

ТРЕНИНГ ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ РОДИТЕЛЕЙ И ДЕТЕЙ 5-7 ЛЕТ

«Страна понимания»

Методические рекомендации

Тренинг проводится с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями в виде игрового сеанса. Данный тренинг направлен на детей, которым уже более-менее доступен высокий уровень вербализации. Упражнения построены на взаимодействии родителя и ребенка в комфортной ситуации - так, чтобы они могли пообщаться в другой атмосфере и таким образом узнать что-то новое о потребностях, к которым до этого они, возможно, были глухи.

Цель: благоприятное взаимодействие детей и родителей.

Задачи:

- создать условия для благоприятного взаимодействия родителей с их детьми;
- создать условия для знакомства с потребностями друг друга;
- повышение жизненной энергии и поиск внутренних ресурсов.

Материалы: бэйджи с именами участников, цветные карандаши, фломастеры, листы формата А4 и А3, цветная бумага, цветные ленточки, цветной клей, простой клей, ультрафиолетовая лампа, большая белая ткань, заготовка цветка с разноцветными лепестками, плюшевый цветочек, фонарик со светодиодным пламенем, подушки-сиденья.

Ход тренинга:

Ведущий: Мы попали в Страну понимания, где у каждой

семьи есть набор волшебных палочек, с помощью которых мы сегодня и будем разговаривать.

1. Мамы и дети присаживаются за круглые столы. Каждый пишет свое имя на табличке.

2. Передавая цветок по кругу, участники рассказывают, с каким настроением они пришли.

3. «Штриховка».

Каждый участник получает листок формата А4 и выбирает карандаш в соответствии со своим настроением. По команде педагога-психолога все начинают быстрыми движениями заштриховывать лист так, чтобы не осталось пустого пространства. На выполнение отводится 2 мин. Затем все складывают карандаши. Участники коротко делятся впечатлениями от процесса.

4. «Портрет».

Участникам раздаются новые листочки формата А4. Каждый рисует свой портрет, но необычным способом: вместо глаз – что люблю видеть, на что смотреть; нос – нюхать, вдыхать ароматы; уши – слышать или слушать; волосы – мечты и фантазии; рот – кушать, чувствовать. Нужно рассказать в паре ребенок – родитель это друг другу и затем друг о друге – группе.

5. «Идеальный дом».

Участникам предлагается в семейной паре нарисовать для своей семьи идеальный дом (не реальный, а какой хочется). Задание нужно делать сообща на одном листе бумаги (лучше формата А3) цветными карандашами или фломастерами. По времени задание не ограничивается. Рисунок затем обсуждается. Семья рассказывает о нем,

выбирая, кто это будет делать. Участникам можно задавать друг другу уточняющие вопросы по рисунку.

Также обязательным является поддержка семьи и сообщение того, что у них хорошо получилось, описание того, что удалось семье особенно. Такое сообщение важно для создания с семьей контакта и снижения тревоги ее членов в ситуации их оценки.

Ключевые вопросы к рисунку:

- Какова природа и особенности границ между подсистемами в семье, как это отражено в рисунке?
- Как члены семьи договариваются друг с другом, умеют ли это делать? Обсуждают ли общий план работы?
- Решения принимаются коллективно или единолично, кто принимает решение?
- Чьему мнению в семье отдается предпочтение, кто уступает?
- Кто является основным генератором идей (придумщиком), кто воплощает идеи в жизнь?

Загорается волшебный фонарик, который приглашает детей с родителями в волшебную (сенсорную) комнату, где звучит спокойная приятная музыка без слов.

6. «Волшебное море».

Дети с родителями рассаживаются в круг на подушки. В центре круга лежит материя. Все берутся за края ткани и создают волны. Сначала слабые движения, потом сильнее и повторяют несколько раз. Детям предлагается «поплавать» в этом море: ребенок ложится в центр и закрывает глаза, а остальные участники спокойными движениями колышут ткань.

7. «Водоросли».

Участники встают вокруг и спокойно, одновременно

опускают и поднимают руки. Имитируются водоросли на морском дне. Затем каждому предлагается поплавать в водорослях. Участник встает в центр, а остальные нежно прикасаются к нему руками (движения вверх и вниз).

8. «Цветик-семицветик».

Педагог-психолог выкладывает цветок с количеством лепестков по числу участников. Каждый берет лепесток и загадывает желание для всех участников группы, затем подбрасывает лепесток.