Методическая разработка

тренингового занятия гостиная для заинтересованных родителей

«Дружная семья»

Автор: педагог-психолог высшей квалификационной категории Лысова Оксана Федоровна

**Аннотация.**

 Работа представлена в номинации «Методическая разработка» и направленна на развитие традиционных семейных ценностей, таких как любовь, внимание, забота, понимание, уважение, помощь. Данное занятие «Гостиная для заинтересованных родителей «Дружная семья», было реализовано в рамках Недели психологии, которая проводилась в образовательной организации *Тема недели:* «Россия — это Я и моя семья!» *Девиз: Любовь к Родине начинается с любви в семье.* Цель Недели психологии: активизация совместной деятельности всех участников педагогического процесса в школе: педагогов, родителей и детей, создание благоприятных условий для формирования у учащихся ценностного отношения к семье, к своей Родине

 Занятие «Дружная семья» проводилось по запросу родителей и классных руководителей. Это занятие предназначено для детей и их родителей с целью формирования благоприятного психологического климата в семье.

Мероприятие было направленно на сплочение семьи, улучшение взаимоотношений в семье. Оно способствовало активной коммуникативной деятельности детей и их родителей, развитию инициативного общения и имело мощный воспитательный потенциал в формировании открытости, активности, самостоятельности в общении и желании помогать друг другу, работать сообща, проявлению творческих способностей в совместной деятельности.

 **Итог данного мероприятия — это улыбки детей, их родителей, слова благодарности и пожелания - как можно скорее организовать еще такую встречу. Родители благодарили за то, что я дала возможность побыть вместе со своими детьми, сказать друг другу добрые слова (на этапе знакомства), сделать общую работу и просто побыть рядом, узнать чем живут их дети, что им интересно и что они умеют… Ведь в рутине домашних дел не всегда удается поговорить, пошутить, сказать пару добрых слов своему ребенку, похвалить его даже самый маленький успех. Мне же, отрадно было видеть, как они довольные, счастливые, с переполняющей их гордостью, взявшись за руки понесли домой свои цветочные полянки, чтобы показать их своим папам, братьям и сестрам.**

**Пояснительная записка**

Неоднократно родители обращались за помощью в школу с проблемой непонимания своих детей, не понимания того, почему их дети поступают так, а не иначе, почему они дома капризничают, проявляют негативизм и т.п. Психика ребенка с ОВЗ очень ранима и требует бережного к себе отношения, на своем пути дети часто сталкиваются с серьезными трудностями: в семье, в школе, в общении и одиночестве. Взрослые очень хотят им помочь, но часто не знают как: убеждения и нравоучения не помогают, а сам ребенок не может толком ничего объяснить. Для того, чтобы разобраться во всем этом, понять мотивы поступков своих детей, необходимо создать такие условия, при которых родители смогли бы посмотреть на данную проблему и самим принять активное участие в совместной с детьми деятельности. Что мы, собственно, и попытались сделать в условиях школы-интерната, на занятии «Дружная семья».

**Адресная группа**: дети ОВЗ, родители. У данной категории детей отмечаются выраженные отклонения в формировании познавательных процессов, коммуникативных навыков, несформированности самооценки, неуспешности в обучении. Такие дети являются частыми нарушителями дисциплины в школе и вызывают проблемы в семье. Все это свидетельствует о низком уровне социально-психологической адаптации детей.

**Возрастная категория**: дети начальной школы 8-10 лет.

Данный конспект представлен в рамках коррекционно-развивающей работы с обучающимися коррекционной школы.

**Цель мероприятия:** Вовлечение родителей в совместную деятельность с детьми в условиях школы-интерната; создание атмосферы тесного сотрудничества и содружества, положительного психологического настроя.

**Задачи мероприятия:**

Формировать интерес взрослых к миру ребенка, стремление помогать ему в индивидуально-личностном развитии.

Развивать умение прислушиваться друг к другу, понимать друг друга, учитывать различные точки зрения, договариваться, принимать особенности каждого члена семьи, видеть положительные стороны и качества родителя и ребенка, уметь сосредотачивать на них внимание, говорить друг другу комплименты.

Помочь осознанию важной роли семьи в жизни каждого человека, особенно ребенка.

Способствовать формированию благоприятного психологического климата в семье, сплочению членов семьи, повысить уровень взаимодействия членов семьи, дать возможность проявить творческие способности.

**Оснащение:** ленты (для повязки на глаза), цветные сердечки для сюрпризного момента, компьютер, подборка музыки для релаксации, клубок пушистых ниток для упражнения «Паутинка», картинки – цветов (Приложение 1), лист бумаги для изготовления коллажа –«Цветочная полянка», клей, ножницы, карандаши цветные, фломастеры. Буклеты (Приложение 2) и раздаточный материал «Влияние родительских установок на развитие детей» (Приложение 3).

**Время проведения:** 40 мин.

**Расположение:** 1 зона (стулья по кругу для беседы); 2 зона релаксации (ковровое покрытие); 3 зона (столы для приготовления коллажа).

**Ожидаемые результаты:**

1. Дети осваивают навык групповой работы, работе в парах со своими родителями. Повышается эмоциональный фон настроения ребёнка, самооценка. Появляется чувство уверенности в своих силах. Дети учатся доверию. Происходит тренировка и активизация памяти, логического мышления, воображения. Дети овладевают коммуникативными навыками. Учатся межличностному общению. Происходит успешная социализация. Снимается мышечное напряжение и зажатость.

2. Родители учатся технологиям совместной деятельности: игры, которые способствуют повышению уровня социальной адаптации ребёнка, сплочению детско-родительских отношений. Упражнения для развития речи, памяти, мышления, внимания, воображения, восприятия. Способам перевода негативных установок в позитивные. Приемам «психогимнастики» для расслабления после уроков.

На занятии сочетались как коррегирующие, развивающие так и психопрофилактические приемы и методы работы.  Использование мультимедийного оформления помогло сделать образовательную деятельность разнообразной, эмоционально-приятной, динамичной, не утомительной, что позволяет эффективно корригировать нарушения у детей. В деятельность с детьми с нарушениями в развитии включены игры, игровые упражнения, которые повышают умственную активность, совершенствует речевые навыки, способствующие развитию психических процессов, повышают эмоциональную активность детей.

Данное занятие имеет отличительную особенность, оно активно насыщено здоровьесберегающей технологией, а именно различными заданиями, направленными на развитие общей и мелкой моторики, упражнений направленных на развитие навыков саморегуляции (упражнения с правилами).

Основной идеей этого конспекта, стала возможность показать детям и родителям что взаимопонимание, внимание, любовь просто необходимы и являются основой любой семьи.

При подготовке мероприятия использовала следующие интернет-ресурсы:

1.<https://multiurok.ru/files/buklet-dlia-roditelei-detsko-roditelskie-otnosheni.html>

2.<https://urok.1sept.ru/articles/657671>

3.<https://nsportal.ru/detskiy-sad/raznoe/2017/12/11/trening-dlya-roditeley-na-splochenie>

**Конспект занятия**

**1. Ритуал-приветствие «Подари тепло своего сердца»**

*Под мелодию (Песня «Улыбка» из м/ф «Крошка енот»). Дети и родители заходят в кабинет, садятся в круг на стулья. При входе в кабинет, каждый выбирает себе сердечко из сундучка.*

**Психолог:**Ребята и уважаемые взрослые, давайте положим руки на сердечко, закроем глаза, и представим, что, мы кладем все тепло, радость, дружбу, любовь, и хорошее настроение в свои ладошки, а теперь откроем глаза, и подарим друг другу наши бесценные подарки!

*Звучит спокойная мелодия № 2. Ведущий показывает, как нужно от груди раскрывать руки друг к другу, и принимать обратно тепло и радость наших сердец. И громко говорим: «Всем, всем, здравствуйте!»*

***Упражнение 2. «Знакомство»***

Выберите себе цветок, который вам больше нравится.

Членам группы предлагаются цветы разного цвета. Участники выбирают тот цветок, который им больше понравился, больше соответствует их настроению. На лепестке записывает свое имя в той форме, в которой ему хочется. И свои ожидания от предстоящего тренинга. Этот цветок является эмблемой участника и сохраняется до конца занятия. В конце занятия каждый участник объясняет, почему он выбрал именно этот цветок и оправдались ли его предполагаемые ожидания.

**Упражнение 3. “Волшебный клубочек”**

Часть 1. Участники группы садятся в круг. Ведущий задает вопрос: “Как вы думаете, кто сегодня здесь собрался?” мамы и дети, люди, взрослые и не очень, и т.д. Когда вариантов набирается достаточно много, ведущий предлагает: “Давайте знакомиться!”, и начинается вторая часть упражнения.

Часть 2: игра “Паутинка”. В руках у ведущего – клубочек пушистой пряжи. Начиная знакомство, ведущий называет свое имя, обматывает конец нити вокруг своей ладони и перекатывает клубок кому-нибудь из детей. Каждого ребенка ведущий просит не только назвать свое имя, но и рассказать о своей маме (папе) для того, чтобы по описанию можно было угадать, кто из сидящих в кругу людей – его родитель. Можно задавать разные вопросы, например:

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

Взрослый, в руках которого оказался клубочек, рассказывает о своем ребенке. Прежде, чем перекатить клубочек следующему рассказчику, каждый член группы обматывает нитью свою ладонь так, чтобы “паутина” была более-менее натянута. Когда клубок возвращается к ведущему, он спрашивает: “На что похоже то, что у нас получилось?”. Ответов бывает много – сеть, паутина, звездочка, грибница и т.д. Ведущий обращает внимание группы на то, что в жизни наши взаимоотношения с близкими и друзьями напоминают подобное переплетение нитей.

В конце упражнения клубок сматывается в обратном порядке, при этом необходимо еще раз повторить все имена, чтобы участники запомнили их.

**4. Принятие групповых правил**

*Оборудование:* большой лист бумаги, фломастеры, скотч или кнопки.

Ведущий говорит о необходимости принятия правил и предлагает каждому участнику выразить свое отношение к правилам: согласен с принимаемым правилом – подними большой палец вверх, не согласен – опусти палец вниз и расскажи, чем, по-твоему, это правило не подходит для тебя или группы.

Примерный перечень правил:

* На занятии может говорить только один человек.
* Говорить можно только в круг, нельзя шептаться с соседом.
* Другим людям, даже близким, можно рассказывать только о том, что делал или чувствовал на тренинге ты сам. Нельзя рассказывать о том, как вели себя или что говорили другие участники группы.
* Старайся участвовать во всех упражнениях.
* Позаботься о себе сам: устал сидеть – тихонько встань, захотел попить – сделай это, не мешая другим, и т.д.

Правила лучше фиксировать в виде рисунков-символов на плакате. Это вполне может сделать кто-либо из участников группы. Плакат крепится к стене на все время работы группы.

**5. Упражнение “Знакомство руками”**

*Оборудование:* повязки на глаза по числу пар, запись спокойной музыки.

Участники садятся на стулья в два круга: внутренний и внешний. Дети во внутреннем кругу сидят спинами друг к другу, перед каждым ребенком лицом к нему садится во внешний круг взрослый. Далее этот способ расстановки участников будем называть “каруселькой”.

*Инструкция:* сейчас мы попробуем необычный способ общения – руками. Взрослые, пожалуйста, завяжите детям глаза. Вернитесь на место. Закройте глаза, сделайте три спокойных вдоха и выдоха (включите музыку).    Протяните вперед руки, найдите руки своего партнера. Поздоровайтесь с ними, познакомьтесь, подружитесь (все команды даются неторопливо). А теперь – поборитесь, поссорьтесь… и снова помиритесь, попросите прощения. А теперь – поблагодарите и попрощайтесь. Взрослые, откройте глаза и пересядьте на один стул вправо. Вам предстоит новая встреча. Закройте глаза, протяните вперед руки и т.д.

В конце упражнения ведущий просит детей снять повязки и предлагает всем участникам поделиться чувствами, которые вызвало это упражнение.

 **«Найди маму»** А теперь мы разойдемся в разные стороны. Дети с завязанными глазами должны найти руки своей мамы.

**6. Презентация Эмоции.** Отрабатываем при помощи мимики, жестов выражать свои эмоции. Радость, грусть, печаль, злость. Разыгрывание этюдов.

Этюд «Кто как радуется» (детям предлагается показать без слов, как они радуются при встрече с мамой, когда они встречают гостей в свой день рождения. Выразительные движения: объятия, улыбки, смех, радостные восклицания).

Этюд «Танец радости». Дети становятся в круг, берутся за руки, затем все вместе скачут, как радостные воробушки в солнечную погоду, как радостные котята. А потом прыгают как радостные ребята на прогулке.

**7**. **Упражнение «Гармоничный танец» В** игре участвую 2 человека. Звучит плавная музыка. Игроки встают друг против друга, прикасаются легко ладонями. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться.

**8. Задание для родителей**. **Влияние родительских установок на развитие детей.** Проанализируйте, какие директивы, оценки и установки вы даёте своим детям. Сделайте так, чтобы негативных было очень мало, научитесь трансформировать их в позитивные, развивающие в ребёнке веру в себя, богатство и яркость эмоционального мира. (Приложение 2)

Пока работают родители, мы поиграем с ребятами.

**9.*Упражнение «Сломанная кукла»***

Не редко родителей тревожит несобранность детей, их излишняя активность. Уравновешенный, радостный ребенок вдруг становится конфликтным и беспокойным. Все это признаки психоэмоционального напряжения, следствие какой-то детской проблемы, в которой взрослые еще не разобрались. Как помочь ребенку в эти моменты? Самое правильное - научить его помогать самому себе, то есть познакомить его с методами саморегуляции. Выполните следующее упражнение.

Иногда игрушки ломаются, но им можно помочь. Изобразите куклу, у которой оборвались веревочки, крепящие голову, шею, руки, ноги. Она вся разболталась. С ней не хотят играть. Потрясите всеми сломанными частями одновременно. А теперь собирайте, укрепляйте веревочки - медленно, осторожно соедините голову и шею, выпрямите ее. Теперь расправьте плечи и закрепите руки, подышите глубоко. Выпрямите ноги. Все - куклу починили, теперь она снова красивая, с ней все хотят играть! Предложите дома при необходимости это упражнение своему ребенку.

**10. *Коллаж* «Цветочная полянка»**

**Цель:** коррекция взаимоотношений с окружающими при помощи проекции внутреннего мира человека средствами изобразительного искусства.

**Оборудование:** карандаши, фломастеры, бумага, ластик, клей, цветы, ножницы.

**Этюд «Цветок».** Теплый луч упал на землю и согрел в ней семечко. Из семечка проклюнулся росток. Из рост­ка вырос прекрасный цветок. Нежится цветок на солнце, подставляет солнышку лепестки и поворачивает голову за солнышком. Тренер говорит текст, а участники сопровож­дают его выразительными движениями. Вот у нас выросли самые красивые цветы и сейчас мы их зарисуем.

Маме и ребенку выдается один лист бумаги на двоих и карандаши, фломастеры, клей, ножницы и др.

**Инструкция:** «Сейчас вы по­пытаетесь по моему сигналу изготовить цветочную полянку. По окончании обсуждаются результаты и степень удовлетво­ренности совместной работой.

Можно цветок – эмблему приклеить на свой коллаж.

В конце занятия каждый участник объясняет, почему он выбрал именно этот цветок и оправдались ли его предполагаемые ожидания.

 **11**. Пока дети играют в комнате психологической разгрузки, мы с родителями **подводим итоги,** и я вручаю им буклеты. (Приложение 3)

**12. Рефлексия**

Ритуал, который провожу в конце каждого занятия. Прошу всех сесть в круг и по очереди коротко ответить на вопросы:

* Что тебе запомнилось из сегодняшнего занятия?
* Что показалось необычным?
* Что для тебя было особенно трудно выполнить?
* Если тебе было скучно, что в следующий раз ты сможешь сделать по-другому, чтобы изменить это отношение?
* Родители написали свои отзывы о данном мероприятии. (Приложение 4).

**13**. **Итог занятия** групповое фото. (Приложение 5)