себя дети? Было ли понятно, что хотят родители, как нужно ставить кубики?
- Как чувствовали себя родители?

## **9. Завершение занятия**

Ведущий просит всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

- Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?
- Какая игра понравилась больше всего?
- Что для тебя было особенно трудно выполнить?

Рефлексия может быть представлена проективным (невербальным) вариантом. Ведущий просит каждого выбрать пиктограмму, соответствующую его настроению после занятия (заранее заготавливаются пиктограммы с хорошим и плохим настроением). Выбранные пиктограммы наклеиваются на общий лист.

Психолог благодарит детей за участие в занятии, хвалит за успехи, дети уходят в группу продленного дня.

## **10. Родительский круг**

Если есть возможность сразу обсудить с родителями проведенное занятие, то предметом обсуждения могут быть

- типичные формы взаимодействия между детьми и родителями;

- отношения, возникающие между ребенком и взрослым во время выполнения упражнений (сотрудничество, соперничество, ориентация на интересы партнера или их игнорирование);
- неожиданные для родителя поведенческие проявления ребенка в группе и т.п.

Психолог также дает обратную связь, отмечая особенности взаимодействия детей и родителей, подчеркивает роль игры в развитии детей, значимость для детей совместной деятельности со взрослыми.

Психолог просит к следующему занятию каждого родителя совместно с ребенком подготовить по одной игре и провести ее со всеми участниками.

## **Занятие 4**

**Цель:** развитие навыков сотрудничества в паре взрослый – ребенок, развитие умения работать в группе.

### **1. Приветствие**

Психолог приветствует участников, коротко напоминает правила работы в группе и предлагает каждой паре (родителю и ребенку) с помощью жестов поздороваться с группой.

### **2. Наши игры**

Родители и дети предлагают группе подготовленные ими игры.

*Примечание.* Психолог заранее знакомится с содержанием игр, чтобы выстроить их последовательность.

### **3. Завершение занятия**

Ведущий просит всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

- Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?
- Какая игра понравилась больше всего?
- Что для тебя было особенно трудно выполнить?

Рефлексия может быть представлена проективным (невербальным) вариантом. Ведущий просит каждого выбрать пиктограмму, соответствующую его настроению после занятия (заранее заготавливаются пиктограммы с хорошим и плохим настроением). Выбранные пиктограммы наклеиваются на общий лист. Психолог хвалит детей за успехи и прощается с ними, дети уходят в группу продленного дня.

### **4. Родительский круг**



## Занятие 5

**Цель:** развитие навыков сотрудничества в паре взрослый – ребенок, развитие умения работать в группе.

### 1. Приветствие

Психолог приветствует участников, коротко напоминает правила работы в группе и предлагает участникам поздороваться по кругу. Участник группы поворачивается к соседу справа, улыбается ему и пожимает руку.

### 2. Игра «Мигалки»

*Инструкция:* Вам нужно разбиться на пары. Один человек из пары садится в круг, другой встает за его стулом. Руки у стоящих спрятаны за спиной. Перед одним из стоящих – пустой стул, это – водящий. Задача водящего – переманить к себе кого-нибудь из сидящих, подмигнув ему. Задача стоящих участников игры – удержать своего седока, положив руки ему на плечи. Если седок все-таки перебежал, то прозевавший становится водящим. Через некоторое время вы поменяетесь ролями.

### 3. Упражнение «Графический диктант» (выполняется в паре родитель-ребенок)

*Цель:* Осознание, каким образом надо давать инструкции, чтобы они были понятны ребенку. Осознание возможностей ребенка.

*Оборудование:* листы бумаги в клетку, рисунки для графических диктантов.

Родители, не показывают рисунок ребенку. Ребенок на листе в клетку выполняет графический диктант по инструкции родителя.

*Обсуждение:*

- Как чувствовали себя дети? Было ли понятно, что хотят родители? Было легко или трудно?
- Как чувствовали себя родители? Как реагировали, если ребенок допускал ошибки?

### 4. Упражнение «Цветная страна» (выполняется в паре родитель-ребенок)

*Цель:* Осознание роли взаимопонимания в совместной деятельности, умения договариваться.

*Оборудование:* листы формата А4, по одному цветному карандашу для каждой пары участников, цветные лепестки из картона.

Ведущий предлагает участникам вытащить один из лепестков. Участники смотрят, лепесток какого цвета им достался. Каждую пару просят подумать, что бывает такого цвета, и нарисовать, используя один карандаш на двоих.

*Обсуждение:*

- Что мешало и что помогало справиться с поставленной целью?
- Удовлетворены ли вы полученным результатом? Если нет, то почему?

## **5. Игра «Смешной рисунок»**

*Оборудование:* рисунок-образец, доска, мел, повязки на глаза.

*Цель:* сплочение группы, поднятие настроения.

На доске закреплён рисунок-образец. Рядом с ним должен получиться точно такой же рисунок. Ведущий завязывает глаза первому игроку и подводит его к доске, тот рисует фрагмент картины (на счёт 1-3). Все по очереди подходят с завязанными глазами и дорисовывают недостающие детали.

## **6. Завершение занятия**

Ведущий просит всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

- Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?
- Какая игра понравилась больше всего?
- Что для тебя было особенно трудно выполнить?

Психолог хвалит детей за успехи и прощается с ними, дети уходят в группу продленного дня.

## **7. Подведение итога**

Участники рассказывают, чему они научились, что они поняли для себя за время тренинга, был ли данный опыт полезен для них.