

Семинар - практикум с элементами тренинга для родителей: «Формирование адекватного восприятия родителями собственных детей»

Цель:

- **повышение родительской компетентности в понимании воспитания детей дошкольного возраста**, ознакомление присутствующих со стилями общения в семье;
- формирование ответственного отношения родителей к воспитанию физически и психологически здорового подрастающего поколения.

Задание:

- формировать ответственность родителей за социализацию ребенка;
- ознакомить участников с различными подходами к семейному воспитанию и методами поддержки ребенка;
- определить оптимальные пути общения с ребенком;
- способствовать осознанию важности объективного оценивания и проявления безусловной любви.

Количество участников: 30 человек

Оборудование: цветная бумага, ножницы, ручки, диск с записями, бумага для записок, ватман, маркер, звездочки для пожеланий, памятки для родителей

Продолжительность: 1,5 - 2:00

Ход семинара-практикума психолога детского сада

Упражнение «Приветствие»

Психолог предлагает присутствующим познакомиться следующим образом: «Назовите свое имя так, как бы вы хотели, чтобы вас называл человек, которого вы любите, и который любит вас».

Обсуждение:

- Какие ощущения наполняли вас, когда вы называли свое имя?

Вывод: Можно почувствовать, как много значит для человека нежное, ласковое обращение к нему, в котором есть любовь и забота.

Правила работы

Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно соблюдать определенные правила.

Я зачитаю их, а вы обсудите и выберите те, которые подходят нам для эффективного взаимодействия:

- Говорить долго и не по теме.
- Говорить четко и конкретно.
- Перебивать друг друга.
- Правило «поднятой руки».
- Быть пассивным и мрачным.
- Быть активным, участвовать во всех видах деятельности.
- Правило хорошего настроения.

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

Мини - лекция

Семья - одна из величайших ценностей, созданных человечеством за период существования. Семья, родственники - своеобразный центр формирования личности ребенка, воспитание его характера, воли, общественного сознания. Любовь и дружба, взаимная поддержка отца и матери для ребенка - пример для подражания. Все родители желают своим детям добра, счастья и часто ищут пути осуществления этих пожеланий.

На сегодняшнем семинаре мы постараемся ответить на вопросы, которые волнуют многих родителей:

- Как не мешать ребенку расти счастливым и любить нас?
- Какой след оставляют наши слова и дела в его душе и памяти?

- Так ли уж хорошо, если нет никаких проблем с сыном или дочкой, и мы вполне довольны поведением своего ребенка, не слишком заботясь о противоречивости его чувств и мыслей, уникальности, самобытности личности?

Каждый человек появляется на свет, как нечто новое, никогда ранее не существовавшее. Все мы имеем индивидуальные особенности, черты характера, по своему видим, слышим, чувствуем, думаем.

Практическая работа с цветной бумагой

Психолог предлагает взять бумагу и вырезать силуэт своего ребенка. (Родители вырезают из бумаги силуэт своего ребенка).

Вывод: как и каждое изделие, которое получилось у вас в результате практической работы, разное, так и каждый ребенок неповторим.

Метафора «Река и берега»

Мне нравится сравнивать ребенка с рекой - веселой, стремительной и бурной или глубокой и медленной. Она плывет себе куда ей вздумается, движется свободно и непринужденно. И каждое движение реки определяет ее русло, берега, которые мы называем родителями. Они всегда будто впереди, определяют основное направление ее движения. Если родители имеют свои устойчивые ценностные установки, знают как воспитывать ребенка, понимают, что важно для него, - это берега прочные и надежные. Тогда и река чувствует себя защищенной и более уверенной.

Где вы видели такие берега, которые давили на реку или заставляли ее течь в другую сторону? Она протекает свободно, в соответствии со своей природой, а берега лишь несколько направляют ее движение. Река, не имеет берегов, растекается, постепенно превращается в болото. Так и ребенок, который не чувствует поддержки, разумного контроля со стороны родителей, не имеет жизненных ориентиров, четкого самосознания своих истинных желаний и потребностей, из-за чего попадает под чужое влияние или давление окружения.

Дети подражают своим родителям. Они как бы отражают их поведение, манеру общения, усваивают именно те ценности, те главные жизненные принципы, которые исповедует их семья. Поэтому ошибаются те родители, которые уверены, что ребенок будет делать так, «как я говорю». На самом деле она будет делать так, «как я делаю». Поэтому родителям важно быть последовательными в мыслях, убеждениях и действиях.

Легко и комфортно быть берегом, когда ребенок послушный, «удобный», понимает сказанное с полуслова, скажете вы. А если ребенок все же доставляет хлопоты, заставляет волноваться и плакать, а то и просто отравляет жизнь своими выходками? Как быть, если на него все жалуются: воспитатели, родственники, соседи? Когда учительница танцев намекает, что лучше не водить ребенка на занятия - мол, других детей отвлекает смехом и надоедает всякими выходками. А что делать с угрюмыми, неконтактными, неразговорчивыми детьми, которые на десять вопросов отвечают одним непонятным бормотанием или возгласом, пряча от вас глаза?

Взрослые думают над различными вопросами, не ставя перед собой главного: «А люблю ли я своего ребенка?»

Упражнение «Что я ожидаю от ребенка ...»

У каждого из вас есть дети, вы вкладываете много сил и энергии в их воспитание. А почему, для чего вы это делаете, что вы ожидаете от ребенка? Напишите, пожалуйста, на силуэтах ваших детей свои ожидания, затем зачитайте их. (Родители записывают, а потом зачитывают).

Какие мысли у вас возникли при выполнении этой задачи?

Задумывались ли вы над путями достижения того, что вы хотите?

Как вы думаете, что такое безусловная любовь, безусловное принятие?

Очень часто так случается, что родители хотят от ребенка того, чего не смогли достичь сами, пытаются самореализоваться за счет ребенка.

Мозговой штурм

Трудно переоценить влияние семьи на развитие, обучение и воспитание ребенка. Это было известно людям давно и нашло свое отражение в крылатых фразах, афоризмах.

Кто может вспомнить пословицы и поговорки, в которых говорится о семейном воспитании?

- Если ребенка не научишь в пеленках, то не научишь и в подушках.
- Что учат дома дети, то знают и соседи.
- Умел дитя родить, умей и научить.
- Какой яшень - такой забор, какой отец - такой и сын.
- Яблоко от яблони не далеко падает.

Информационное сообщение «Стили воспитания».

В каждой семье свой своеобразный стиль общения. Собственно, умение взаимодействовать с детьми - очень важная вещь. Вы можете спросить себя, как найти время для общения, ведь сегодня динамика жизни слишком быстрая. Все происходит в спешке. Вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даете детям наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня.

В следующий раз встречаемся с детьми уже вечером. Именно эти вечерние часы, когда никто никуда не спешит, создают семейный комфорт. Именно такие минуты могут сплотить и укрепить семью. Однако, опять общение ограничивается короткими фразами. Разве можно пообщаться, когда включен телевизор, и какая-то женщина уже в третий раз рекламирует преимущества стирального порошка?

Исследователи утверждают, что родители разговаривают с детьми примерно 25-35 минут в день. Из них 10-12 приходится на раздачу указаний. Ученые определили, что в целом существует три модели общения: демократическая, авторитарная, либеральная, что в свою очередь, порождает определенный стиль общения в семье.

«Родители-друзья, партнеры, помощники»

Родители положительно воспринимают собственного ребенка, несмотря на его сегодняшние успехи. Они спокойно относятся к его неудачам, поддерживают и радуются в моменты успеха. Хорошо знают своих детей, их недостатки и достоинства, слабые и сильные стороны. Никогда не прибегают к тотальной критике ребенка. Разговор об определенных недостатках в поведении строится с позиций оптимистической оценки личности ребенка в целом, поощрения его к самостоятельному анализу и выработке позиции. Демонстрируют уважение и доверие к детям, видя в них равноправных партнеров, которые могут иметь свое мнение на то или иное явление.

Постоянно заботятся о поддержании уважительного отношения ребенка к себе благодаря содействию в достижении им положительных результатов в деятельности и общении, одобряют любые попытки проявить самостоятельность, исполнительность, требовательное отношение к себе. В воспитании своих детей ориентированы на ценности, которые являются значимыми не только на короткий промежуток, а на всю жизнь: самостоятельность, исполнительность, высокие моральные качества.

Родители поддерживают детей, выражают оптимистичные суждения. Например: «Не страшно, в следующий раз получится!», «Я верю в тебя!», «Ты молодец, хорошо постарался» Поощряют детей к самооценке: «А тебе самому нравится?».

«Взрослые-опекуны»

Родители с указанным типом ценностного отношения к своим детям игнорируют возможности возраста способностью к самовыражению через самостоятельность; стремление к признанию связывают только с необходимостью постоянно одобрять поступки ребенка. Воспринимают ребенка как маленького, неумелого, не способного к продуктивной деятельности, поступкам, не усматривают возможности сотрудничества с ней в различных совместных делах. От ребенка не ожидают серьезных, осмысленных решений, поступков. Поэтому чаще подменяют активность ребенка собственной

активностью: его одевают и раздевают, не считают лишним покормить с ложки, выполняют вместо него задачи и поручения учителя.

Оценивая сделанное ребенком, прибегают к преувеличениям с приставкой «самый»: «Ты у нас самая умная», «У тебя лучший рисунок», или вообще игнорируют детские достижения или удовлетворяются формальными оценочными суждениями. Поведение таких взрослых непоследовательное: то зацеловывают ребенка, то быстро готовы применить ремень. Такие подходы дезориентируют ребенка, лишают его возможности составить реалистичное представление о своих достоинствах и недостатках.

«Родители-руководители и контролеры»

Для родителей с таким типом ценностного отношения характерно эмоциональное неприятие ребенка. Это бывает по разным причинам и часто существует на подсознательном уровне. Возможно, дети не оправдали в большей или меньшей степени их ожиданий относительно характера, умственного и физического развития, возможно родились не вовремя, возможно, ожидался другой пол ребенка. Есть и другая категория родителей, для которых этот стиль поведения является единственно принятым во взаимоотношениях с окружающими.

При таком типе отношения эмоциональные контакты с детьми ограничены и чаще сводятся к проповедям, нотациям, нравоучениям. Широко используются приказы, распоряжения, команды («Не делай ...», «Быстро убери ...», «Я кому сказал!»). Поведение детей находится под постоянным контролем, при этом все, что выходит за пределы понимания взрослого, осуждается и не принимается. Мыслям, идеям ребенка не уделяется надлежащего внимания, поэтому совместная деятельность со взрослым возможна только при условии доминирования последних. Ребенок расценивается как объект, в отношении которого выбор способов воспитания полностью зависит от взрослого.

Используют следующие наказания: физические наказания, ограничения двигательной активности, эмоциональную агрессию, лишение перспективы радости. Родители хвастаются детьми в присутствии посторонних, заставляют их хвастаться своими успехами.

- Есть ли четкая граница между различными стилями родительского поведения?
- Можно ли всегда использовать один стиль?
- Как вы думаете, когда целесообразно использовать авторитарный стиль?

Упражнение «Сказки нашего детства»

Каждая группа получает фрагмент сказки с определенной моделью семейного общения (сказки «Колобок», «Красная шапочка» или другие, по выбору участников.)

Задача каждой группы - драматизировать фрагмент сказки, другие команды должны догадаться, о каком именно стиле семейного воспитания идет речь и что это за сказка. Например: Жила семья - мать и дочь. Мать любила дочь, хорошо ее одевала, но не уделяла ее воспитанию много времени. Не учила ее разбираться в людях, не рассказывала ей о том, как опасно общаться с незнакомыми людьми, рассказывать им о своей семье. И однажды произошел случай, который едва не стоил жизни девочке и ее бабушке. Их спасли случайные мужчины, которые проходили мимо. (Сказка «Красная Шапочка», либеральный стиль общения).

Обсуждение:

- Что было для вас необычным?
- Каковы ваши ощущения от работы?
- Сложно ли было распознать стиль воспитания?

Упражнение «Правила для ребенка»

Цель: установление ограничений для детей.

Психолог. Как мы уже говорили, часто общение с ребенком ограничивается указаниями и запретами. Конечно, есть много ситуаций, когда родители вынуждены устанавливать определенные ограничения для своих детей. Особенно, если дети

маленькие, и их действия могут повредить здоровью и жизни. Давайте попробуем изменить ограничения и запреты на правила поведения.

Ваша задача - составить правила для ребенка, не используя слова «НЕ». К примеру:

- Нельзя переходить улицу на красный свет (Нужно переходить улицу только тогда, когда светит зеленый огонек светофора).

- Не спеши во время еды. (Будем есть медленно)

- Не разговаривай так громко. (Будем разговаривать тише)

- Не рисуй на стене. (Рисуй на бумаге)

- Нельзя идти на улицу раздетым. (На улице холодно, нужно одеваться)

- Нельзя драться. (Когда дерутся - делают друг-другу больно)

- Нельзя брать чужие вещи без разрешения. (Прежде чем взять чужую вещь нужно спросить разрешения)

- Нельзя разбрасывать игрушки. (Игрушки нужно составлять на место)

- Нельзя тыкать пальцем. (Если хочешь что-то показать, скажи или покажи рукой)

- Нельзя кричать в общественных местах (в общественных местах говорим спокойно и тихо.)

Обсуждение:

- Сложно было выполнить задание?

- Есть такие правила, которые назвали участники различных команд?

Психолог. Правила должны быть в каждой семье. Чтобы сохранить мир в семье и не провоцировать конфликты с детьми, необходимо соблюдать определенные правила.

Рекомендации психолога для родителей

1. Прежде всего необходимо показать ребенку, что родители принимают его чувства и понимают важность желаний: «Я понимаю твоё желание ...».

2. Затем родители устанавливают ограничения, объясняя причину: «Но этого делать нельзя, потому что ...».

3. Наконец родители предлагают ребенку альтернативу, которая не вызывает нежелательных последствий и одновременно позволяет ребенку реализовать свою активность, удовлетворить определенные желания. Важно, чтобы альтернатива заинтересовала ребенка и была определенным заменителем неадекватных действий.

4. Если и после этого ребенок пытается прибегать к действиям, которые могут повредить ему самому или другим, то взрослый должен предупредить его о наказании за несоблюдение правил.

Упражнение - релаксация «Тихое озеро»

Психолог дает инструкцию: «Закройте глаза. Вы у тихого, замечательного озера. Слышно только ваше дыхание и плеск воды. Солнце ярко светит, и это заставляет чувствовать себя лучше и лучше. Вы чувствуете, как солнечные лучи согревают вас. Вы слышите пение птиц и чириканье кузнечиков. Вы спокойны. Солнце вас ласкает, воздух чистый и прозрачный. Вы спокойные и неподвижные. Вы чувствуете себя счастливыми, не хочется двигаться. Каждая клеточка вашего тела наслаждается покоем и солнечным теплом. Вы свободны от злости, недовольства. Вы отдыхаете ... »

Обратная связь

Напишите, пожалуйста, свои впечатления от семинара.

- Что больше всего понравилось?

- Что не понравилось, с чем вы не согласны?

- Что хотели бы пожелать психологу?

Упражнение «Аплодисменты»

Цель: снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.

Психолог. Мы с вами хорошо поработали. И в завершение я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко соединить в аплодисменты.

До новых встреч!

Приложение «Обращение воспитанников ДОУ к родителям»

1. Дорогие родители, помните, что вы сами пригласили нас в свою семью. Когда -нибудь мы оставим родительский дом, но до тех пор научите нас, - пожалуйста, искусству быть человеком.

2. Мы видим мир не так, как вы. Просим вас объясните: что? когда? и почему? каждый из нас должен делать.

3. Наши ручки еще маленькие. Не ожидайте от нас совершенства, когда мы застилаем кровать, рисуем, раскрашиваем или бросаем мяч.

4. Дайте нам немного самостоятельности, позвольте делать ошибки, чтобы мы на них учились. Тогда мы сможем самостоятельно принимать решения во взрослой жизни.

5. Мы учимся у вас всему: словам, интонации, голосу, манерам. Ваши слова, чувства и поступки будут возвращаться к вам через нас. Поэтому научите нас, - пожалуйста, лучшему. Помните, что мы вместе не случайно: мы должны помочь друг другу.

6. Мы хотим чувствовать вашу любовь, хотим, чтобы вы чаще брали нас на руки, прижимали, целовали. Но будьте осторожны, чтобы ваша любовь не превратилась в костыли, которые будут мешать нам делать самостоятельные шаги.

7. Дорогие наши, мы вас очень любим! Покажите нам, что вы также нас любите!

8. Говорите с нами, интересуйтесь нашими делами и проблемами. Да не будет ни дня без прочитанной вместе книги.

9. Позволяйте нам рисовать, раскрашивать, вырезать, лепить, наклеивать.

10. Не воспитывайте из нас только потребителей. Мы хотим быть равноправными членами вашей семьи и, иметь свои права и обязанности.