

СОДЕРЖАНИЕ

- | | | |
|----|---|--------|
| 1. | <i>Михальченко Екатерина Дмитриевна</i> , мастер-класс на тему:
«Профилактика экранной зависимости дошкольников» | Стр.3 |
| 2. | <i>Барабанова Светлана Евгеньевна</i> , мастер-класс на тему:
«Вместе весело играть» | Стр.7 |
| 3. | <i>Евстропова Светлана Игоревна</i> , мастер-класс на тему:
«Моя галактика» | Стр.11 |
| 4. | <i>Дынникова Ирина Васильевна</i> , мастер-класс на тему:
«Эмоциональный коктейль» | Стр.18 |
| 5. | <i>Максимова Елена Викторовна, Лашина Любовь Николаевна</i> ,
мастер-класс на тему:
«Две планеты» | Стр.20 |
| 6. | <i>Савина Наталья Николаевна</i> , мастер-класс на тему:
«Детей не надо «воспитывать», с детьми надо дружить» | Стр.24 |
| 7. | <i>Морозова Ольга Валентиновна</i> , мастер-класс на тему:
«Ответственное дело» | Стр.34 |

«Профилактика экранной зависимости дошкольников»

*Михальченко Екатерина Дмитриевна, педагог-психолог
ГБОУ СОШ №22 г.о. Чапаевск Самарская область
СП - детский сад № 26 «Золотой улей»*

Цели: повышение педагогической компетенции у родителей правильно проводить досуг с детьми во избежание развития у них экранной зависимости, побудить родителей к полноценному общению со своими детьми и совместному проведению с ними свободного времени.

Задачи: активизировать родителей, подтолкнуть их к совместной работе, поиску ответов на вопросы, связанные с экранной зависимостью; сформировать представление о негативном влиянии экрана на эмоционально-волевую сферу дошкольника; помочь осознать важность поддержания эмоционального контакта, проведения совместного с детьми досуга.

Оборудование и материалы: мультимедийное устройство, мольберт, ватманы, маркеры, альбомные листы с изображением экрана, карандаши, карточки – название команд «Флешка» и «Мышка»

Логика проведения:

1. Приветствие (5 минут)

2 Игра «Здравствуйте, меня зовут...» Участники встают в круг, каждый по очереди называют себя по имени.

3 Игра «Импульс по цепи». Участники стоят в кругу, держась за руки и закрыв глаза. Передают дружеское рукопожатие по кругу.

Психолог: Далее будем работать в командах, рассчитайтесь по кругу на «флешку» и «мышку». Далее команды должны выбрать командира. *(Участники присаживаются за соответствующие столы)*

2. Основной момент (20 минут)

Психолог: Профилактика экранной зависимости. Что же относится к этому?

1. Упражнение 1: 1 команда Вспомните, проблемную ситуацию, связанную с игрой на планшете. (каждая команда излагает ситуацию) **2 команда** Признаки экранной зависимости. (обсуждение результатов) Психолог: (комментирует ответы). Посмотрите на экран.

2. Презентация «Основные признаки, определяющие зависимость от компьютера и телевизора»

Нежелание отвлечься от работы или игры с компьютером;

Раздражение при вынужденном отвлечении;

Неспособность спланировать окончание сеанса работы или игры с компьютером;

Пренебрежение собственным здоровьем, гигиеной и сном в пользу проведения большего количества времени за компьютером и телевизором;

Готовность удовлетворяться нерегулярной, случайной и однообразной пищей, не отрываясь от компьютера и телевизора;

Ощущение эмоционального подъема во время работы с компьютером, просмотра телевизионных каналов;

Излишнее увлечение компьютером и телевизором может иметь отрицательные последствия, как для физического, так и для психического здоровья.

3. Упражнение 2: «Плюсы и минусы». 1 команда: Напишите все плюсы экранной зависимости. **2 команда:** Напишите все минусы экранной зависимости (обсуждение результатов)

Психолог: (комментирует ответы) Посмотрите на экран

4. Презентация «Последствия, возникающие в результате компьютерной и телевизионной зависимости у дошкольников».

1 Гиподинамия. Медики утверждают, что дети, которые проводят у **телевизора или компьютера 3 часа и более**, определены как ведущие малоподвижный образ жизни. Последствия гиподинамии:

- проблемы с опорно-двигательным аппаратом;
 - нарушение сердечно-сосудистой системы;
 - дислексия (**комплексное** нарушение чтения и письма).

2. Нарушение осанки также может привести к плачевным последствиям, ведь позвоночник - это в том числе и "подвеска для мозга". Спинной мозг (находится в позвоночном столбе), управляет сердцем, диафрагмой, всеми движениями и внутренними органами. При серьезных нарушениях осанки все это также страдает.

3. Переутомление. **Телевизионная программа или компьютерная игра** - это калейдоскоп звуков и образов. Пытаясь уследить за ними и разобраться в них, **ребенок** тратит очень много сил. Как это **влияет на обучении в школе?** **Ребенок** в школе не может перестроиться на восприятие медленных образов, которые часто сопровождаются единственным звуком - голосом учителя. **Ребенок** уже не может сидеть в классе часами каждый день, с одной и той же доминирующей зрительной точкой, слушать одного человека, если его мозг постоянно работает совершенно в другом ритме.

4. Нарушение сна, головные боли, плаксивость, раздражительность, повышенная возбудимость.

5. Ухудшение зрения. Вредным считается просмотр фильмов и **телепрограмм** только при сильном напряжении глаз, как бы пристальном наблюдении за картинкой.

6. У детей наблюдается замедление развития речи, проблемы в общении и эмоциональные проблемы.

7. Появление страхов, тревожность. Фантастические мультфильмы и фильмы могут вселить страх в сознание **ребенка**: страх перед будущим, перед катастрофами, катаклизмами, привидениями, монстрами и т. д. Постоянно играя в **компьютере** в "стрелялки", **ребенок** испытывает страх смерти, что его поймают и убьют.

8. При просмотре мультфильмов, играя в **компьютер**, дети начинают себя идентифицировать с вымышленными персонажами и все реже с реальными людьми.

9. Развитие агрессии. Содержание мультфильмов, как правило, агрессивное.

Дети подражательны. Видя, как на экране с легкостью убивают, дерутся, **ребенок думает**, что и в реальной жизни должно быть все то же самое. Стирается грань между добром и злом. Регулярно играя в **компьютерные "стрелялки"**, агрессивное поведение становится нормой. Убивая, **ребенок** не переживает боли и получает удовольствие от того, что он "убил".

10. У детей наблюдается нарушение поведения, жестокость.

11. Лексикон и сленг. Детей очень привлекает ненормативная лексика. Они повторяют фразы мультипликационных героев. Часто от детей можно услышать в адрес сверстников: "А ты - вонючий монстр", "Идиот".

5 Упражнение 3: «Памятка для родителей». Каждая команда прописывает меры по профилактики зависимости. Психолог (комментирует ответы)

Слайд: Для того, чтобы компьютер и телевизор стали союзниками в воспитании и развитии ребёнка, а не врагами, необходимо строго выполнять ряд требований.

1. Рекомендуется размещать компьютер и телевизор в общей комнате, а не в детской, таким образом, обсуждение интернета и телевизионных программ станет повседневной привычкой, и ребенок не будет находиться наедине с «оргтехникой».

2. Ограничение пребывания ребенка перед экраном телевизора и монитора компьютера:

- Не рекомендуется допускать ребенка дошкольного возраста к компьютеру чаще 2 - 3 раз в неделю, больше одного раза в течение дня, а также поздно вечером или перед сном;

- Продолжительность разовой работы ребенка на компьютере не должна превышать 10 минут для детей 5 лет, 15 минут – для детей 6 лет;

3. Соответствие компьютерных программ и телевизионных передач возрасту ребенка.

Не идите на поводу у детей в магазине. Для ребёнка главное упаковка, а не содержание. Отдавайте предпочтение обучающе-развивающим программам, а не развлекательным играм (квестам, аркадам, стратегиям и т.п.). Развлекательные программы могут быть вредны дошкольнику. Лучше покупать без них, внимательно изучив описание игры. Она должна:

- соответствовать возрасту ребёнка;

- состоять из мини-игр, которые он сможет пройти;

- занимать по времени одна игра или уровень, тур должен не более 15 минут, чтобы ее можно было прервать, не приводя малыша к раздражению.

4. Соблюдение санитарно-гигиенических правил при размещении компьютера и телевизора:

Очень важно правильно организовать рабочее место ребенка, чтобы не навредить его здоровью и физическому развитию. Ребенок при работе на компьютере должен сидеть правильно:

- стул должен быть со спинкой и желательно с подножкой;

- монитор нужно устанавливать только на верхнюю столешницу, клавиатура и мышь должны располагаться перед монитором так, чтобы было место на столе для опоры предплечий рук ребенка;
- глаза должны быть на уровне середины или 2/3 экрана монитора;
- расстояние от глаз до экрана монитора должно быть в пределах 60-70 см, до телевизора - не менее 3-х метров;
- источники освещения в комнате не должны вызывать блики на экране, поэтому монитор нельзя располагать напротив окна или прямого источника света;
- провода и кабеля компьютера должны подводиться к задней панели и не быть в прямом доступе для ребенка.
- в комнатах, где включен компьютер, достаточно быстро теряет влагу воздух, поэтому чаще проветривайте эти комнаты, проводите влажную уборку, используйте искусственные увлажнители воздуха.

5. Выключение компьютера и телевизора после завершения сеанса просмотра. Составление семейных правил использования телевизора и компьютера.

6. Привлечение ребенка к участию в семейных делах.

7. Использование различных здоровьесберегающих технологий, зрительной гимнастики. После игры за компьютером полезно провести с ребенком в течение 1 минуты зрительную гимнастику, чтобы снять напряжение с глаз, а также выполнить физические упражнения для снятия общего утомления и напряжения с мышц шеи, верхнего плечевого пояса.

3.Заключительный момент (3 минуты)

Рефлексия: Итак, наш мастер-класс заканчивается. Что Вы нового узнали во время нашей работы? Что было для вас новым и полезным? Какие трудности вы испытывали? *(родители высказывают свои мнения о проведенной работе, заполняют анкету обратной связи)* Спасибо, что приняли участие на мастер-классе.

Анкета обратной связи.

Уважаемые родители!

Ваше мнение о прошедшем мастер-классе очень важно для нас. Ваши отзывы помогут сделать нашу совместную работу еще более эффективной. Пожалуйста, проставьте свои оценки, отметив их на шкале от 0 до 10. Спасибо за сотрудничество.

1. Мое настроение до мастер-класса.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

2. Мое настроение после мастер-класса.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

3. Насколько мне все было ясно и понятно.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

4. Насколько мне было интересно.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

5. Насколько нужен и полезен для меня предложенный материал.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

6. Насколько комфортным для меня был темп занятий.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

7. Сколько личных усилий, эмоций, опыта я вложил в группу.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

8. Как много я получил от группы.

0 | _____ | _____ | _____ | _____ | 10

Дата _____

Список использованной литературы

1. Справочник педагога-психолога. Детский сад.- №4, 2016г.

2. Интернет-ресурсы: infourok.ru

«Вместе весело играть»

*Барабанова Светлана Евгеньевна, педагог-психолог
СП ГБОУ СОШ №13 г.о. Чапаевск –
«Детский сад №33 «Дружная семейка»*

Цель: помочь родителям с минимальными затратами сил и времени осуществлять целенаправленную работу по эмоциональному развитию детей 3-4 лет.

Задачи:

1. развивать умение снимать эмоциональное и физическое напряжения с помощью игровых приемов;
2. улучшать контакт, взаимопонимания, эмоциональное сближение ребенка и взрослого;
3. оказать помощь в преодолении зажимов в общении ребенка и взрослого;
4. создать условия для поддержки детей и родителей в стремлении общаться друг с другом, делать что-либо вместе, переживать новое сообща, открывать внутренний мир другого человека.

Комплекс упражнений для данного мастер-класса составлен на основе психогимнастики, упражнений из детской йоги, игр релаксаций.

Участники: педагог-психолог, родители детей 3-4 лет, дети.

План

1. Теоретическая часть.
2. Практическая часть.

Теоретическая часть.

Данный мастер класс проходит в музыкальном зале. Педагог-психолог и родители располагаются по кругу на стульчиках.

В рамках знакомства проводится игра «Улыбка». Родителям предлагается назвать свое имя и свое качество, которое начинается на первую букву имени.

Здоровый и развитый ребенок обладает хорошей сопротивляемостью организма к вредным факторам судьбы и устойчивостью к утомлению, социально и физически адаптирован. В дошкольном возрасте закладывается фундамент здоровья ребенка и его психологическое здоровье.

Гармоничное развитие детей дошкольного возраста, предполагает не только определенный уровень развития знаний и умений, но и обязательно достаточно высокий уровень развития его эмоциональной сферы. Эмоции играют большую роль в формировании у ребенка способов и приемов овладения деятельностью. Эмоции выполняют оценочную роль, побуждают ребенка к деятельности, влияют на накопление и актуализацию его опыта, а также принимают участие в становлении любой творческой деятельности. Дети отличаются от взрослых не только складом ума, но и гиперактивностью. Порой малышу попросту некуда выплеснуть свою энергию, из-за чего он постоянно ищет для себя интересное занятие

Нагрузки отрицательно сказываются на психическом здоровье детей. Активная умственная деятельность и сопутствующие ей эмоциональные переживания создают излишнее возбуждение в нервной системе, которое, накапливаясь, ведет к напряжению мышц тела.

Негативные эмоции и чувства: страх, тревога, беспокойство, обида, раздражение, паника, агрессия – всегда вызывает мышечное напряжение. Вспомните, как у вас сжимаются кулаки, хмурятся брови, напрягается воротниковая зона и плечи, когда вы оказываетесь в негативной, стрессовой ситуации. Для формирования эмоциональной стабильности ребенка важно научить его управлять своим телом. Научите ребенка избавляться от мышечного напряжения, тем самым будет уменьшаться сила воздействия стрессовых ситуаций.

Любая эмоция, которая не может быть высвобождена, становится стрессом для мышц. Это возникает из-за давления, которое создает пытающийся вырваться наружу эмоциональный заряд.

Если плач в силу родительского внушения или других причин сдерживается, то мышцы рта, горла, груди и живота, которые обычно задействованы в плаче, напрягаются. Если чувство гнева не высвобождается, то напрягаются мышцы спины и плеч. Связь между мышечным напряжением и подавлением является настолько четкой, что, исследуя мышечные напряжения человека, можно сказать, какие импульсы или чувства он сдерживает.

Снятие эмоционального и мышечного напряжения позволяет ребенку расти и развиваться в гармонии с собой и окружающим миром. Самый древний метод освобождения от пагубного эмоционального напряжения это самый естественный способ – движение. А так же эффективным методом профилактики является игровая деятельность. Вся жизнь детей насыщена игрой. Игра – это психологически комфортная деятельность детей, которая предполагает: снятие всех стрессовых факторов, раскрепощенность, развитие творческой активности.

Сегодня я хотела бы вам показать игры и упражнения, которые помогут вам сделать общение с вашими детьми более комфортными.

Специально для детей дошкольного возраста нами был разработан комплекс гимнастика с элементами хатха-йоги, элементами психогимнастики, подвижными играми. Выполнение данных упражнений требует плавных, осмысленных движений, спокойного ритма и оказывает на организм умеренную нагрузку, а занятия вместе с мамой дают дополнительную поддержку для детской психики.

В саду мы используем много разных способов, игр и упражнений которые осуществляют снятие напряжения у детей, такие как «Ловим комарика», «Воздушный шарик», «Пархание бабочки» и т.д. А сегодня я хочу и вас научить простым упражнениям, которые вы сможете выполнять дома самостоятельно.

Практическая часть.

В зал заходят дети и вместе с мамами выполняют движения под музыкальное сопровождение «По дорожке мы пойдем свою мамочку найдем». Затем дети вместе с мамами проходят на коврики. Сегодня мы вместе с нашими мамами совершим необычное путешествие в сказочный лес.

Игровое упражнение «По дорожке»

По дорожке, по дорожке

Скачем мы на правой ножке. *(Подскоки на правой ноге)*

И по этой же дорожке

Скачем мы на левой ножке. *(Подскоки на левой ноге)*

По тропинкам побежим. *(Бег на носочках)*

До лужайки добежим.

На лужайке, на лужайке.

Мы попрываем как зайки. *(Прыжки на двух ногах)*

Стоп немного отдохнем

И по лесу мы пойдем.

А так как лес у нас сказочный то в нем происходят разные чудеса. Сейчас мы превратимся в мишек. Мамы станут медведицами, а детки медвежатами. Так как мы мишки то давайте понюхаем, как же пахнет сказочный лес. Вдох короткий через нос. Выдох длинный тоже через нос.. *(Данный способ дыхания является профилактикой респираторных заболеваний и нормализует работу сердца, стабилизирует и успокаивают нервную систему)*

Теперь мишки хотят посмотреть по сторонам, они поворачивают голову вправо и влево. *(Обращаем внимание, что двигаются только мышцы шеи).* Мишки хотят размять лапки и вытягивают их вперед и сжимают и разжимают кулачки. Ну, вот передние лапки мы размяли, теперь разомнем другие лапки. *(Предлагается детям и взрослым походить на носочках, на пяточках, на внешней стороне стопы.)* И вот очередное чудо мамы превращаются в большие деревья, а детки в маленькие. Мамы встают на левую ногу, а правую ставят на носок. Руки поднимают вверх. Детям предлагается постоять на одной ноге, покачивая веточками. Затем поменять ноги.

А теперь мы с вами превратимся в котят и кошечек. Когда кошечке что-то не нравится она выгибает спинку и говорит «шшшшш», а когда она довольна, то говорит «Мяу» и прогибает спинку. А теперь поднимем одну руку, теперь мы похожи на больших слонов.

А теперь мы с вами превращаемся в бабочек. Садимся на пол, соединенные вместе стопы слегка согнутых ног захватывают руками и начинают разводить и соединять колени. Наши бабочки неожиданно превратились в жуков. (Ложатся на спину и начинают болтать руками ногами)

Ну вот наше необычное путешествие подходит к концу и в заключении мы проведем игру релаксацию «Солнечные зайчики». Представьте себе, что солнечный зайчик заглянул вам в глаза. Закройте их. Он побежал дальше по лицу. Нежно погладьте его ладонями: на лбу, на носу, на ротике, на щеках, на подбородке. Поглаживайте аккуратно, чтобы не спугнуть, голову, шею, животик, руки, ноги. Он забрался за шиворот – погладьте его и там. Он не озорник – он ловит и ласкает вас, а вы погладьте его и подружитесь с ним. Сначала каждый поглаживает себя, а затем мамы поглаживают своих деток, по плечикам по рукам ногам, животикам. (Данное упражнение можно использовать перед укладыванием ребенка спать, оно поможет успокоить нервную систему)

Заключение.

В заключении нашей встречи я предлагаю каждому из родителей пожелать присутствующим, то что они считают необходимым.

Я подготовила для вас небольшую подборку игр на релаксацию и игр малой активности. А теперь бы я хотела узнать понравилась ли вам сегодняшняя встреча и полезна ли для вас была данная информация. Попрошу вас оставить отзывы о сегодняшнем дне.

Список использованной литературы

1. "Детская оздоровительная йога" Андрея Липеня, изд.- Питер: СПб 2009г.
2. Психогимнастика /Под ред. М. И. Буянова.—2-е изд.- М.: Просвещение, 2014.
3. Релаксация: теория и практика. Учебное пособие. Шмигель Н.Е. Симферополь, ВЛАДОС, 1995.

«Моя галактика»

*Евстропова Светлана Игоревна, педагог-психолог
СП ГБОУ СОШ №42.о. Чапаевск — детский сад №1*

Цель: выстраивание отношений родителей и ребенка.

Задачи: развитие понимания личностных особенностей каждого члена семьи, осознание эмоционального состояния взрослого и влияния этого состояния на ребенка, осознание восприятия окружающих людей, развитие умения выстраивать адекватные отношения внутри семьи.

Стимульный материал: цветные «заготовки», цветная бумага, ножницы, клей, ручки и бумага на каждого участника, диск CD, магнитола.

Ход проведения

Беседа «Что значит любить ребенка?»

Педагог-психолог: «Скажите, пожалуйста, а что значит, в вашем понимании, любить своего ребенка?» (ответы родителей)

Кто-то говорит, что любить своего ребенка — значит заботиться о нем, интересоваться его жизнью, возить его отдыхать, покупать еду и вещи... А в последнее время все чаще можно услышать, что любить своего ребенка — это говорить ему: «Я тебя люблю!»

Да, именно эти слова ребенок хочет слышать из уст своих самых близких людей. Это очень важные слова, они питают все существование малыша, а потом и существование повзрослевших юноши и девушки. Родительскую любовь впоследствии они переносят во вновь созданные семьи. Их необходимо слышать каждому человеку в своей жизни, и не раз.

Однажды ко мне на консультацию пришел мальчик, и я спросил его, когда последний раз родители говорили, что любят его. Он спокойно мне ответил, что вчера, и мама и папа.

— А что вчера было? — искренне удивляюсь я.

— День рождения!

К сожалению, бывает так, что родители не любят своих детей. Почему некоторые родители не любят своих детей?

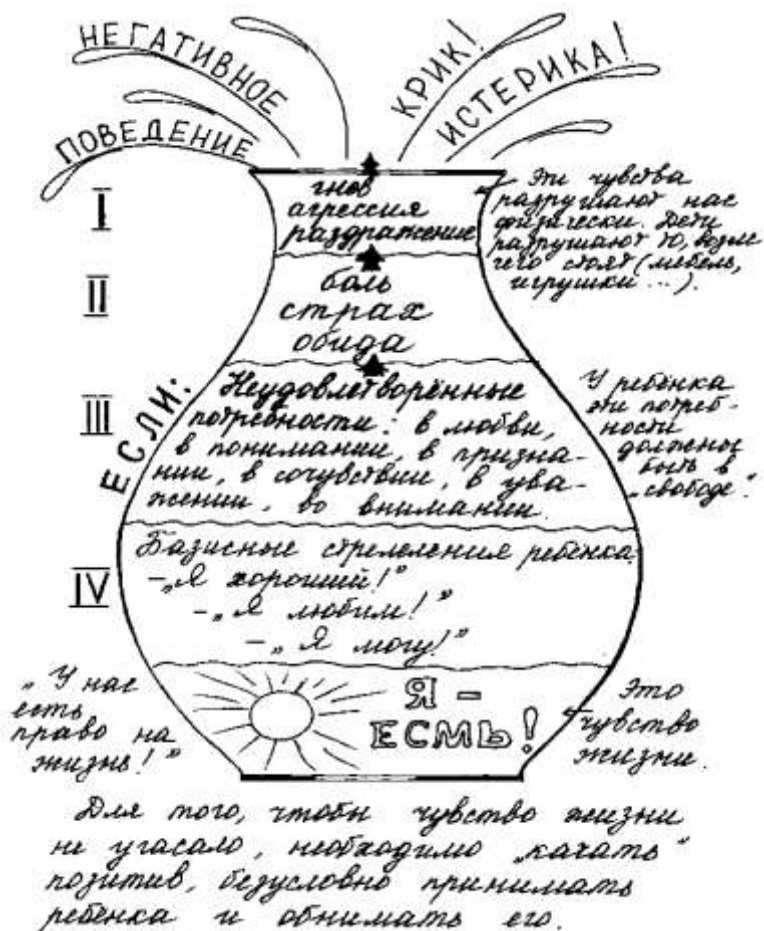
Причин может быть несколько. Например, ребенок появился на свет «незапланированным». Родители его не ждали, хотели пожить «в свое удовольствие». И вот теперь он им не очень нужен. Или они мечтали о мальчике, а родилась девочка.

Часто случается, что ребенок оказывается в ответе за нарушенные супружеские отношения. Например, он похож на отца, с которым мать в разводе, и некоторые жесты или выражение лица вызывают у нее глухую неприязнь.

Серьезные причины могут скрываться и за усиленным «воспитательным» настроем родителя. Это может быть, например, стремление компенсировать свои жизненные неудачи, неосуществившиеся мечты или желание доказать супругу и всем домашним свою крайнюю необходимость, незаменимость, тяжесть бремени, которое приходится нести.

Вследствие этого могут возникнуть негативные эмоциональные проявления у ребенка. Как они выглядят и в чем психологические причины их появления?

Давайте представим, что наши чувства и эмоции — это некий сосуд. На дне сосуда находится самое главное его содержимое, и когда нам хорошо, то сосуд невозможно выплеснуть. Когда же нам плохо, то из него льется, как говорится, через край.



Начнем с самых неприятных эмоций – гнева, злобы, агрессии. Эти чувства можно назвать **разрушительными**, так как они разрушают и самого человека (его психику, здоровье), и его взаимоотношения с другими людьми. Они – постоянные причины конфликтов, порой, материальных разрушений, и даже войн.

Изобразим «сосуд» наших эмоций. Поместим гнев, злобу и агрессию в самой верхней его части. Тут же покажем, как эти эмоции проявляются во внешнем поведении человека. Это так, к сожалению, знакомые всем обзывания и оскорбления, ссоры и драки, наказания, действия «назло» и т.п.

Теперь спросим: а отчего возникает гнев? Психологи отвечают на этот вопрос несколько неожиданно: гнев – чувство вторичное, и происходит он от переживаний совсем другого рода, таких как боль, страх, обида. Возьмем несколько примеров из жизни. Дочь возвращается домой очень поздно, и мать встречает ее гневным выговором. Что стоит за этим гневом? Конечно, пережитые страх и беспокойство за дочь. Ребенок сердится на доктора, который

сделал ему укол. Здесь легко увидеть, как гнев возникает от физической боли. Бывает и так, что мы учим детей сердиться, когда они больно ушибаются, например, побить «этот противный стул».

Итак, мы можем поместить переживания боли, обиды, страха, досады **под** чувствами гнева и агрессии, как причины этих разрушительных эмоций (II слой «кувшина»).

Заметим, что все чувства этого второго слоя – **страдательные**: в них присутствует большая или меньшая доля страдания. Поэтому их нелегко высказать, о них обычно умалчивают, их скрывают. Почему? Как правило, из-за боязни унизиться, показаться слабым. Иногда же человек и сам их не очень осознает («Просто зол, а почему – не знаю!»). Скрывать чувства обиды и боли часто учат с детства. Наверное, вам не раз приходилось слышать, как отец наставляет мальчика: «Не реви, лучше научись давать сдачи!»

Кстати, этот «безобидный», на первый взгляд, совет – начало пути, по которому, если идти без оглядки, можно дойти до принципа «око за око»! Однако вернемся к нашей схеме, и спросим: а отчего возникают «страдательные» чувства? Психологи дают очень определенный ответ: причина возникновения боли, страха, обиды – в неудовлетворении потребностей. Мы, таким образом, возвращаемся к теме о потребностях человека, в том числе ребенка.

Каждый человек, независимо от возраста, нуждается в пище, сне, тепле, физической безопасности и т.п. Это так называемые органические потребности. Они очевидны, и о них мы не будем сейчас много говорить.

Сосредоточимся на тех, которые связаны с общением, а в широком смысле – с жизнью человека среди людей.

Вот примерный (далеко не полный) перечень таких потребностей, которые обычно называют и сами участники наших занятий.

Человеку нужно: чтобы его любили, понимали, признавали, уважали: чтобы он был кому-то нужен и близок: чтобы у него был успех – в делах, учебе, на работе: чтобы он мог себя реализовать, развивать свои способности, самосовершенствоваться, уважать себя.

Если в стране нет экономического кризиса или тем более войны, то в среднем органические потребности более или менее удовлетворяются. А вот потребности только что перечисленные, всегда находятся в зоне риска!

Итак, любая потребность может оказаться неудовлетворенной, и это, как мы уже сказали, приведет к страданию, а возможно, и к «разрушительным» эмоциям. Предположим, человеку крупно не везет: одна неудача следует за другой. Значит, не удовлетворяется его потребность в успехе, признании, может быть, самоуважении. В результате у него может появиться стойкое разочарование в своих силах или депрессия, или обида и гнев на «виновников». И так обстоит дело с любым негативным переживанием: за ним мы всегда найдем какую-нибудь нереализованную потребность.

Снова обратимся к схеме и посмотрим, есть ли что-нибудь, что лежит ниже слоя потребностей? Оказывается, есть!

Бывает, при встрече мы спрашиваем друга: «Ну как ты?», «Как жизнь вообще?», «Ты счастлив?» – и получаем в ответ «Ты ведь знаешь, я – невезучий», или: «У меня все хорошо, я – в порядке!»

Эти ответы отражают особого рода переживания человека – отношение к самому себе, заключение о себе.

Понятно, что подобные отношения и заключения могут меняться вместе с обстоятельствами жизни. В то же время в них есть некий «общий знаменатель», который делает каждого из нас скорее оптимистом или пессимистом, больше или меньше верящим в себя, а значит, более или менее устойчивым к ударам судьбы.

Психологи посвятили много исследований подобным переживаниям себя. Они называют их по-разному: восприятием себя, образом себя, оценкой себя, а чаще – самооценкой. Пожалуй, наиболее удачное слово придумала В. Сатир. Она назвала это сложное и трудно передаваемое чувство чувством самоценности. ***В детстве мы узнаем о себе только из слов к нам близких.*** В этом смысле у маленького ребенка нет внутреннего зрения. Его образ себя строится извне; рано или поздно он начинает видеть себя таким, каким видят его другие.

Положительное отношение к себе – основа психологического выживания, и ребенок постоянно ищет и даже борется за него. Он ждет от нас подтверждений того, что он – хороший, что его любят, что он может справиться с посильными (и даже немного более сложными) делами. Запишем все это как базисные стремления ребенка и вообще всякого человека (IV спой в нашей схеме).

Что бы ни делал ребенок, ему нужно наше признание его успехов.

Каждому знакомо, как малыш взглядом и всем своим видом (когда еще не умеет говорить), а потом и прямо словами постоянно просит: «Посмотри, что у меня получилось!», «Смотри, что я уже умею!». А начиная с 2-х летнего возраста у него уже появляется знаменитое: «Я сам!» – требование признать, что он это может!

Поместим на дно эмоционального кувшина самую главную «драгоценность», данную нам от природы – ощущение энергии жизни. Изобразим ее в виде «солнышка» и обозначим словами: «Я есмь!».

Чтобы не допускать глубокого, разлада ребенка с самим собой и окружающим миром, нужно постоянно поддерживать его самооценку или чувство самоценности.

- 1. Безусловно принимать его.**
- 2. Активно слушать его переживания, и потребности.**
- 3. Бывать (читать, играть, заниматься) вместе.**
- 4. Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.**
- 5. Помогать, когда просит.**
- 6. Поддерживать успехи.**
- 7. Делиться своими чувствами (значит доверять).**
- 8. Конструктивно разрешать конфликты.**

9. Использовать в повседневном общении приветливые фразы. Например: Мне хорошо с тобой. Я рада тебя видеть. Хорошо, что ты пришел. Мне нравится, как ты... Я по тебе соскучилась. Давай (посидим, поделаем...) вместе. Ты, конечно, справишься. Как хорошо, что ты у нас есть. Ты мой хороший.

10. Обнимать не менее 4-х, а лучше по 8 раз в день.

И многое другое, что подскажут вам интуиция и любовь к вашему ребенку, незамутненные огорчениями, которые, хоть и случаются, но, вполне преодолимы!

Тест «Какой вы воспитатель?»

Уважаемые родители! Любому человеку свойственно осваивать различные пространства, даже космические. Мы предлагаем вам выполнить психологическое упражнение «Моя Галактика». Упражнение поможет вам разобраться в личностных особенностях, осознать свое эмоциональное восприятие окружающих людей, в том числе и ваших собственных детей, позволит наладить с ними адекватные отношения.

Мы слушаем спокойную музыку. Устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь и представьте себе звездное небо, на котором зажигаются звезды. На первый взгляд, кажется, что все они одинаковы. Но вот проходит одна, две минуты, и мы уже замечаем, что одна из звезд больше остальных, а какая-то светит ярче всех. Отличаются они по характеру света, который посылают на землю: он может быть и голубым, и розовым, и белым. А ведь, человека можно тоже сравнить со звездой: на первый взгляд, у нас много общего, но если приглядеться пристальней, - каждый человек неповторимый и единственный. У каждого есть свой мир, в котором он живет, свой Космос, своя Галактика.

Давайте продолжим вглядываться в ночное небо. Найдите на нем свою звезду. «Приблизьте» ее к себе и рассмотрите: она больше других звезд, меньше или такая же? Какого цвета ваша звезда? Какой свет излучает: теплый или холодный? А теперь уменьшите свою звезду до размеров теннисного мячика. Положите ее на ладонь. Она чудесна, не правда ли? Пошлите ей свое тепло, нежность, шепните ей: «Ты прекрасна!».

Отпустите ее обратно на небо, проследите ее путь, а когда она займет свое место на ночном небе, улыбнитесь ей, чтобы она знала: вы всегда рядом.

Выполнение практического задания мастер-класса

А теперь посмотрите на голубой лист бумаги – это «кусочек» Вселенной. Пока на нем нет ни одной звезды. Вы каждый сейчас создадите свою Галактику. В ней будет столько звезд, сколько вы захотите. Перед вами лежат заготовки звездочек разного цвета и размера, если они чем-то не устраивают вас – вы можете вырезать свои звезды любого цвета, любого размера. Приклейте их на лист. Это и будет ваша собственная Галактика.

Найдите среди всех звезд ту, которая больше всего вас привлекает – свою звезду. Подпишите ее – «Я». Теперь найдите звездочку для своего малыша.

Подпишите ее тоже. Определите звезду вашего супруга, напишите его имя. Всем оставшимся звездам дайте имена своих родных и близких, всех тех, кто вас окружает. В вашей Галактике не должно быть ни одной безымянной звезды!

Пояснительная часть.

С точки зрения психологии, вы создали мир, в котором живете и выразили эмоциональное отношение к своему социальному окружению. А теперь давайте проанализируем то, что у вас получилось: обратите внимание на то, где находится звездочка «Я»: в центре листа, вверху, внизу или сбоку. Об этом же свидетельствует и размер звезды. Если ваша звезда самая большая и находится в центре листа или выше, значит, вы эгоцентричны, всегда хотите быть в центре внимания. У вас высокая самооценка. Если же ваша звездочка маленькая, и вы ее поместили в уголке, вдали от других, то вам следует задуматься: не преуменьшаете ли вы собственную значимость? Какие у вас отношения с окружающими? Быть может, вы избегаете общения с другими людьми?

Цвет звезды рассказывает о вашем эмоциональном состоянии и восприятии окружающих людей. *Синий* цвет говорит о том, что вы видите себя или другого человека добросовестным, спокойным, но несколько холодным; *красный* – дружелюбным, общительным, энергичным, уверенным, но раздражительным; *розовый* – нежным, чувствительным, уязвимым; *оранжевый* – гибким, добрым, отзывчивым, художественно одаренным, с хорошим настроением, но поверхностным, с неустойчивыми интересами и склонностью увлекаться; *желтый* – очень активным, открытым, общительным, веселым; *фиолетовый* – беспокойным, эмоционально напряженным, нуждающимся в душевном контакте; *коричневый* – зависимым, чувствительным, расслабленным; *черный* – молчаливым, эгоистичным, враждебным, отвергаемым.

А теперь выясните, где находится звездочка вашего малыша. Какого она размера? Цвета? Используя цветовую шкалу, проанализируйте ваше восприятие ребенка: значимая ли он фигура в вашем мире или нет? Как вы воспринимаете его на эмоциональном уровне? Звездочка вашего малыша находится рядом с вами или где-то далеко? А может, ваша и его звезда изображены рядом, но на расстоянии от всех остальных? Подумайте сами, о чем это может свидетельствовать. Если же звездочка вашего ребенка находится далеко от вас, то чьи звезды его окружают? Как эти люди влияют на вашего ребенка? Таким же образом проанализируйте местонахождение звезды вашего мужа. Если она находится рядом с вашей и звездой вашего ребенка, значит, все в порядке. А если нет? Какую роль играет ваш муж в семье? Не думаете ли вы, что он отстранился от выполнения своих обязанностей? Достаточно ли времени он проводит с семьей?

Рассмотрите все звезды своей Галактики. Обратите внимание на звезды черного и коричневого цвета. Подумайте, кому и почему они «достались»? Какие отношения у вас с этими людьми? Почему? Нужны ли вам такие отношения?

Притча о ласточке и стихотворение Н. Дереклеевой

А в конце нашей встречи я хочу рассказать вам притчу о ласточке: «Жила-была ласточка. У нее было трое детишек. Её гнездышко находилось на обрыве реки. Они жили счастливо и радовались друг другу все это время. Но как всегда весной началось половодье. Вода в реке начала подниматься и поднялась настолько, что вот-вот затопит гнездышко. Ласточка поняла, что скоро они могут погибнуть. На середине реки был высокий остров, и многие птицы спасались на нем. Ласточка тоже решила спасти на нем своих детей. Она взяла одного ребенка в клюв и полетела с ним через реку к острову. Но на середине пути она поняла, что не рассчитала свои силы. И начала опускаться всё ниже к реке. Когда птенец понял, что мама его устает, он начал упрашивать ее: «Мамочка, спаси меня, пожалуйста! Если ты меня спасешь, я все буду делать для тебя. Когда я вырасту, я никогда тебя не покину». Но у ласточки не хватило сил, и она выронила ребенка из клюва. Она прилетела на остров, отдохнула и полетела за вторым своим птенцом. Она взяла его в клюв и снова полетела через реку. Но не пролетела и половины пути, как силы её покинули. Она еще тяжелее стала махать крылышками. Тогда птенчик взмолился: «Мамочка, родная, спаси меня, пожалуйста! Ведь я, когда вырасту большой, буду заботиться о тебе, буду поить тебя и кормить, всегда буду помнить о том, что ты меня спасла». Но ласточка не смогла его вынести и второй ее ребёнок погиб. Она снова полетела на остров, отдохнула на нём и полетела за своим последним ребенком. Она взяла его в клюв и, почти обессиленная, полетела в свой последний путь, рассекая крыльями воду. Она старалась изо всех сил, чтобы спасти хотя бы этого детеныша. Но силы стремительно покидали её. Ребёнок взмолился: «Мамочка, миленькая, родная моя, я прошу тебя только об одном: спаси меня, пожалуйста. Ведь когда я вырасту, и моё гнездышко с детьми будет затапливать река, я тогда тоже спасу своих детей так же, как ты сегодня спасла меня». Ласточка прониклась словами этого ребёнка и спасла его единственного с надеждой о будущем.»

Так относитесь же к своим детям так же, как вы хотите, чтобы они относились к вам и к своим детям в своих будущих семьях!

Завершение. Вручение «Памяток для родителей».

Уважаемые родители, наш тренинг подошел к концу. Любите своих детей, больше времени проводите с ними, и тогда они вырастут здоровыми, уравновешенными и рассудительными. До новых встреч!

Желаем вам успеха в выстраивании отношений с вашими собственными детьми. А самое главное – любите и берегите своих родных и близких!

Список использованной литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. «Общаться с ребёнком. Как?» Москва, «ЧеРо», Творческий центр «Сфера», 2001 г.
2. Интернет-ресурс.

«Эмоциональный коктейль»

*Дынникова Ирина Васильевна, педагог-психолог
ГБУ - центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи м.р.Безенчукский Самарской области*

Цель: обогащение эмоционального опыта родителей; знакомство с техникой «мандала».

Оборудование: листы бумаги А4, простые, цветные карандаши, фломастеры, релаксационная музыка, карточки с эмоциями.

Приветствие.

Все мы с вами ходим в магазины. Поэтому вам не трудно будет представить, что вы сейчас находитесь перед большим современным супермаркетом. В нем 3 этажа:

на 1-м этаже продаются товары с заведомым браком, низкого качества;

на 2-м этаже — обычные товары средней цены и качества;

на 3-м этаже продаются самые лучшие, качественные, добротные, шикарные вещи.

На каком этаже вы бы хотели приобретать товар?

Все согласятся со мной, что конечно хотелось бы иметь товары высшего качества.

Когда у нас появляется ребенок, мы всегда хотим, чтобы он соответствовал 3 этажу — был умный, добрый, посещал музыкальную школу или школу с углубленным изучением каких-то предметов. Может быть, воплотил наши несбывшиеся мечты...

Но, к сожалению, в жизни так не бывает. Каждый ребенок уникален. В нем есть что-то от 1-го, 2-го и 3-го этажа.

И ваш ребенок не исключение, вы убедились в этом. В нем есть то, что вам нравится, и то, что вы бы хотели изменить.

Ребенок растет, развивается. И в первую очередь, это мы как родители подаем ему пример своими поступками, поведением, как нужно вести себя с окружающим миром.

Ребенок бывает в разных эмоциональных состояниях: он смеется, плачет, радуется, огорчается, гневается. Но ведь и мы с вами испытываем те же самые эмоции.

Основная часть.

Скажите, какое у вас сейчас эмоциональное состояние?

Как вы думаете, от кого или от чего зависит эмоциональное благополучие семьи (варианты родителей). Наверно, от нас с вами.

А скажите, как каждому из вас удастся сохранять хорошее расположение духа. Какими методами вы пользуетесь для снятия психоэмоционального напряжения?

Сегодня мне хотелось бы познакомить вас с техникой «мандала».

Слово «мандала» переводится как «то, что окружает центр», или попросту «круг», «окружность». Эта фигура чаще всего представляет собой

окружность, в которую вписан квадрат, а в него, в свою очередь, вписана еще одна окружность. Или любые другие рисунки, орнаменты, завитки, геометрические фигуры, расположенные симметрично.

Круг мандалы остается неизменённым, но внутри него может быть всё, что пожелаете! Вы можете изобразить множество кругов и овалов, а можете заполнить круг разнообразными угловыми фигурами, такими, как квадрат, прямоугольник, треугольник и т.д. Желательно, чтобы весь рисунок сводился к единому центру. То есть у вашей картины должен быть центр. Просто набросанные квадратики и кружочки не будут смотреться, как мандала, привлекающая различную энергетику, тогда это будет просто рисунок.

Создание мандалы выступает своеобразным проводником из мира ума в бесконечность подсознательного, помогает раскрыть собственную внутреннюю энергию. Почему мы пишем «создание», а не «рисование»? Потому что она может быть не только нарисованной. Примените немного фантазии, а лучше, спросите себя, какую мандалу хотелось бы создать вам? Может быть, это будет песочная или ягодная фигура, а возможно вам захочется сделать ее цветочной или выложить из шишек, желудей или каштанов. Можно даже сделать из крупы или вышить, сплести из ниток, бусин, бисера! Или просто нарисовать цветными карандашами, красками или фломастерами. Попробуйте и посмотрите, что у вас получится! Вовсе не обязательно быть хорошим художником, рисуйте или создавайте так, как подсказывает вам ваше внутренне «я». Знайте все, что получится в итоге — идет от вашего сердца.

Применение изображения мандал разнообразно:

очищение пространства, пищи, лекарств,
обереги/защита,
разрешение ситуации, улучшения взаимоотношений (с близкими, детьми, коллективом),
привлечение в жизнь любви, изобилия, воплощения в жизнь мечты,
проработка каких-либо качеств (устранение отрицательных и проявление положительных).

Мандала терапия – идеальный вариант для контакта ребёнка и взрослого, техника поиска эмоционального равновесия и визуализации ресурсов.

Сегодня мы с вами попробуем нарисовать свою уникальную мандалу.

Инструкция: Нарисуйте круг. Определите центр этого круга. Внутри этого круга нарисуйте разные рисунки: круги, треугольники, квадраты, любые другие картинки. То, что хочется нарисовать вам сейчас.

Процесс создания мандал родителями.

Рефлексия:

Поделитесь чувствами, впечатлениями от процесса создания мандал.

Обозначьте свои чувства с помощью портретных изображений эмоций. (используется игра для эмоционального развития «Семейка Гномс»)

Легко ли было выполнять эту работу? Что было сложным?

Согласны ли вы с тем, что эта техника поможет настроить свое эмоциональное состояние?

Будете ли вы применять эту технику в дальнейшем?
 Расскажите ли вы о ней вашим детям?
 Была ли полезной эта встреча?
 Что вы поняли?
 Спасибо за плодотворную работу.

Список использованной литературы

1. Простые истины, или беседы с кипрским мудрецом, Т. Зинкевич-Евстигнеева, Андреас Адаму, СПб, Речь, 2016 г.
2. Арт-терапия в работе с детьми, М. В. Киселева, СПб, Речь, 2016 г.
3. Стать счастливым - легко! Н. Правдина, Москва, 2017 г.
4. Арт-терапия в психологическом консультировании, М. В. Киселева, В. А. Кулганов, СПб, Речь, 2016 г.
5. <https://psycabi.net/prakticheskie-metody/349-mandala-terapiya>
6. <https://samopoznanie.ru/articles/mandala-terapiya>
7. <https://psychologies.today/primenenie-mandaly-v-psixologicheskom-konsultirovanii>

«Две планеты»

*Максимова Елена Викторовна и Лашина Любовь Николаевна,
 педагоги-психологи ГБУ - центр психолого-педагогической, медицинской
 и социальной помощи м.р.Пестравский Самарской области*

Цель: обучение позитивному восприятию себя и своего ребенка

Основные задачи:

- повышение самооценки;
- развитие самопознания;
- развитие конструктивных форм взаимодействия;
- гармонизация детско-родительских отношений

Структура занятия:

Этап	Назначение	Содержание этапа
1. Ритуал вхождения в сказку	Создать настрой на совместную работу	Принятие правил сказочной страны
2. Расширение	Расширить представления ребенка, взрослого о своем внутреннем мире	Упражнение «Какой я?»
3. Закрепление	Приобретение нового опыта, новых качеств личности	Упражнение «Комплимент», «Подарок»
4. Интеграция	Связать новый опыт с реальной жизнью	Анализ сказки «Две планеты»

5. Резюмирование	Обобщить приобретенный опыт	Ведущий подводит итоги и подчеркивает значимость приобретенного опыта
6. Ритуал выхода из сказки	Закрепить новый опыт	Все прощаются со сказкой, забирая с собой весь положительный опыт

Методы: сказкотерапия, изотерапия, коммуникативные упражнения в творческой форме, групповое обсуждение, рефлексия.

Участники: родители и дети младшего школьного возраста.

Продолжительность занятия: 1 ч

Необходимые материалы и оборудование:

- компьютер; проектор, интерактивная доска
- презентация мастер-класса «Две планеты»;
- лист ватмана с правилами сказочной страны на листе бумаги;
- образцы отзыва о родительском собрании для родителей;
- стулья (по количеству участников);
- по 3 листа бумаги формата А4 для каждого участника;
- карандаши, фломастер;
- различные вырезанные из журналов (открыток, газет) картинки;
- ножницы, клей;
- медитативная музыка.

Ведущий: *Уважаемые родители и дети, мы очень рады встрече с вами!*

Сегодня мы приглашаем Вас принять участие в мастер-классе с элементами сказкотерапии «Две планеты».

Составление правил группы

Ведущий: Прежде, чем отправиться в сказочное путешествие, давайте познакомимся с правилами жизни в сказочной стране.

Я предлагаю следующие правила:

- в нашей сказке все герои живут в настоящем времени;
- «тайна сказочной жизни»: все, что происходит с нами в сказочной стране – наша тайна;
- каждый сказочный герой говорит только от собственного имени;
- в нашей сказке каждый герой имеет право на собственное мнение;
- каждый сказочный герой говорит от чистого сердца, открыто выражая свои мысли;
- все герои вместе отправляются в сказочное путешествие и проходят свой путь;

Вы можете дополнить и предложить свои варианты правил сказочной жизни. Принимаем? Прекрасно! Итак, наше путешествие начинается!

Введение в сказку

Ведущий: Все вы разные, и каждый очень интересен. Сегодня вы познакомитесь со сказкой о двух планетах. Они тоже отличались друг от друга, но это не стало препятствием в их дружбе.

Итак:

— Во Вселенной, где блуждают тысячи Галактик, жили - были две планеты. Одна планета называлась Цветущая. Наверное, потому что она всегда цвела и благоухала. Цветущая планета умела радоваться жизни и дарила радость другим.

Вторая планета называлась Каменная. Она была сильная и суровая, а верхушки ее высоких гор всегда были покрыты снегом и льдом. И под слоем этих льдов она чувствовала себя очень одиноко в необъятной Вселенной.

Упражнение «Какой я?»

Ведущий: Вообразите, что мир, в котором мы живем, является Вселенной, а каждый человек — планета в ней. Если бы вы были планетой, то какой? Представьте ее, а затем с помощью карандашей или красок изобразите на бумаге.

Ведущий включает медитативную музыку, и участники занятия рисуют свои планеты.

По завершении упражнения ведущий предлагает участникам на обратной стороне листа написать 5 характеристик своей планеты, ответив на вопрос — *какая она?* Например: зеленая, цветущая, яркая, большая, добрая. Или: суровая, сильная, быстрая, красивая, холодная.

Продолжение сказки

Ведущий:

— Однажды сияние снегов Каменной планеты заметила Цветущая и устремилась к необычному серебристому свету.

— Здравствуй, — сказала она Каменной планете. — Ты очень красивая!

— Я красивая? — удивилась та. — Ты ошибаешься. Посмотри, на мне, кроме снежных холодных гор, ничего и нет.

— Зато как они сияют! — восхитилась Цветущая. Знаешь, я хочу дружить с тобой.

Каменная планета подумала и сказала:

— Я согласна. Давай дружить!

Она улыбнулась, и в тот же миг снег на вершинах ее гор заискрился.

— Твои вершины сверкают как бриллианты, — произнесла Цветущая планета.

— Это очень красиво.

— Ты добрая, — ответила ей подруга и вдруг почувствовала, как по склонам ее гор потекли ручьи.

Снег таял все больше, и вот уже под ним появились и засверкали настоящие бриллианты, а внизу, у подножия гор, зазеленела трава.

Упражнение «Комплимент»

Ведущий: А сейчас мы с вами поработаем в парах, родитель-ребёнок. И предлагает каждому ребенку и родителю поменяться своими работами, рассмотреть работы друг друга и на обратной стороне листа написать, чем вам

понравилась работа, какие эмоции она у вас вызывает. Когда рисунок возвращается к автору, он внимательно читает отзыв и осознает чувства, которые они у него вызывают.

Если какая-либо характеристика ему непонятна, то можно задать уточняющий вопрос.

Далее ведущий предлагает участникам изобразить свои чувства на бумаге, нарисовав, как может измениться их планета от такого доброжелательного взаимодействия друг с другом, то есть они могут добавить что-то в свои прежние рисунки или нарисовать новые.

Окончание сказки

Ведущий:

Итак, снег на вершинах гор Каменной планеты растаял, и у их подножия зазеленела трава.

— Своей добротой ты помогла растопить мои вечные льды, спасибо! Прими от меня, пожалуйста, этот подарок, — сказала Каменная планета Цветущей и бросила в ее травы россыпи бриллиантов.

С тех пор каждое утро под лучами восходящего солнца они сияют на нежных лепестках Цветущей планеты. Кто-то, конечно, принимает их за росу, но подруги знают, что это настоящие бриллианты их дружбы и доброго отношения друг к другу.

Упражнение «Подарок»

Группы разбиваются по два человека, родитель – ребёнок. Ведущий предлагает участникам занятия сделать друг другу подарки. Подарками могут быть вырезки из журналов, надписи или рисунки.

Желательно сделать подарок, который будет по-настоящему нужен и ценен для данного конкретного человека.

Дарить можно все, что представляется в воображении. Сопровождать свой подарок можно фразой, говорящей о его позитивном смысле.

Анализ сказки «Две планеты»

Ведущий задает вопросы:

1. Какой была Цветущая планета?
2. Какой была Каменная планета до встречи с Цветущей? Хорошо ли ей было под толстым слоем вечных льдов?
3. Что сделала Цветущая планета, чтобы подружиться с Каменной?
4. Как отреагировала Каменная планета на добрые слова новой знакомой?
5. Замечаете ли вы хорошее в других людях?
6. Говорите ли им комплименты? Как часто?
7. Чему можно научиться у этой сказки?

Ведущий: Один из уроков сказки «Две планеты» таков: замечая положительные качества других людей, мы и сами наполняемся позитивными чувствами и эмоциями.

Рефлексия занятия

Взрослые и дети образуют два круга, взрослые внешний, а дети внутренний круг. Все делятся впечатлениями и своими чувствами, отвечая на следующие вопросы:

Ведущий. *Какой была ваша планета в начале занятия? Какой она стала в конце занятия? Скажите, пожалуйста, какие мысли, эмоции наполняли вас во время этого занятия? Какой положительный опыт вы получили?*

Участники обсуждают занятие, делятся своими впечатлениями: что особенно понравилось и запомнилось, чего им не хватало? Говорят о том, какой вывод для себя сделали. Ведущий подводит итоги и подчеркивает значимость приобретенного опыта.

Завершение мастер-класса

Ведущий благодарит группу за совместно пройденный путь. Все берутся за руки и прощаются со сказочной страной, произносят вместе *«До свидания, сказка! Весь положительный опыт мы берем с собой!»*

Собрать отзывы родителей о собрании (Приложение 1)

Список использованной литературы

1. Стишенок, И.В. Сказка в тренинге: коррекция, развитие, личностный рост/ И.В. Стишенок. - СПб.: Речь, 2006.
2. Зинкевич-Евстигнеева Т.Д. Практикум по сказкотерапии / Т.Д. Зинкевич-Евстигнеева. – СПб.: «Речь», 2002.
3. Сакович, Н.А. Практика сказкотерапии. Сборник сказок, игр и терапевтических программ/Н.А. Сакович. – СПб.: Речь, 2005.

«Детей не надо «воспитывать», с детьми надо дружить»

*Савина Наталья Николаевна, педагог-психолог
ГБУ ДПО «Региональный социопсихологический центр»*

Цель мастер- класса: создание условий для включения родителей в активную деятельность по проблемам воспитания.

Задачи:

- актуализировать проблему воспитания в семье;
- отработка методических приемов решения конфликтных ситуаций, связанных с проблемами воспитания;
- оказание помощи участникам в решении проблем воспитания через проигрывание конфликтных ситуаций.

Форма проведения мастер – класса:

- интегрированное занятие;

- дискуссионно-практическое занятие (работа с ассоциативными картинками);
- работа в группе.

Форма взаимодействия - сотрудничество, совместный поиск.

Приёмы подачи информации:

АКТИВНОСТЬ. В данном случае все участники вовлечены в процесс обсуждения. Принцип активности таков, что человек усваивает:

10% того, что слышит,

50% того, что видит,

70% того, что проигрывает,

90% того, что делает сам.

ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКАЯ (ТВОРЧЕСКАЯ) ПОЗИЦИЯ. Ведущий конструирует и организует ситуации, которые дают возможность участникам обсуждения осознать и опробовать новые способы поведения в процессе воспитания ребенка.

ПАРТНЕРСКОЕ (СУБЪЕКТ-СУБЪЕКТНОЕ) ОБЩЕНИЕ - при котором учитываются интересы других участников взаимодействия, а также их чувства, эмоции, переживания, признается индивидуальность личности другого человека.

Ожидаемый результат:

- актуализация проблемы воспитания в семье;
- профилактика конфликтных ситуаций в воспитании, через проигрывание проблемы.

Целевая аудитория: родители (всех возрастные категорий обучающихся, в данном случае первоклассников).

Условия проведения: подготовленный кабинет

Продолжительность: 1 час.

Оборудование: наглядный материал (тематические картинки), бумажные салфетки по количеству участников, доска с маркером, проектор.

Предварительная подготовка:

За 3 дня до проведения мастер-класса с обучающимися следует:

1. Разработать и оформить пригласительные для родителей.
2. Придумать и красиво оформить поговорку о своей семье. Обязательно вложить в конверт и подписать лично своему родителю.

План.

I. Этап. Актуализация темы.

1. Мини - обсуждение "Что такое воспитание".
2. Презентация ««Добрые советы воспитания»».
3. Упражнение «Выполни задание».

II. Этап. Работа с ассоциативными картинками:

1. Сюрпризный момент.
2. Работа в малых группах.

III. Этап. Подведение итогов.

1. Притча о камне.
2. Рефлексия.

Ход мастер- класса.

I этап.

Ведущий: Добрый вечер, уважаемые родители! Пожалуйста, давайте поприветствуем друг друга улыбкой. Улыбнитесь, ведь улыбка – это флаг корабля, а мы капитаны своего корабля под флагом «Семья».

Сегодня мы не будем придерживаться строгих правил проведения родительского собрания. Я приглашаю Вас на мастер-класс: «Детей не надо «воспитывать, с детьми надо дружить».

На встречу с вами я подготовила интересные упражнения, задания которые помогут улучшить отношения с детьми. Рассмотрим основные моменты воспитания ребенка. Полученные знания можно применить для гармоничных взаимоотношений в семье, а еще вас ждет сюрприз.

Народная мудрость гласит: «Не воспитывайте детей, все равно они будут похожи на вас. Воспитывай себя.»

Воспитание – это деятельность, направленная на формирование личности, с целью обучения полноценному участию в общественной жизни.

Теперь, хотелось бы, услышать какие методы воспитания используете вы в воспитательных целях в своей семье?

Ответы участников.

Ведущий: предлагаю вашему вниманию презентацию «Добрые советы воспитания».

Можно заметить, что все используемые методы перекликаются у всех присутствующих. (Похвала, наказание, одобрение), каков результат?

1. Упражнение «Выполни задание».

Ведущий: Сейчас мы с вами выполним интересное упражнение. Главное условие – закрыть глаза и слушать мою инструкцию. У каждого есть лист, все листы одинаковой формы, размера, качества, цвета. Слушайте внимательно и выполняйте следующее:

1. Сложите лист пополам.
2. Оторвите правый верхний уголок.
3. Опять сложите лист пополам.
4. Снова оторвите правый верхний уголок.
5. Ещё сложите лист пополам.
6. Оторвите правый верхний уголок.
7. И в последний раз сложите лист пополам.
8. А теперь оторвите правый верхний уголок.

Ведущий: Покажите всем свои работы. Обратите внимание, у всех они разные! Казалось бы, вы всё делали по моей инструкции, а результат получился у каждого свой. Вот вам парадокс:

- мы используем одни и те же методы воспитания, но наши дети абсолютно не похожи друг на друга.

Вывод. Не огорчайтесь, если ваш ребёнок не полностью оправдывает ваши мечты и надежды . Он пришёл в этот мир, чтобы делать свои ошибки, у него своя миссия и своё место в истории.

II. Этап.

Картинка «РОЗА» (ребенок).

1.Фаза- обсуждение. Показывается картинка. Предлагается составить рассказ по картинке. Работа будет тем эффективнее, чем подробнее составлен рассказ. Ведущий должен задавать наводящие вопросы и следить за тем, чтобы в обсуждение было активно вовлечено как можно больше участников.

Ведущий: Задает наводящие вопросы. Какой это цветок? Какая бывает роза? Отчего зависит красота бутона? Какой она имеет аромат, цвет?

Ответы участников: Роза — прекрасный, благородный цветок. Недаром она считается царицей в цветочном мире. Бывает разной и по цвету, и по размерам, но всегда имеет шипы. Требуется к себе бережного отношения. Ее легко можно сломать, засушить. Чтобы роза расцвела и радовала глаз, она должна вырасти из здорового семени, ей нужны крепкие корни, благородная почва, ее нужно любить, за ней нужно ухаживать.

2.Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана.

Ведущий: Любой ребенок прекрасен, как прекрасна любая роза. Ребенок имеет свои недостатки, так же как роза имеет шипы.

3. Фаза — анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса. Практика показывает; если участники были активны на первых двух этапах, то и на третьем они более активны, чем на традиционных лекциях, в их действиях меньше тревожности, скованности.

Ведущий: «Корнями» ребенка являются: генофонд, состояние здоровья, задатки, характер, семья, социум.

4. Фаза «Мозговой штурм». Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Выработка возможных форм поведения и коррекции детско-родительских отношений. Хорошо, если эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта.)

Выводы: как розу можно легко сломать, засушить, так и в ребенке легко можно убить личность: словом, игнорированием, чрезмерной заботой, неправильным отношением к нему (Роза-ребенок).

2. Картинка «Губка» (воспитание ребенка).

1. Фаза - обсуждение. Предлагается составить рассказ по картинке.

Ведущий задает вопросы: что это? Какая она?

Ответы участников:

Губка — это предмет, который очень хорошо впитывает в себя любую жидкость: вольем синюю — и получим синюю, вольем красную — такую же и получим. А если попадет в нее одновременно и синяя и красная, то обратный эффект будет неопределенного, не очень приятного цвета.

2.Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана

Ведущий: Воспитание происходит от слова «питание», «впитывание». Поэтому логично предположить: что ребенок в своем детстве впитал в себя (нормы, правила поведения, моральные и нравственные принципы), то в результате мы и получим от него в более взрослом возрасте. Мы можем сколько угодно, что называется, «вливать в него» правила поведения с

помощью нотаций, лекций, разъяснений. Но есть еще и окружение, среда, социум, которые тоже устанавливают свои правила, оказывают огромное влияние на воспитание.

3. Фаза — анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса.

Ведущий: К примеру, бессмысленно твердить ребенку ежедневно, что курить вредно, если он видит, с каким наслаждением это делает его отец, брат и другие окружающие его люди.

4. Фаза «Мозговой штурм» Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Хорошо, если эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта)

Выводы: ребенок, скорее всего, «впитает» в себя пример старших и уважаемых людей, если таковой имеется, но если нет, то будет повторять негативный пример. Взрослый своим поведением должен показывать положительный пример ребенку. (Воспитание ребенка)

3. «Кормление кашей» (обучение ребенка).

1. Фаза-обсуждение. Предлагается составить рассказ по картинке.

Ведущий задает вопросы: что это? Как можно кормить ребенка?

Ответы участников: Мама кормит маленького ребенка кашей.

2. Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана.

Ведущий: Маме гораздо проще и удобнее взять самой ложку, набрать кашу и поднести ее ко рту малышу. Если малыш не хочет брать кашу в рот, мама начинает играть с ним, развлекать его. При таком способе кормления и время экономится, и нет риска, что все вокруг окажется в каше. На второй картинке ребенок ест сам, перепачкав все: и одежду, и стол, и пол. Мама при этом находится рядом, лишь присматривая за ним. Оба способа приведут к результату — ребенок будет накормлен и сыт.

3. Фаза—анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса.

Ведущий: Очень часто взрослые создают первую ситуацию. Так удобнее нам, взрослым. Мы сами застегиваем ребенку пуговицы, стираем, готовим, заправляем постель и т. д.

4 Фаза: «Мозговой штурм». Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Хорошо, если эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта).

Выводы: житейский опыт приобретет лишь второй малыш, который создал столько неудобств маме. Через несколько лет сталкиваемся с тем, что ребенок не самостоятелен, безответственен, безынициативен. Он привыкает к тому, что за него все сделают и все решат. Вторая же ситуация требует от нас больше терпения, выдержки, времени — всего того, чего нам так не хватает. Но воспитание можно сравнить со вкладом в банк — что внесешь сегодня, то же получишь с процентами через несколько лет. (Кормление кашей -обучение ребенка)

4. «Цветок» (готовность к школе).

1.Фаза - обсуждение. Показывается картинка. Предлагается составить рассказ по картинке.

Ведущий: Что нужно цветку, чтобы он распустился?

Ответы участников: Здоровое семя, крепкие корни, плодородная почва, которую необходимо поливать и удобрять, свет, тепло.

2. Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана.

Ведущий: При таких условиях цветок вовремя распустится, будет радовать глаз и даст плоды. Иногда в почве может оказаться червячок, который подгрызает корни. Тогда болеет весь цветок. Ребенок как цветок.

3. Фаза — анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса.

Ведущий: То же самое происходит и с ребенком, когда он поступает в школу. Ошибочно мнение, что чем лучше интеллектуально подготовлен ребенок, тем успешнее он будет в школе. Часто упускается из виду развитие самих психических процессов, необходимых для осуществления учебной деятельности: память, внимание, логическое мышление, воображение, пространственная ориентация, воля, развитие мелкой моторики руки, мотивация и пр.

4. Фаза-«Мозговой штурм». Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Хорошо, если, эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта).

Выводы: получается, что мы, взрослые, пытаемся гнать телегу впереди лошади. Изобразив эти процессы в виде корня цветка, можно предположить, что при сильных и здоровых корнях (хорошо развитых психических процессах) и благоприятной почве (обучение на принципах гуманизма) цветок все равно распустится (ребенок быстро научится и читать, и писать, и решать задачи). Но состояние цветка зависит еще и от качества листьев, через которые тоже идет питание (уровень саморегуляции и уровень психического развития детей). Червячок, который может оказаться в почве, — это кризис семи лет, когда у ребенка формируется самооценка, когда он уже умеет скрывать свои истинные чувства от взрослых. И не заметив этого червячка, мы можем столкнуться в дальнейшем с дезадаптацией. (Цветок - готовность к школе.)

5 . «Вхождение в холодную реку» (адаптация).

1. Фаза-обсуждение. Показывается картинка. Предлагается составить рассказ по картинке.

Ведущий: ребенок входит в воду. Почему у него появилось это желание?

Ответы участников: Может, он получил достаточное количество тепла на берегу и теперь решил охладиться, а может, ему просто необходимо перейти на другой берег.

2. Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана.

Ведущий: В любом случае — у него появилась потребность оказаться в новых условиях, а причин для этого может быть много. Что испытывает человек, только что вошедший в воду? Сначала тревогу, может даже и страх, затем дискомфорт от резкой смены температуры, затем он постепенно привыкает и уже не хочет выходить из воды, так она приятна и соответствует ожиданиям.

3. Фаза — анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса.

Ведущий: Когда человек оказывается в новой жизненной ситуации, происходит нечто похожее. Если сельский житель решает переехать в город, сначала он будет испытывать тревогу, затем дискомфорт от большого количества людей, от шума и пр. Ему понадобится некоторое время, для того чтобы привыкнуть, почувствовать себя комфортно в новых условиях. Для каждого человека срок привыкания индивидуален. Кому-то достаточно трех недель, а кому-то необходимо гораздо больше времени.

4. Фаза - «Мозговой штурм». Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Хорошо, если эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта.)

Выводы: те же закономерности существуют при переходе из детского сада в школу, из начального в среднее звено, из школы в профессиональное учебное заведение. Что необходимо, чтобы человек лучше адаптировался? Прежде всего человек должен знать, что его ожидает, и быть к этому внутренне готовым.(Вхождение в холодную реку -адаптация).

6. «Упряжка лошадей» (семья).

1. Фаза - обсуждение. Показывается картинка. Предлагается составить рассказ по картинке.

Ведущий: Что изображено на картинке? Почему 2 лошади едут слажено?

Ответы участников: упряжка лошадей.

2.Фаза – ассоциации. После того как картинка тщательно разобрана

Ведущий: Бег двух лошадей в упряжке — красивое зрелище. Обе бегут рядом, ни одна не пытается вырваться вперед. Каждая знает свои обязанности и чувствует поддержку другой. Если же одна из лошадей захочет оказаться впереди или вырваться из упряжки, то получится хаотичное движение, при котором страдает и повозка. При этом есть риск потерять часть груза. Бывают повозки и с одной лошадей, но они выглядят более усталыми.

3. Фаза - анализ актуального состояния обсуждаемого вопроса.

Ведущий: Слово «супружество» переводится как двое в одной упряжке. Движение упряжки будет ровным и красивым, если обе лошади двигаются в согласии. В семье все обязанности должны быть общими, груз не следует перекладывать на одного.

4. Фаза- «Мозговой штурм». Вопрос: «С каким воспитательным моментом связана картинка? (Хорошо, если эту работу постараются сделать сами родители, а педагог или психолог выступят в роли эксперта.)

Выводы: когда один пытается завладеть большей властью и правами, возникает хаотичное движение, кидания в разные стороны, от чего страдает вся семья, и в первую очередь — дети. В вопросах воспитания нужно придерживаться одной линии поведения. (Упряжка лошадей - семья).

Сюрпризный момент.

Ведущий: Вашим ребятам я давала задание – найти поговорки о **вашей семье**, что бы поговорка говорила о том, какая ваша семья. Раздает конверты с поговорками лично каждому родителю от его ребенка. Очень интересно

посмотреть на свою семью глазами детей. Предлагаю поднять руки, кто приятно удивлен.

Работа в группе.

Ведущий: Предлагаю разделить на группы.

Каждой группе предлагается конфликтная ситуация с ребенком, которую нужно разобрать и разрешить. Затем группы обмениваются мнениями, находят общее решение в конфликтной ситуации.

Ситуация № 1.

«Маме позвонила тетя Таня, мама моего одноклассника, и обвинила меня в том, что я без какой-нибудь видимой причины подрался с ее сыном. Мама, не выслушав меня, накричала, обвинила в драке, запретила гулять и играть в компьютер. Позже выяснилось, что я был не виноват».

Ситуация № 2.

«Я записался в студию брейк-данса. Мама категорически против и запрещает мне туда ходить, потому что боится, что я могу получить травму позвоночника. Кроме того, ей не нравятся некоторые ребята из моей студии».
– Как бы вы поступили на месте мамы? Приняли точку зрения ребенка или настаивали на своем?

Ситуация № 3.

Я 7 лет учился в художественной школе, в этом году перестал там заниматься. Родители настаивают, чтобы я продолжал обучение в художественной школе, потому что, по их мнению, мне это пригодится в будущем. Каковы ваши действия в этом случае?

Ситуация №4

Мама просит сына вынести мусор, сын смотрит телевизор. Он не реагирует. Мама в третий раз просит сына, тот отвечает: «Сейчас, досмотрю». Но вдруг в дверях появляется папа. Ведро сейчас же оказывается пустым. Почему так произошло?

Ситуация №5

Дочь звонит маме на работу, спрашивает, что ей съесть на обед. Мама, занятая в это время отчетом, говорит в трубку: «Найди что-нибудь в холодильнике». И, придя домой с работы, обнаруживает, что нет банки икры, приготовленной к празднику...

Виноват ли ребёнок или сама мама и что надо было делать в таком случае?

Ситуация №6

Вечером родители пришли с работы. Они устали, а сын включил телевизор. И сразу же послышалось: «Не мешай, ты думаешь только о себе, эгоист!» Как объяснить ребёнку, что он может делать и что не может?

Ситуация №7

Сын поздно возвращается домой. Родители, заждавшись, налетают на него с упреками и криками, не давая ему высказаться. Мальчик уходит спать, так и не объяснив ничего родителям. Позже раздаётся телефонный звонок, и родители узнают, что их ребёнок задержался по очень уважительной причине. В чём сложность данной ситуации? Какой выход вы видите здесь?

Ситуация №8

Девочка обращается к матери с вопросами, которые её волнуют. Мать, хотя и не отказывается отвечать на них, но постоянно поглядывает в интересную книгу, которую читала до прихода дочери. Не вникая в проблемы дочери, считая их надуманными, мама отправляет девочку играть с младшей сестрой, хотя у девочки проблемы со сверстниками.

Надо ли вникать в такие ситуации? Всегда ли они кажутся нам важными?

III этап. Подведение итогов. Рефлексия

Родители анализируют полученные педагогические рецепты, обсуждают их совместно.

Ведущий: предлагаю прослушать притчу о камне.

Один странствующий искатель истины увидел большой камень, на котором было написано: «Переверни и читай». Он с трудом перевернул его и прочел на другой стороне: «Зачем ты ищешь нового знания, если не обращаешь внимание на то, что уже знаешь?»

Эта притча как нельзя лучше подтверждает наш сегодняшний разговор о том, что каждый имеет жизненный опыт и нужно использовать положительные его стороны при воспитании детей. Быть хорошим примером для подражания, а главное с ребенком нужно дружить и уметь договориться. Зачастую проблемы в поведении наших детей, их трудности в нас самих: в нашем диктате и попустительстве, в нашей лжи, в нашем эгоизме и плохом настроении. Самые главные слова, которые сегодня нужно сказать своему ребенку «Я тебя люблю, мы рядом, мы вместе, мы все преодолеем».

Приложение № 1.

Изготовление приглашения каждой семье с учетом темы собрания.

1. Важно, чтобы в изготовлении приглашений для родителей принимали участие дети. Приглашения раздаются за неделю до собрания. Дети подбирают картинки с юмором по теме. Можно устроить конкурс на лучшую картинку! Вот пример такого приглашения.

_____ *Уважаемые*

Приглашаю вас на родительское собрание по теме: «Детей не надо «воспитывать», с детьми надо дружить»

Буду рада вас видеть 14 октября в 17.00 ч. В кабинете №7
Заранее благодарна, Наталья Николаевна.

Приложение №2.

Предварительно предложить обучающимся найти и красиво оформить поговорку о своей семье. Обязательно вложить в конверт и подписать.

Примерные ответы.

- «В гостях хорошо, а дома лучше»;
- «Домой придешь – хлеб, соль найдешь»;
- «Согласную семью и горе не берет»;
- «Не нужен клад, когда в семье лад»;
- «В семье разлад, так и дому не рад».

Приложение 3.

Ситуация № 1.

«Маме позвонила тетя Таня, мама моего одноклассника, и обвинила меня в том, что я без какой-нибудь видимой причины подрался с ее сыном. Мама, не выслушав меня, накричала, обвинила в драке, запретила гулять и играть в компьютер. Позже выяснилось, что я был не виноват».

Ситуация № 2.

«Я записался в студию брейк-данса. Мама категорически против и запрещает мне туда ходить, потому что боится, что я могу получить травму позвоночника. Кроме того, ей не нравятся некоторые ребята из моей студии».

– Как бы вы поступили на месте мамы? Приняли точку зрения ребенка или настаивали на своем?

Ситуация № 3.

Я 7 лет учился в художественной школе, в этом году перестал там заниматься. Родители настаивают, чтобы я продолжал обучение в художественной школе, потому что, по их мнению, мне это пригодится в будущем. Каковы ваши действия в этом случае?

Ситуация №4

Мама просит сына вынести мусор, сын смотрит телевизор. Он не реагирует. Мама в третий раз просит сына, тот отвечает: «Сейчас, досмотрю». Но вдруг в дверях появляется папа. Ведро сейчас же оказывается пустым. Почему так получилось?

Ситуация №5

Дочь звонит маме на работу, спрашивает, что ей съесть на обед. Мама, занятая в это время отчётом, говорит в трубку: «Найди что-нибудь в холодильнике». И, придя домой с работы, обнаруживает, что нет банки икры, приготовленной к празднику...

Виноват ли ребёнок или сама мама и что надо было делать в таком случае?

Ситуация №6

Вечером родители пришли с работы. Они устали, а сын включил телевизор. И сразу же послышалось: «Не мешай, ты думаешь только о себе, эгоист!» Как объяснить ребёнку, что он может делать и что не может?

Ситуация №7

Сын поздно возвращается домой. Родители, заждавшись, налетают на него с упреками и криками, не давая ему высказаться. Мальчик уходит спать, так и не объяснив ничего родителям. Позже раздаётся телефонный звонок, и родители узнают, что их ребёнок задержался по очень уважительной причине. В чём сложность данной ситуации? Какой выход вы видите здесь?

Ситуация №8

Девочка обращается к матери с вопросами, которые её волнуют. Мать, хотя и не отказывается отвечать на них, но постоянно поглядывает в интересную книгу, которую читала до прихода дочери. Не вникая в проблемы дочери, считая их надуманными, мама отправляет девочку играть с младшей сестрой, хотя у девочки проблемы со сверстниками. Надо ли вникать в такие ситуации? Всегда ли они кажутся нам важными?

Список использованной литературы

1. Федоренко, Л. Г. Секреты общения / Л. Г. Федоренко. – СПб. : КАРО, 2003.
2. Фопель, К. Как научить детей сотрудничать? Психологические игры и

- упражнения: Практическое пособие / Пер. с нем.; в 4-х томах. Т. 4. – М. : Генезис, 2001.
3. Цветкова С. Л. Вопросы воспитания в картинках// Школьный психолог, - 5- 2006.

«Ответственное дело»

*Морозова Ольга Валентиновна, педагог-психолог
ГБУ - центр психолого-педагогической, медицинской
и социальной помощи м.р. Безенчукский Самарской области*

Цель: актуализация важности проблемы выбора профессии родителями учащихся 11 класса

Задачи:

1. Показать значение правильного выбора профессии учащимися 11 класса.
2. Способствовать осознанию учащимися возможных препятствий (ловушек) на пути к профессиональным достижениям.
3. Помочь осознать значимость мотивации достижения для жизненной и профессиональной успешности.

Форма проведения: Родительское собрание с участием детей

Участники: классный руководитель, педагог – психолог, родители и учащиеся 11-го класса.

Техническое оснащение: интерактивная доска, мультимедийный проектор, компьютер, экран, ноутбук, колонки.

Материалы: ручки или карандаши, чистые листы бумаги

Вступительное слово и приветствие.

Добрый вечер, дорогие ребята и родители!

Пройдет совсем немного времени и перед вами, наши выпускники, возникнет самое ответственное дело в вашей жизни – выбор профессии. Когда-то это делали ваши родители, а теперь пришел ваш черед делать выбор.

Я предлагаю вам, родители, совместно с детьми сделать выбор. На доске записаны несколько вариантов выбора профессии. Выберите то, что, вам кажется будет для вашего ребенка правильным.

1. Те, которые нравятся, но они дают мало денег,
2. Те, которые нравятся, но не дают много денег, но престижны.
3. Те, которые не нравятся, но дают много денег.
4. Те, которые нравятся, дают много денег и престижны, но забирают много сил...

Выбор всегда труден, но сейчас посоветуйтесь. Посмотрим, какой путь выбрали. Поднимите руки, кто за 1-ый путь, кто за 2-ой, кто за 3-ий, а за 4-ый?

Дома еще раз обсудите, подумайте, насколько правильный путь вы выбрали с другими членами семьи.

Разминка. Упражнение «Козлик»

Ведущий. Помните ли вы песенку «Жил-был у бабушки серенький козлик»? Давайте вспомним основные события этого незабвенного произведения.

Кто в ответе за то, что остались от козлика рожки да ножки? Виноват сам козлик, что отлучился в дремучий лес?

Или голодный волк? А может быть, бабушка? Выразите свое мнение в виде круговой диаграммы на ваших листах.

Я попрошу выйти к доске одного родителя и одного ученика. Нарисуйте свои диаграммы и обоснуйте свое мнение.

Ведущий. В каждом деле, к которому мы приступаем, мы всегда либо берем ответственность на себя, либо перекладываем ее на плечи других. А теперь давайте подумаем, кто помогает ребенку в выборе профессии?

Варианты ответов выносятся на доску.

Какова же степень ответственности каждого из перечисленных субъектов в выборе ребенком профессии? Выразите свое мнение в виде круговой диаграммы.

Работа маркером на индивидуальных листах.

Я снова попрошу выйти к доске одного родителя и одного ученика. Нарисуйте свои диаграммы и обоснуйте свое мнение.

Ведущий. Я полагаю, что каждому из родителей очень интересно узнать мнение своего ребенка и, наоборот, ребенку интересно мнение родителей. У вас будет прекрасная тема для сегодняшнего разговора за ужином. Сравните ваши варианты диаграмм. Тут есть о чем подумать.

Игра «Ловушки - капканчики»

Ведущий. Выбор профессионального пути - дело ответственное, и подходить к нему следует серьезно. Я предлагаю вам игру, которая называется «Ловушки-капканчики».

Наша цель: смоделировать часть профессионального пути молодого человека. Ваше мнение, уважаемые родители, для нас очень ценно, потому что у вас большой жизненный опыт. Дети смотрят на мир иначе, чем родители, и порой видят то, что не видно взрослым, поэтому ваше мнение, дорогие одиннадцатиклассники, для нас не менее ценно.

Для игры нам необходим человек, который готов участвовать в эксперименте. Кто желает?

ЭТАПЫ ИГРЫ

1 Ведущий. Наш доброволец должен придумать, сколько ему лет, где он живет, какое у него семейное положение.

Затем определить профессиональную цель: поступление в учебное заведение, окончание учебного заведения, оформление на конкретное место работы, возможно, какое-либо профессиональное достижение (вуз; окончить его; инженер транспортной компании, место ведущего инженера).

2 Ведущий. Каждый из вас придумывает и записывает 2-3 ловушки на пути достижения карьерной цели (ловушки могут быть как внешними - исходящими от других, так и внутренними - от себя) и пути решения этой проблемы. Например, на этапе

«поступить в учебное заведение» появляется ловушка - «не поступил». Какие могут быть варианты?

а) Попробовать поступить на следующий год; б) поступить в колледж; в) поступить в другой вуз и др. *(На доске начертить таблицу)*

Доброволец	Игрок

Игроки (родители и учащиеся) по очереди называют свои трудности - ловушки, а доброволец - путь преодоления. После него о своем варианте преодоления трудности говорит игрок, назвавший эту трудность. Остальные выбирают, чей путь преодоления трудности оказался более оптимальным, интересным и реалистичным.

Если добровольца, то ему в таблице ставят «+», если игрока - то ему.

Подведение итогов: у кого больше «+». Сумел ли наш доброволец преодолеть все «ловушки», уготованные ему судьбой в нашем лице?

Вывод: Все мы способны преодолеть те или иные трудности. Но если мы к ним готовы, то они уже воспринимаются нами не как проблемы, а как следующая ступенька в жизни.

Ведущий. Человек, который имеет цель, мотивацию к достижению жизненной и профессиональной успешности, достигает желаемого, выбирая для этого свой путь.

Я хочу пригласить Сергея Быкова, который для себя это сделал.

(идет запись на экране, затем Сергей играет на скрипке)

Мы желаем ему, чтобы его мечты сбылись, жизненные планы исполнились.

Ведущий. А теперь я предлагаю Вам посмотреть и послушать притчу «Следуй за мечтой».

Рефлексия:

В заключение нам бы хотелось узнать ваше мнение по поводу нашей встречи.

Что было важно лично для Вас уважаемые родители и ребята?

Ведущий. Как хорошо, что вы считаете, что наша работа прошла не зря, что ее надо выводить на более высокий уровень!

Спасибо. Я желаю всем удачи!

Список использованной литературы

1. Прошицкая Е.Н. Выбирайте профессию – М. : Просвещение, 1991
2. Резапкина Г.В. Я и моя профессия – М: Генезис, 2004.
3. Пряжников Н.С. Профориентация в школе: игры, упражнения, опросники. – М.:Вако,2005.
4. Резапкина Г.В. Секреты выбора профессии, или Путеводитель выпускника. – М.: Генезис, 2005.
5. Резапкина Г.В. Психология и выбор профессии. - М: Генезис, 2005.
6. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. – М.:Вако,2006.
7. Пряжников Н.С. Профориентация в школе и колледже: игры, упражнения, опросники. – М.:Вако,2006.
8. Тюшев Ю.В. Выбор профессии : тренинг для подростков – СПб: Питер, 2009.