Психологическая мастерская «Счастливая семья- союз сердец»

Цель : повышение психолого- педагогической компетенции родителей по вопросам семейного воспитания.

Задачи:

-предоставить информацию о стилях семейного воспитания;

-провести экспресс- диагностику родительских установок, подвести родителей к осознанию связи между стилем воспитания в семье и особенностями поведения ребенка;

-создание оптимальных условий для осознания родителями особенностей их взаимоотношений с детьми, формирование мотивации к их изменению, поиск и апробирование новых способов поведения;

-формирование и развитие навыков рефлексии взаимоотношений с ребенком;

приобретение родителями нового чувственного опыта при взаимодействии с детьми.

Длительность: 60- 80 минут (в зависимости от настроя группы)

Количество участников: 10- 15.

Место проведения: музыкальный зал

Материалы и инструменты: авторучка, цветные карандаши, цветные мелки, магнитики, пластилин, рисунок дерева формата А1, листья деревьев желтого, красного, зеленого, синего, коричневого цвета- по 5 шт. на каждого участника, стулья, столики, доска, корзина, картинки с изображением дивана, телевизора, машины, лопаты, веника, люстры, кошки, чашки, пылесоса, листы бумаги формата А4,карточки разного цвета с изображением маленького и большого круга, презентация для родителей.

Предварительная работа:

-проведение занятия с детьми 5-6 лет на тему «Семья»

-запись видеоинтервью с детьми на тему «Что такое семья?».

Ведущий: педагог- психолог.

Ход практикума.

1.Вступительное слово ведущего. Знакомство с целью и задачами групповой работы, темой и формой проведения занятия.

Гармоничное развитие ребенка возможно при сохранении и укреплении его здоровья, т. е. физического, психического и соци­ального благополучия. При этом ключевое понятие - «психи­ческое здоровье», подразумевающее сбалансированную эмоциональную сферу, развитие характера и формирова­ние личности ребенка, его нормальное нервно-психическое состояние.

Рассматривая семью как важнейшее условие обеспечения психологического благополучия ребенка, полагаем, что:

1. существуют «нормальные» детско-родительские отношения, а также «нарушенные», которые непосредственно обусловливают трудности в развитии ребенка;
2. для благополучного развития ребенка необходимо осознание проблем супружеских и детско- родительских отношений и гармонизация влияния семьи на воспитание ребенка.

Как правило, трудности детей- это проекция отношений в семье. Соотнесение себя и семьи у взрослого и ребенка в известном смысле зеркально: для взрослого семья- производное от «Я», для ребенка «Я»- производное от семьи.

Каждая семья имеет определенную структуру, внутреннюю расстановку и группировку ее членов. Основа жизнедеятельности семьи - межличностные, внутрисемейные и внешние контакты, взаимодействие как в ходе совместной деятельности, так и во вре­мя отдыха, обмена информацией, взаимное воспитательное и мо­билизующее влияние, взаимовыручка, стремление к единству мыс­лей и действий, а также учет индивидуальных особенностей каждого члена семьи.

Важное место в жизнедеятельности полноценной семьи занимает воспитание детей. Его результативность находится в прямой зависимости от многочисленных факторов, влияющих на воспитательный потенциал семьи. В разных категориях семей процесс воспитания детей имеет свои особенности. Поэтому важно не только изучать значимые факторы, но и выявлять их взаимозависимость и связь с эффективностью воспитательного процесса.

Далее ведущий объявляет тему практикума, его цели, задачи и предлагает перейти к выполнению упражнения «Чудо- дерево»

2.Упражнение «Чудо- дерево»

Цель: знакомство участников, разрядка обстановки.

Инструкция. Ведущий и родители встают в круг Каждому участни­ку предлагается выбрать листик того цвета, который у него ассоции­руется с его семьей, написать на нем свое имя (или имя и отчество, если как участник хочет, чтобы к нему так обращались) и прикрепить на дерево. Прикрепляя листик на дерево, каждый участник называет свое имя (имя, отчество) и цвет, например: «Меня зовут Таня, мой цвет - желтый. Он похож на ... (называет, на что он похож) в моей се­мье». Каждый участник практикума высказывается о своем выборе

После выполнения упражнения ведущий делает вывод: «По­смотрите, какое разноцветное дерево у нас получилось. На нем можно увидеть листья разного цвета: желтого, красного, коричне­вого, зеленого. Все листья разные. Точно так же и семьи - все раз­ные. Одинаковых семей быть не может. У каждой семьи бывает раз­ное настроение (веселое, грустное, спокойное), как и у нашего "Чудо-дерева"».

3.Разговор в кругу «Ожидание от предстоящей работы»

Инструкция. Участники по очереди высказывают свои ожидания от работы в группе, определяют, на сколько процентов ждут получения для себя полезной информации и насколько готовы вложиться.

4. Упражнение «Корзина»

Цель: развитие коммуникативных навыков участников.

Инструкция. В руках у ведущего корзина, в которой лежат картинки с изображением дивана, телевизора, машины, лопаты, веника, люстры, кошки, чашки, пылесоса. Каждый участник по очереди вынимает одну картинку и называет возможные (не 'менее двух) варианты применения в семье изображенного предмета.

После того как упражнение выполнено, ведущий предлагает по­размышлять над понятиями «семья» и «семейные отношения»: «Как вы думаете, что такое "семья"? А что такое "семейные отношения"? (Участники практикума предлагают варианты ответов.)

Семья - один из древних социальных институтов. Она возникла намного раньше религии, государства, армии, образования.

Семья характеризуется взаимоотношениями родителей и де­тей; их эмоциональными проявлениями; принятыми в семье нор­мами поведения. Благополучие семьи определяется доброжела­тельностью ее членов друг к другу; стремлением взять ответственность на себя; умением каждого отнестись к себе кри­тически.

Дошкольники склонны к подражательности. Находясь рядом с родителями, они копируют жесты, мимику, речь, манеры поведе­ния, вкусы, привычки близких.

У всех родителей современных дошкольников преобладает оценочная позиция. Они, прежде всего, ориентированы на какие-либо конкретные качества и достижения ребенка, которые хотят видеть в нем».

4.Упражнение- разминка «Группировки»

Инструкция. Участникам предлагается, молча, с помощью невербального общения объединиться:

1)в зависимости от количества детей в семье;

2)в зависимости от пола детей в семье:

- в семье только девочки (мальчики);

- в семье и девочки, и мальчики;

3)тем, кто каждый день играет с ребенком;

4)тем, у кого хорошие взаимоотношения с детьми.

После игры проходит обсуждение.

5. Упражнение «Что такое семья?»

Цель: развитие коммуникативных навыков участников.

Инструкция. Жеребьевкой (выбрав карточку синего или красного цвета) участники делятся на две команды - «дети» и «взрослые». Каждой команде предлагается заполнить бланк.

|  |  |
| --- | --- |
| Варианты ответов | |
| дети | родители |

Задание ведущего: «Мы часто используем слово "семья". Поду­майте и запишите на своих бланках слова-ассоциации или слово­сочетания, которые могли бы сказать дети и взрослые о семье. Ко­манда "взрослых" выполняет задание с позиции взрослых, а команда "детей" с позиции детей».

Примечание. На выполнение задания отводится 2 минуты.

После выполнения задания каждая команда представляет свои варианты. Психолог обобщает все высказывания и делает вывод, например семья - это:

• поддержка;

• взаимопонимание;

• взаимная любовь;

• забота;

• ответственность;

• родные, близкие;

• совместные игры.

6.Диагностическое упражнение «Идеальный родитель»

Инструкция.Участникам предлагается методом «мозгового штур­ма» составить словесный портрет «идеального родителя». Ведущий записывает повторяющиеся высказывания родителей на доске.

Затем на рисунке, где изображены расходящиеся от центра к краям круги (подобие «мишени»), каждому участнику предлагает­ся поставить любой знак синим фломастером там, где он, по соб­ственному мнению, находится относительно центра круга. Центр символизирует «идеального родителя» со всеми перечисленными качествами. Далее предлагается подумать и предложить, где они окажутся после прохождения практикума, поможет ли он приблизиться к центру. Это место - предполагаемая цель, конечный ре­зультат, его нужно отметить красным цветом.

В заключение каждому родителю предлагается определить и записать 2-3 качества, необходимых для достижения поставлен­ной цели.

7.Мини- лекция «Стили воспитания

Чтобы приблизиться к «идеальному родителю», нужно научить­ся соблюдать правило трех «П»: принятие, признание, понимание.

Сегодня мы с вами поговорим о характере ребенка. Характер -это результат семейного воспитания, и его зачатки можно увидеть уже на третьем году жизни ребенка. Стиль семейного воспита­ния - это наиболее характерные способы общения родителей с ребенком, использование ими определенных средств и методов педагогического воздействия, которые выражаются в своеобраз­ной манере словесного взаимодействия. В каждой семье свой стиль общения. Собственно, умение взаимодействовать с детьми очень важно. Вы можете спросить себя, как найти время для обще­ния, ведь сегодня слишком высокий темп жизни, все происходит в спешке. Вспомните, как начинается утро в вашем доме. Утром вы даете детям наставления, напоминая, как они должны вести себя в течение дня. В следующий раз встречаетесь с детьми уже вече­ром. Совместный ужин, разговор создают семейный комфорт. Именно такие минуты могут сплотить и укрепить семью. Однако опять общение ограничивается короткими фразами. Разве можно нормально поговорить, когда включен телевизор и какая-то жен­щина уже третий раз рекламирует стиральный порошок?

Исследователи утверждают, что родители разговаривают с детьми примерно 20 минут в день. Из них 10 минут приходится на раздачу указаний. Ученые определили, что существует несколь­ко моделей общения, а значит и воспитания: авторитарный, демо­кратический, попустительский, хаотический и опекающий.

Авторитарный стиль (в терминологии других авторов - автокра­тический, диктат, доминирование) - все решения принимают ро­дители, считающие, что ребенок во всем должен подчиняться их воле, авторитету. Родители, склонные к авторитарному стилю, при­держиваются карательно-насильственной дисциплины, чрезмер­но контролируют все поступки ребенка, требуют от него покорно­сти, нетерпеливы к детским недостаткам. Они ограничивают самостоятельность ребенка, не считают нужным обосновывать свои требования, сопровождая их жестким контролем, суровыми запретами, выговорами и физическими наказаниями. Если матери склонны к более «разрешающему» поведению, то авторитарные от­цы твердо придерживаются избранного типа родительской власти. Вследствие этого у ребенка развивается неуверенность в себе, страх, мстительность, агрессивность по отношению к слабым, зани­женная самооценка. Авторитарный стиль воспитания в семье вы­зывает у детей отчуждение от родителей, чувство своей нежела­тельности в семье. В подростковом возрасте авторитарность родителей порождает конфликты и враждебность. Активные, силь­ные дети сопротивляются и бунтуют, становятся избыточно агрес­сивными и нередко покидают родительский дом, как только могут себе это позволить. Робкие, неуверенные - приучаются во всем слушаться родителей, не совершая попыток решать что-либо само­стоятельно. При таком воспитании у детей формируется лишь меха­низм внешнего контроля, основанный на чувстве вины или страха перед наказанием, и как только угроза наказания извне исчезает, поведение подростка может стать потенциально антиобщественным.

Попустителыкий стиль (либеральный, снисходительный, гипоопека) - ребенок должным образом не направляется, практически не знает запретов и ограни­чений со стороны родителей или не выполняет указаний родите­лей, для которых характерно неумение, неспособность или нежела­ние руководить детьми. Родители с либеральным стилем воспитания почти не контролируют поведение ребенка. Проявлениями либе­рального стиля могут быть вседозволенность, выполнение всех же­ланий ребенка, неоправданная идеализация его родителями.

При таком воспитании у ребенка может формироваться чрез­мерное самолюбие, происходить задержка в эмоциональном раз­витии, возникать отчаяние, недоверие к взрослым, озлобленность, разочарование. Могут проявляться также инфантильность, эгоизм, упрямство, капризность, завышенная самооценка.

Становясь взрослыми, такие дети конфликтуют с теми, кто не потакает им, не способны учитывать интересы других людей устанав­ливать прочные эмоциональные связи, не готовы к ограничениям и ответственности. С другой стороны, воспринимая недостаток руководства со стороны родителей как проявление равнодушия и эмоционального отражения, дети чувствуют страх и неуверенность.

Неспособность семьи контролировать поведение ребенка может привести к вовлечению его в асоциальные группы, поскольку психологические механизмы, необходимые для самостоятельного, ответственного поведения в обществе, у него не сформировались..

Н  
Е  
П  
Р  
Е  
Д  
С  
К  
А  
З  
У  
Е  
М  
О  
С  
Т  
Ь  
Р  
О  
Д  
И  
Т  
Е  
Л  
Ь  
С  
К  
И  
Х   
Р  
ЕАКЦИЙ ЛИШАЕТ РЕБЕНКА ОЩУЩЕНИЯ   
СТАБИЛЬНОСТИ И ПРОВОЦИРУЕТ ПОВЫ-   
ШЕННУЮ ТРЕВОЖНОСТЬ, НЕУВЕРЕН-   
НОСТЬ, ИМПУЛЬСИВНОСТЬ,

Хаотический стиль ( непоследовательное руководство)- это отсутствие единого подхода к воспитанию, когда нет ясно выраженных, определенных, конкретных требований к   
ребенку или наблюдаются противоречия, разногласия в выборе воспитательных средств между родителями. При таком стиле воспитания фрустрируется одна из важных базовых потребностей личности - потребность в стабильности и упорядоченности окружающего мира, наличии четких ориентиров в поведении и оценках.

Непредсказуемость родительских реакций лишает ребенка ощущения стабильности и провоцирует повышенную тревожность, неуверенность, импульсивность, а в сложных ситуациях даже агрессивность и неуправляемость, социальную дезадаптацию.

При таком воспитании не формируются самоконтроль и чувство ответственности, отмечаются незрелость суждений, заниженная самооценка.

Опекающий стиль (гиперопека, концентрация внимания на ребенке) - стремление постоянно быть около ребенка, решать за него все возникающие проблемы. Родители бдительно следят за поведением ребенка, ограничивают его самостоятельность,тревожатся, что с ним может что-то произойти.

Несмотря на внешнюю заботу, опекающий стиль воспитания приводит, с одной стороны, к чрезмерному преувеличению собственной значимости у ребенка, с другой - к формированию у него тревожности, беспомощности, запаздыванию социальной зрелости.

8.Упражнение «Хорошо и плохо»

Инструкция. Участникам предлагаются для обсуждения детские рисунки на тему «Моя семья», отражающие четыре стиля воспитания. Участники делятся на две команды. Задача первой- назвать плюсы каждого из обсуждаемых стилей воспитания. Задача второй – назвать минусы.

9.Тест «Ваш стиль общения и воспитания»

-Исследование особенностей эмоциональной стороны детско- родительского взаимодействия (ОДРЭВ) Е.И. Захаровой

-Опросник АСВ (Э.Г. Эйдемиллера)

-Опросник «Взаимодействие родителя с ребенком» (ВРР) Марковской.

-Тест- опросник родительского отношения А.Я. Варга, В.В. Столин.

-Методика «Рисунок семьи»

-Методика «Игра в семью»

10.Мини- лекция «Принцип безусловного принятия»

Поведе­ние ребенка - это отзеркаливание стиля вашего с ним общения и вос­питания. Вам необходимо признать свои недостатки и научиться принимать ребенка таким, какой он есть. Безусловно, принимать ре­бенка - значит, любить его не за то, что он красивый, умный, способ­ный, отличник, помощник и т д., а просто так, просто за то, что он есть! Нередко можно слышать от родителей: «Если ты будешь хорошим мальчиком (девочкой), то я буду тебя любить». Или: «Не жди от меня хорошего, пока ты не перестанешь лениться (драться, грубить), не начнешь хорошо учиться (помогать по дому, слушаться)». Прислуша­емся: в этих фразах ребенку прямо сообщают, что его принимают ус­ловно, что его любят (или будут любить), «только если...». Условное, оценочное отношение к человеку вообще характерно для нашей культуры. Такое отношение внедряется и в сознание детей.

Удовлетворение потребности в любви - необходимое условие нормального развития ребенка. Потребность в любви, в принад­лежности, т. е. нужности другому - одна из фундаментальных у че­ловека. Она удовлетворяется, когда вы сообщаете ребенку, что он вам дорог, нужен, важен, что он просто хороший. Такие сообщения содержатся в приветливых взглядах, ласковых прикосновениях, прямых словах: «Как хорошо, что ты у нас родился», «Ты мне нравишься», «Я люблю, когда ты дома», «Мне хорошо, когда мы вместе»…

Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендовала обнимать ребенка несколько раз в день, говоря, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживав а для хорошего самочувствия нужно не менее восьми объятий в день! И между прочим, не только ребенку, но и взрослому. Конечно, ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они его питают эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков - появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не ребенком в целом. Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы они ни были нежелательными или «непозволительными».

Задание на дом:

-проанализировать, насколько удается принимать своего ребенка. В течение нескольких дней подсчитать, сколько раз вы обратились к ребенку с положительными высказываниями (радостным приветствием, поддержкой) и сколько - с отрицательными (упреком, замечанием, критикой);

-обнимать своего ребенка не менее 4 раз в день (обычные утренние приветствия и поцелуи на ночь не считаются);

-выполняя первые два задания, обратить внимание на реакции ребенка и на свои собственные чувства.

11.Метафорическое упражнение с пластилином

Слово педагога- психолога: «Чтобы работать с пластилином, необходимо его предварительно разогреть. Если времени мало, а результат нужно получить быстро , то приходится применять физическую силу, тратя много энергии. Но если спешить некуда, то теплом тела можно разогреть пластилин, размять, чтобы он стал пластичным, и из него можно было лепить, все что захочется, скульптура будет гладкой и красивой.. Представьте себе, что душа ребенка – как пластилин: каждый негативный поступок, сгоряча сказанные слова родителей также оставляют след, а может и рубец на его душе. Задумайтесь, что с ней будет, когда ребенок вырастет».

Инструкция. Участникам раздается пластилин и предлагается поработать с ним – размять, почувствовать его фактуру, что- то слепить. После выполнения задания проводится рефлексия.

12.Упражнение «Поиграй со мной»

Инструкция. Участники делятся по парам, где один- «родитель», другой- «ребенок». «Родитель» очень занят, «ребенок» просит поиграть с ним. Задача: необходимо ответить так, чтобы не нанести душевную травму «ребенку», не обидеть его.

По оканчанию упражнения проводится рефлексия.

13.Упражнение «Чего хотят дети?»

Примечание. Для упражнения понадобится рисунок сердца, разрезанный на части (по количеству родителей). Каждая часть нумеруется- чтобы в дальнейшем было удобнее и легче собрать мозаику.

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

Инструкция. Участники записывают свои ответы на розданных им частях сердца, после чего зачитывают и анализируют написанное. Затем педагог- психолог предлагает из полученных частей собрать мозаику и делает вывод: «Чего на самом деле хотят дети- это много любви, тепла и ласки».

14. Завершение практикума

Ведущий и родители располагаются по кругу. Ведущий подводит итоги, просит участников поделиться своими ощущениями, эмоциями, пожеланиями; предлагает взрослым хоть иногда опускаться на уровень детей, смотреть на мир с высоты их роста, лет, их хоть и маленького, но своего собственного опыта. В завершение ведущий рассказывает притчу:

«Идет прохожий и видит - люди что-то строят.

- Что ты делаешь? - спрашивает он одного каменщика

- Я укладываю кирпичи, - отвечает тот.

- А ты что делаешь? - спрашивает он второго.

- Я возвожу стену, - отвечает второй.

- А ты что делаешь? - спрашивает от третьего.

- Я строю Храм, - был ответ.

Когда мы строим "дом", в котором будет жить наш ребенок, важно заботиться о качестве "кирпичей" и правильности их укладки" От нас зависит, насколько этот Храм будет наполнен светом радости».

15. «Обратная связь»

Инструкция. Участникам предлагается по кругу рассказать о своих впечатлениях от занятия, определить, какой процент полезной информации они получили, насколько оправдались их ожидания.

Педагог- психолог раздает каждому участнику памятку «Что делать и не делать с ребенком дошкольного возраста».(Приложение 1)

16. Ритуал прощания.

Педагог- психолог предлагает участникам тренинга попрощаться друг с другом, произнося «до новых встреч» с присущей только ему (участнику) интонацией.

Приложение 1

Что делать и не делать с ребенком дошкольного возраста

Делайте:

1. Будьте всегда в форме, подтянуты и в хорошем настроении.
2. Радуйтесь вашему сыну, дочке.
3. Разговаривайте с ребенком заботливым, ободряющим тоном.
4. Когда ребенок с вами разговаривает, слушайте внимательно, не перебивая. Установите четкие и определенные требования к нему.
5. Ваши объяснения должны быть простыми и понятными.
6. Говорите четко, ясно.
7. Будьте терпеливы.
8. Сначала спрашивайте «Что?», а потом «Зачем?» и «Почему?»
9. Каждый день читайте ребенку и обсуждайте прочитанное.
10. Поощряйте любопытство, любознательность и воображение вашего ребенка. Чаще хвалите его.
11. Поощряйте игры с другими детьми.
12. Заботьтесь о том, чтобы у ребенка были новые впечатления, о которых он мог бы рассказать.
13. Старайтесь, чтобы ребенок вместе с вами что- то делал по дому.
14. Приобретайте диски, кассеты с записями любимых песенок, стихов и сказок ребенка: пусть он слушает их снова и снова.
15. Старайтесь проявить интерес к тому, что ему нравится делать (коллекционировать, рисовать).
16. Будьте примером для ребенка: пусть он видит, какое удовольствие вы получаете от чтения журналов, книг.
17. Не теряйте чувство юмора.
18. Играйте с ребенком в разные игры.

19.Задавайте себе вопросы:

-Какое впечатление я произвожу на ребенка?

-Веду ли я себя с ним достаточно непринужденно и свободно?

-Чувствует ли ребенок себя со мной свободно?

-Достаточно ли развито у меня умение располагать его к себе?

-Могу ли я говорить с ребенком на любые темы?

-Удается ли мне убедить ребенка или я чаще приказываю?

-Бывают ли ситуации, в которых ребенок неохотно общается со мной?

20.Чаще советуйтесь со специалистами, другими родителями, читайте книги по вопросам воспитания.

Не делайте:

1. Не перебивайте ребенка, не говорите, что вы все поняли, не отворачивайтесь, пока ребенок не закончил рассказывать, другими словами, не давайте ему заподозрить, что вас мало интересует то, о чем он говорит.
2. Не задавайте слишком много вопросов.
3. Не принуждайте ребенка делать то, к чему он не готов.
4. Не заставляйте ребенка делать что- нибудь, если он вертится, устал, расстроен.

Не требуйте слишком многого- должно пройти время, прежде чем ребенок приучится самостоятельно убирать за собой игрушки или приводить в порядок свою комнату.

1. Не следует постоянно поправлять ребенка, то и дело повторяя: «Не так, переделай»
2. Не критикуйте ребенка в присутствии других людей
3. Не придумывайте для ребенка множество правил: он перестанет обращать на них внимание.
4. Не сравнивайте ребенка с кем бы то ни было: ни с его братом (сестрой), ни с соседями, ни с его приятелями или родственниками.
5. Не находитесь на глазах у ребенка без дела.
6. Если есть сомнения по поводу того, как поступить, не торопитесь.