

## Семинар-практикум с элементами тренинга для родителей «Психологическая безопасность дошкольников»

*Цель:* повышение уровня психолого-педагогических знаний у родителей:

- о воспитании, развитии, дисциплине;
- о психологической безопасности детей.

*Материалы для проведения семинара-практикума:*

- листы бумаги А4;
- карандаши или ручки;
- бинт;
- плакат «Правила о правилах»;
- плакат «Четыре цветовые зоны».

Ход мероприятия

### **1. Приветствие.**

### **2. Вступление.**

Психолог: «Важнейшим условием полноценного развития ребенка, сохранения и укрепления его психологического здоровья является психологическая безопасность.

Говоря про безопасность дошкольника как личности, имеем в виду сохранение стабильности его самочувствия и ежедневной жизни, эмоциональный комфорт, уверенность в благополучии, отсутствие угроз, социальных конфликтов.

Понятие «психологическая безопасность» чаще всего раскрывается через использование понятий «психическое здоровье» и «угроза». При этом психологическая безопасность трактуется как такое состояние, когда обеспечено успешное психическое развитие ребенка и адекватно отражаются внутренние и внешние угрозы его психическому здоровью.

Основными источниками угроз психологической безопасности личности ребенка являются:

- манипулирование детьми, наносящее серьезный ущерб позитивному развитию личности. Это проявляется в том, что взрослые стремятся все сделать за ребенка, тем самым лишая его самостоятельности и инициативы как в деятельности, так и в принятии решений;
- индивидуально-личностные особенности родителей и персонала, участвующего в образовательном процессе и ежедневно вступающего во взаимодействие с детьми;
- межличностные отношения детей в группе (отвергаемые дети, грубые, жестокие взаимоотношения между детьми) ;
- враждебность окружающей среды, когда ребенку ограничен доступ к игрушкам, отсутствуют необходимые условия для реализации естественной потребности в движении, действуют необоснованные запреты;
- интеллектуально-физические и психоэмоциональные перегрузки из-за нерационально построенного режима жизнедеятельности детей, однообразие будней;
- неправильная организация общения – преобладание авторитарного стиля, отсутствие заинтересованности ребенком со стороны взрослых;
- невнимание к ребенку со стороны родителей, асоциальная семейная микросреда; стрессовое состояние ребенка.

Любое притеснение, попытка заставить ребенка сделать что-либо против его воли порождают сопротивление, которое может быть внутренним и внешним. Внутреннее сопротивление проявляется как уход от контактов с другими людьми, внешнее – в виде нарушения дисциплины. О дисциплине мы поговорим чуть позже.

Психологическая защищенность – это не устранение всех угроз и травмирующих событий, а возможность совладать с ними, это высокий уровень сопротивляемости и устойчивости».

### **3. Упражнение «Снежинка».**

Психолог раздает каждому участнику по листку бумаги.

Психолог: «Сейчас мы выполним с вами интересное упражнение. У вас в руках листы бумаги, все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Главное условие, не смотреть ни на кого и слушать мою инструкцию:

- сложите лист пополам
- оторвите правый верхний уголок
- опять сложите пополам
- снова оторвите правый верхний уголок
- сложите лист пополам
- оторвите правый верхний уголок

Продолжите эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку.

Сейчас я попрошу Вас найти и среди остальных снежинок точно такую же, как у вас. Снежинки должны быть совершенно одинаковые.

Нашли? А почему? Как вы думаете? »

Психолог: «У всех ли одинаковые листки? Чем они отличаются? В чем листки похожи? Каков смысл задания? »

Психолог подводит к выводу: «Каждый понимает инструкцию по-своему, все мы разные. Читая нотации, правила детям, можно ли быть уверенным, что они нас правильно поняли и все уяснили? Был бы пример – у всех было бы одинаково. Должен быть пример родительского поведения для детей. Можно сколько угодно говорить, как правильно переходить дорогу, но если вы сами не соблюдаете эти правила, можете быть уверены, что и ваш ребенок их нарушит».

#### **4. Мини-лекция «Собственный пример или нотации? »**

#### **5. Упражнение «Дотроньтесь до... »**

Психолог: «Давайте поиграем в игру. Я сейчас буду называть и показывать часть тела, до которой нужно будет дотронуться. Но дотрагиваться нужно до той части тела, которую я НАЗЫВАЮ». Психолог сначала называет и показывает одинаковые части тела, а затем называет одну часть тела, а показывает другую.

Вывод – ребенок повторяет то, что видит, а не то, что слышит в «сто первый раз».

#### **6. Продолжение мини-лекции.**

#### **7. Упражнение «Диктат»**

Психолог: «Для этого упражнения нужен «доброволец».

Психолог обращается к «добровольцу»: «Вы сейчас будете играть роль ребенка».

Затем психолог говорит родителям: «А мы все вместе вспомним, как общаемся со своими детьми.

Уважаемые родители, что вы обычно говорите своим детям, когда они капризничают? («Не плачь, прекрати» и т. д.) Значит мы не позволяем ему свободно проявлять свои чувства. *Психолог обвязывает добровольцу область сердца.*

Что мы говорим ребенку, если он без разрешения берет вещи, которые ему не положено брать? («Не трогай! ») *Психолог связывает бинтом руки.*

Если ребенок разбежался, мешает вам, мы говорим? («Не бегай! ») *Психолог связывает ноги.*

Если взрослые разговаривают, а ребенок слушает их разговор, мы реагируем. («Не слушай! ») *Психолог завязывает уши.*

Если ребенок кричит, оглушая нас, мы говорим ему? («Не кричи! ») *Психолог завязывает рот.*

Психолог: «Как вы думаете, ему хорошо? А сейчас спросим нашего ребенка, как он себя чувствует. Как вы думаете, что нужно освободить в первую очередь? Почему бы не спросит у него самого? Как вы думаете, может ли ребенок развиваться в таком состоянии? Что же делать? »



## 8. Мини-лекция «Зоны дозволенного. Правила о правилах».

Психолог: «Как же воспитать ребенка, который в опасной ситуации не растерялся, всегда будет внутренне собранным? Одним из главных ответов является дисциплина. Итак речь пойдет и дисциплине и послушании.

Есть несколько правил, которые помогают наладить и поддерживать в семье бесконфликтную дисциплину. Получается что-то вроде списка правил о правилах.

Правило первое

*Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка.*

Правило второе

*Правила (ограничения, требования, запреты) не должно быть слишком много, и они должны быть гибкими.*

Оба правила, взятые вместе, предполагают особое чувство меры, особую мудрость родителя в решении вопросов о «можно», «следует» и «нельзя».

Найти золотую середину между попустительским и авторитарным стилями нам помогает образ четырех цветовых зон поведения ребенка: зеленой, желтой, оранжевой и красной.

В *зеленую* зону (открываем первую строчку плаката) поместим все то, что разрешается делать ребенку по его собственному усмотрению или желанию. Например, когда и во что играть, когда и чем заниматься, в какие игрушки играть, когда сесть за уроки, в какой кружок записаться, с кем дружить...

Действия ребенка, в которых ему предоставляется относительная свобода, находятся в *желтой* зоне (открываем вторую строчку плаката). Ему разрешается действовать по собственному выбору, но в пределах определенных границ. Иначе говоря, он может решать сам, но при условии соблюдения некоторых правил. Например, по лужам можно ходить, но в резиновых сапогах, на обоях можно рисовать, но в определенном месте.

Но бывают обстоятельства, когда нам приходится нарушать установленные правила. Такие случаи попадают в следующую, *оранжевую*, зону.

Итак, в *оранжевой* зоне (открываем третью строчку плаката) находятся такие действия ребенка, которые в общем нами не приветствуются, но ввиду особых обстоятельств сейчас допускаются. Например, можно лечь позже обычного в новогоднюю ночь, можно перелечь в родительскую кровать, если приснился плохой сон.

Наконец, в последней, *красной*, зоне (открываем последнюю строчку плаката) находятся действия ребенка, неприемлемые ни при каких обстоятельствах. Это наши категорические «нельзя», из которых нами не делается исключений.

Нельзя драться, играть с огнем, ломать вещи, обижать маленьких... Список этот «взрослеет» вместе с ребенком и подводит его к серьезным моральным нормам и социальным запретам.

Итак, все зоны, вместе взятые, говорят нам, что правило правилу рознь, и что вполне можно найти «золотую середину» между готовностью понимать — и быть твердым, между гибкостью — и непреклонностью в процессе воспитания дисциплины.



Правило третье

*Родительские требования не должны вступать в явное противоречие с важнейшими потребностями ребенка.*

Правило четвертое

*Правила (ограничения, требования, запреты) должны быть согласованы взрослыми между собой.*

Правило пятое

*Тон, в котором сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно разъяснительным, чем повелительным.*

Разговор о дисциплине неминуемо приводит к вопросу о наказаниях.

Правило шестое

*Наказывать ребенка лучше, лишая его хорошего, чем делая ему плохое.*

Вывод – следуя этим правилам, вы скорее всего поможете вашему ребенку избежать опасных ситуаций, воспитаете человека, ответственного за свои поступки. И можете быть уверены: если семейные правила наряду с правилами личной психологической безопасности излагаются ясными, простыми и спокойными, без тревожных слов, фразами – дети обязательно будут следовать им.

## **9. Упражнение «Аукцион советов родителей по безопасности детей-дошкольников»**

Психолог: «В наше беспокойное время родителям постоянно приходится испытывать волнение за своих детей, которые могут стать жертвами мошенников и преступников или попасть в другие опасные ситуации. Надеемся, что предлагаемые на аукционе советы в какой-то степени помогут вам уберечь ребенка от опасности».

Участники делятся на 2 подгруппы, обсуждают (3-4 минуты, какими могут быть советы по безопасности детей. Затем по очереди их называют. Чья подгруппа последняя назвала совет, та и выиграла аукцион. Например: не надо заговаривать на улице с незнакомцами и т. д.

По окончании аукциона психолог спрашивает: «Скажите, в какую из четырёх цветовых зон мы поместим только что прозвучавшие советы?»

## **10. Рефлексия.**

Психолог: «Наша встреча подошла к концу. Поделитесь, пожалуйста, своими впечатлениями.

Психолог: «Спасибо за внимание, за ваше активное участие в нашей встрече.

Всего доброго. До свидания!»