**Круглый стол**

**«Это мой ребенок»**

**Цель:** психолого-педагогическое просвещение и психологическое сопровождение семей.

**Задачи:**

* показать родителям как влияет стиль общения с ребенком в семье на его развитие, воспитание, закладку его будущей жизни;
* познакомить родителей с приёмами более эффективного общения с детьми;
* формирование и развитие навыков рефлексии взаимоотношений родителей с ребенком;
* приобретение родителями нового чувственного опыта при общении и взаимодействии с детьми.

**Ход тренинга.**

Участники тренинга располагаются по кругу.

**1. Знакомство** – **приветствие.**

**Цель: способствовать установлению контакта между родителями; сформировать у них положительный настрой.**

Каждый участник представляется и кратко рассказывает о себе.

Например: Меня зовут\_\_\_\_\_\_\_,

В свободное время я люблю\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**2. Упражнение «Перебежки»:**

* Встать и поменяться местами тем, у кого один ребенок;
* Встать и поменяться местами тем, у кого хорошие отношения с детьми;
* Встать и поменяться местами тем, кто часто играет с ребенком;
* Поменяйтесь местами, кто спрашивает совета у своего ребенка;
* Поменяйтесь местами, кто может извиниться перед своим ребенком;
* Поменяйтесь местами, кто играет в игры, которые придумывает сам ребенок;
* Поменяйтесь местами те, кто читает книжки своему ребенку.

**3. Обсуждение в кругу** **«Общение – это…»**

**Цель: создать атмосферу общности; дать участникам возможность поделиться опытом семейного общения; подвести к анализу этого опыта.**

Вопросы к участникам:

Как вы думаете, что же такое общение в целом?

И насколько важно общение для ребёнка?

Как вы общаетесь с ребенком дома, в семье?

А какие трудности у вас возникают в общении?

*(Участники отвечают на вопросы и обмениваются опытом общения со своими детьми дома.)*

Ведущий, обобщая высказывания: «Общение – один из главных видов деятельности человека, устремленный на познание и оценку самого себя через посредство других людей.

Под общением понимается взаимодействие людей, направленное на согласование и объединение усилий с целью достижения общего результата (М.И.Лисина)»

**4. Мини – лекция « Значение общения со взрослым для развития ребенка»**

**Цель: показать важность общения родителей со своим ребенком и влияние стиля общения на успешность ребенка в будущем.**

Общение ребёнку необходимо, также как пища.

Общение ребёнка с окружающими взрослыми это и условие, и главный источник его психического развития.

Ребенок овладевает знаниями, навыками, умениями, способами взаимодействия человеческого общества только через взрослого.

А вот дефицит этого общения, ласки и любви нарушают развитие маленького человека. Ведь именно в эмоциональном общении с близкими взрослыми закладываются основы будущей личности!

Современные исследования показывают, что стиль родительского взаимодействия непроизвольно и бессознательно запечатлевается в психике ребёнка в дошкольном возрасте.

Стиль общения взрослого с ребенком бывает:

1. Авторитарный (я выше, лучше, сильнее, старше, умнее, а ты хуже, ниже, слабее, глупее и я знаю, что лучше для тебя!)
2. Либерально-попустительский (мне все равно, делай что хочешь)
3. Демократичный или «Личностно центрированный» (мы на равных, то есть, ставящим в центр внимания личность того человека, с которым ты сейчас общаешься)

 «Проблемные», непослушные», «гиперактивные», «агрессивные» дети, так же как дети «неуверенные», «тревожные», - всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.

Родителям, также стоит помнить о том, что теплые, партнерские отношения мамы и папы это залог эмоционального благополучия ребенка и важнейшее условие его развития. Очень важно, чтобы в семье каждый мог слушать и слышать другого, уметь искренне выражать свои чувства и эмоции, взаимовыгодно разрешать конфликты и уважать достоинство другого.

**5. Обсуждение в кругу «Безусловная любовь…»**

**Цель: поговорить о способах выражения безусловной любви  к своему ребенку, способах принятия его; а также как правильно выражать недовольство ребенком, не задевая его чувств.**

Вопросы к участникам:

**- Как вы думаете, как же надо общаться с ребёнком?**(2-3 ответа родителей)

В первую очередь нужно принять своего ребенка полностью, таким какой он есть, со всеми его послушаниями и капризами, хорошими и «плохими» чертами характера, и не забывать говорить ему про то, как вы его любите. С ребенком важно и нужно говорить на равных, тогда и он будет стремиться к общению.

Мне в этом случае, очень нравятся советы профессора Московского университета Юлии Борисовны Гиппенрейтер в её книге «Общаться с ребёнком. Как?» (очень советуем всем прочитать!)

«Прежде всего надо, безусловно, принимать ребенка – любить не за то, что он умный, спокойный, красивый, а за то, что он Ваш, за то, что он есть!»

Потребность в любви это одна из основных, базовых потребностей каждого человека, а ее удовлетворение для ребенка условие его нормального, полноценного развития.

**- А как же можно выражать свою любовь к ребёнку?**

- Конечно, это и слова любви, и объятия, сказка перед сном, купание в теплой ванне, ваш ласковый взгляд, слова поддержки «Я знаю, у тебя все получится!», одобрения «Ты у меня самый хороший, любимый, способный, умный, красивый!», признания «Ты мне очень нужен, ты мне очень дорог!»

**- Как Вы выражаете своё недовольство ребёнком?**

Кричите на него? Шлепаете? Ставите в угол? Или спокойно объясняете свое недовольство, высказываете СВОИ чувства по поводу ЕГО поведения. И предлагаете альтернативу «плохому» поведению?!

Ведь если мы кричим на ребенка, шлепаем, и даже критикуем, он делает свой собственный маленький вывод: «Меня не любят». И как потом он будет доверять людям, близким, миру….

**6. Упражнение «Я –высказывание»**

**Цель: познакомить родителей с «Я-высказыванием» как эффективном способе выражения своих чувств, особенно негативных.**

Как же лучше объяснить маленькому ребенку что можно, а что нельзя делать, как выразить свое недовольство?

Предлагаю эффективную модель, она называется «Я-высказывание», известная еще и как «Я-сообщение». Это когда вы говорите о своих чувствах ребенку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА, О СЕБЕ, О СВОЕМ переживании, а не о нем, не о его поведении. Эти предложения содержат личные местоимения: я, мне, меня.

Схема «Я-высказывания»:

1. сообщаем о своем чувстве от первого лица  («Я расстраиваюсь… )

2. говорим о причине негативного чувства,  в обобщенной форме (когда дети не убирают за собой игрушки после игры…)

3. говорим о своем желании, пожелании, действии для ребенка (…я бы хотела, чтобы после игры ты клал все игрушки на свое место»)

А сейчас давайте потренируемся, каждому предлагаем ситуацию с ребенком, и вам необходимо высказать свои эмоции и пожелания ребенку от своего имени, используя в «Я-высказывании». (см. Приложение 1)

Счастливость и успешность каждого человека зависит от психологического благополучия той среды, в которой он вырос, живёт, а также от эмоционального багажа, накопленного в детстве.

**7. Упражнение «Чтение сказки»**

**Цель: показать родителям, насколько важен эмоциональный контакт с ребенком, и при чтении художественной литературы.**

Давайте посмотрим, как же мы общаемся с ребенком при чтении художественной литературы, в частности сказок?

Трем участникам 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 эмоционально, используя жесты и мимику, выразительно, практически не смотря в текст.

После прочтения предлагается 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? Каков вывод, как лучше преподносить художественную литературу ребенку?

**8. Упражнение «Вы описываете, ребенок сам себя оценивает».**

**Цель: познакомить родителей со способами поддержки ребенка через похвалу.**

Как же мы хвалим ребенка? Как выражаем ему свое одобрение, поддержку?

Кого и что хвалить — самого ребенка или его дела?

В раннем детстве мы восторгаемся малышом, чтобы он сделал (первые шаги, первые слова) отмечая все его успехи, восхищаемся им самим, а вот в дошкольном возрасте наши слова восхищения и поддержки превращаются, часто в слова осуждения. Например, мы попросили малыша убрать за собой игрушки, он убрал половину и сидит довольный своей «работой», что ж е делаем мы? Хвалим, за то, что УЖЕ сделал или ругаем за то, что он ЕЩЕ не сделал? Задумайтесь над этим.

И вместо того, чтобы осуждать за неудачи, лучше поддержать ребенка за его успехи и достижения, пусть и маленькие!

Есть один замечательный способ похвалить ребенка, безоценочно: «Вы описываете, ребенок сам себя оценивает». Представим ваш ребенок принес домой из детского сада листок, на котором что-то «нарисовано» и спрашивает вас: «Красиво?», можно ответить автоматически: «Да, очень красиво, молодец». Но лучше опишите то, что видите: «Ты нарисовал вот здесь дом…из трубы идет дом…тут интересные завитушки….внизу что-то синее…» И тогда ваш ребенок с радостью подтвердит, что именно это он и нарисовал, а еще подхватит и расскажет, что еще здесь есть. Теперь ребенок свободен и сам оценит свою работу.

Дети сами оценят себя и свои способности, если вы похвалите его за конкретный поступок, поделку, рисунок, действие. Главное - старайтесь замечать все, что у ребенка хорошо получается. Это повысит уверенность ребенка в себе, его самооценку и принятие себя как способного и успешного человека.

**9. Игра «Мой идеальный ребенок»**

**Цель: помочь родителям увидеть своего ребенка через призму положительного взгляда  и сосредоточиться на зоне ближайшего развития ребенка.**

Ведущий предлагает родителям назвать себя от третьего лица и рассказать о своем ребенке в положительном ключе, а нежелательные (по мнению родителей) качества ребенка  перевести по ходу рассказа, в положительные, также можно назвать качества, которых пока еще нет у ребенка, но они обязательно сформируются. Например: «У Наталья Ивановны есть замечательный сын Максимка. Он очень добрый мальчик, помогает маме мыть посуду. Дружно играет с ребятами в детском саду, он лидер, всегда придумывает новые игры, и уже лучше слушается взрослых, он стал более внимательным».

1. **Упражнение «Снежинка».**

*Ведущий:*Сейчас мы с вами выполним интересное упражнение. Главное условие: не смотреть ни на кого и слушать мою инструкцию. Перед вами у каждого на столе лежит 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.Сложите лист пополам.  
6. Оторвите правый верхний уголок

Продолжите эту процедуру, пока она будет возможна. Теперь раскройте свою красивую снежинку. Сейчас я прошу вас найти среди остальных снежинок точно такую же, как и у вас. Снежинки должны быть совершенно одинаковые.

Нашли? Участники отвечают, что не нашли.

*Ведущий:* А почему? Как вы думаете?

Варианты поступают самые разные и постепенно, по мере их поступления, аудитория приходит к выводу: одинаковых людей нет, поэтому и снежинки получились разные, хотя инструкция для всех была совершенно одинаковая.

Этот вывод - начало разговора о том, что дети все разные. Различны их способности, возможности и личностные качества.

**11. Заключение.**

**Цель: подвести итоги круглого стола,  рефлексия.**

Давайте обобщим все сказанное и вместе резюмируем приемы общения с ребенком в семье.

**Рефлексия:** передавая мячик расскажите о своих впечатлениях и чувствах, возникших в течении собрания, как вы себя чувствовали в начале, в процессе, и постарайтесь проанализировать причину их возникновения. Что понравилось? Что запомнилось? Что возьмите себе на заметку и в практику общения со своим ребенком?

Использованная литература:

1. Новикова Л.М., Самойлова И.В. Настольная книга школьного психолога.- М.: Эксмо, 2008 г.
2. В.Сатир Вы и ваша семья: Пер. с англ. Р.Кучкарова. – Издательство [Апрель-Пресс](http://www.ozon.ru/context/detail/id/857641/), [Институт общегуманитарных исследований](http://www.ozon.ru/context/detail/id/856511/), 2011.
3. Ю. Б. Гиппенрейтер Общаться с ребёнком. Как? – Издательство [АСТ](http://www.ozon.ru/context/detail/id/855962/), [Астрель](http://www.ozon.ru/context/detail/id/3165260/" \o "Астрель), 2011. – 240 с.: ил.

Приложение 1.

**Ситуации для упражнения**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Ситуация | Ваше чувство | Я-высказвание |
| Ребенок шалил за столом, и несмотря на предупреждение, пролил чай. |  |  |
| Ребенок собирается в детский сад, одевая грязные брюки. И отказывается одевать другие, чистые. |  |  |
| Вечером предлагаете ребенку убрать за собой игрушки, он отказывается. |  |  |
| Вы входите в комнату (9-й этаж) и видите вашего сына-дошкольника сидящим на подоконнике открытого окна. |  |  |
| Вы ожидаете гостей. Дочь взяла и съела кусок торта, который вы приготовили к торжеству, еще и слизала все «цветочки» с торта. |  |  |
| Вы только что вымыли пол, сын прошел и наследил. |  |  |