

Психологический тренинг для родителей детей с ОВЗ

«Если что, я с тобой!»

Цель: Актуализация чувства единения во взаимоотношениях родителей и детей.

Задачи:

1. Совершенствовать умение родителей согласовывать свои действия с действиями своего ребенка;
2. Способствовать снижению эмоционального напряжения между родителями и детьми;
3. Овладение родителями приемами взаимодействия с собственным ребенком.

Длительность тренинга: 25-30 минут.

Материалы и оборудование: магнитная доска, карандаши, лепестки ромашки, заготовленные карточки с высказываниями, рисунок сердца (разрезанный на 4 части), лента, детские сказки.

Ход тренинга

Вступление

Педагог: «Добрый вечер уважаемые родители! Я благодарю Вас за то, что вы пришли на тренинг под названием «Если что, я с тобой!». Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу, ведь детский сад-это одна большая и дружная семья.

Наверное, ничто не вызывает у человека столь сильные переживания, как его собственные дети. Как найти общий язык со своим ребенком, как сделать так, чтобы вы и ребенок понимали друг друга без слов? Именно об этом мы сегодня и поговорим.

Предлагаю Вам, поучаствовать в играх, где-то порассуждаем, где-то попробуем встать на место своего ребенка. Я надеюсь, что вы еще лучше станете понимать своего ребенка, еще более трепетно начнете относиться к его переживаниям, научитесь еще больше понимать интересы и желания друг друга.

Итак, начнем наш тренинг с приветствия друг друга. Проведем разминку «Подари улыбку».

Разминка «Подари улыбку»

Родители становятся в круг, берутся за руки. Каждый по очереди дарит улыбку своим соседям слева и справа, важно при этом смотреть друг другу в глаза.

Данное упражнение способствует снятию психологических барьеров, присутствующих в общении, установлению эмоционального контакта.

Основная часть

Упражнение «Слово – ассоциация»

Педагог: «Сейчас уважаемые родители, мы с Вами выполним небольшое задание, которое поможет настроиться на совместную работу».

Всем родителям в качестве разминки предлагается подобрать к слову «мороженое» слово – ассоциацию (например, «жара»). Далее к слову «жара» – «море».

Далее педагог начинает игру, произнося слово «семья», рядом стоящий участник берет массажный мяч и проговаривает свое слово – ассоциацию. Упражнение проводится по кругу.

Упражнение «Цветок»

Педагог: «Народная мудрость гласит: «самый сладостный звук для человека - это его имя». Если хотите привлечь внимание человека к себе, настроить его к общению, то следует обращаться к человеку, а в нашем случае к собственному ребенку по имени. А как вы называете своего ребенка? (Родители делятся вариантам ласкового обращения к ребенку) Помочь найти положительные качества своего ребенка Вам поможет игра «Цветок».

Родителям раздаются карандаши и бумажные лепестки.

Педагог: «Предлагаю каждому родителю сделать запись в лепестке. На нем вы пишете ласковое имя своего ребенка и его положительные качества (2-3).

После того как родители завершили работу все лепестки прикрепляются к сердцевине цветка и подводятся итоги.

Педагог: «Посмотрите, какая у нас получилась ласковая и добрая ромашка!»

Рефлексия:

- Было трудно?

- Какие ощущения и эмоции вызвало у Вас это упражнение?

- Легко ли Вам было заполнять? Почему?

Упражнение «Как тебе лучше?»

Педагог: «Дорогие родители, предлагаю Вам объединиться в пары и каждой паре преодолеть короткую дистанцию по ленте».

Родителям предлагаются карточки с высказываниями, которыми они будут сопровождать движение своего напарника - «ребенка».

Условия прохождения: один участник проходит по ленте, а другой в это время сопровождает его движение словами:

Сначала он произносит первую группу слов: «Иди, я тебе сказал, немедленно, иди правильно, как я тебе говорю»;

Затем вторую: «Может, ты не пойдешь, а вдруг упадешь, еще испачкаешься»;

И последнюю: «Все в порядке, я иду рядом с тобой. Ты молодец, хорошо идешь, вперед».

После выполнения делается вывод и обсуждения.

Педагог: «Выполняя упражнение, каждый из вас был в роли ребенка или в роли родителя. Как вы себя чувствовали при выполнении задания? В какой роли вы себя чувствовали комфортнее, в роли того ребенка, который шел, или того родителя, который сопровождал? Какие слова мешали Вам идти, какие наоборот помогли?»

Родители обсуждают свои чувства, делятся эмоциями, впечатлениями.

Упражнение «Чтение сказки»

Цель: показать родителям, насколько важен эмоциональный контакт с ребенком и при беседе с ним, и при чтении художественной литературы и во многих других моментах.

Педагог: «Давайте посмотрим, как же мы общаемся с ребенком, насколько важен нам момент общения с нашими детьми».

Трем родителям предлагаются детские книжки со сказками, первый участник читает отрывок сказки, отвернувшись спиной к родителям, второй - лицом к родителям, но не отрывая взгляда от текста, а третий – рассказывает сказку эмоционально, используя жесты и мимику, выразительно, практически не смотря в текст.

После прочтения предлагается педагог предлагает родителям ответить на вопросы: Что Вы чувствовали, когда к вам сидели спиной? А когда совсем не смотрели на вас? И понравилось ли эмоционально выразительное чтение, глаза в глаза?

Педагог: «Также происходит и при общении с нашими детьми».

Упражнение «Чего хотят дети?»

Для упражнения понадобится рисунок сердца, разрезанный на части. Каждая часть нумеруется – чтобы в дальнейшем было удобнее и легче собрать мозаику.

Педагог: «Представьте мысленно, что вы вернулись в детство. Вам 5-6 лет. Вспомните, чего больше всего хотелось? Запишите свои мысли одной фразой».

Для этого участники разбиваются на 4 группы и записывают свои ответы на розданных им частях сердца.

Затем педагог предлагает из полученных частей собрать мозаику и делать общий вывод, используя фразу «Чего на самом деле хотят дети», которую следует продолжить, перечисляя слова, написанные в сердце – это много любви, тепла и ласки».

Заключительная часть.

Педагог: «Вот и подошел к концу наш тренинг. Хотелось бы, чтобы он, уважаемые родители, помог вам в воспитании ваших детей, в понимании друг друга, помог в

содействии всестороннего развития вашего ребенка. Я очень надеюсь, что сегодня вы многое узнали и многое открылось для вас с другой стороны. В заключении я предлагаю *упражнение «Аплодисменты»*. Давайте представим на одной ладошке улыбку, а на другой- радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко-накрепко соединить аплодисментами.

Педагог: «Уважаемые родители, наша встреча показала, какие вы находчивые, заботливые и любящие родители. Спасибо».

Рефлексия участников тренинга.