

Конспект тренинга для родителей.

Тема тренинга: «Безусловная любовь»

Цель тренинга: помочь родителям проанализировать свое родительское поведение, заострить внимание на положительных моментах воспитания ребенка, формах проявления любви к нему.

Ход тренинга.

Хотите ли Вы не хотители,
Но дело, товарищи в том,
Что прежде всего Вы родители,
А всё остальное потом...

- Добрый день, уважаемые родители! Мне очень приятно видеть вас вновь. Цель нашей встречи - выстраивание доброжелательных отношений с детьми. Давайте поприветствуем, друг друга доброй улыбкой.

Одним из важных факторов доброжелательных взаимоотношений с детьми является безусловное принятие.

Что, значит, принимать ребенка безусловно? Это, значит, любить его просто потому, что он есть, ведь когда он родился, родители ничего от него не требовали и не ждали. Они просто хотели, чтобы он был здоровенький и счастливый, улыбались ему, качали его, обращали на него внимание всякий раз, когда это было ему необходимо.

А сейчас он подросток и изменился и отношение к нему меняется — это верно. Но, бывает, настолько, что трудно поверить, что он для родителей в радость.

Я предлагаю сейчас разыграть сценку, которая называется «Ребенок статуя», с тем, чтобы воочию убедиться, насколько и в какой мере изменяются тон голоса и содержание слов, произносимых родителями.

Для этого нужен один желающий, который сыграет роль ребенка.
. Выберите среди присутствующих любого, в ком вы видите поддержку. (Тот, кого выбрали, становится за спиной "ребенка", приложив руки к его спине, и не отпускает его во время всего действия).

Уважаемые участники прошу вас выбрать карточку. На каждой из них вы видите номер, указывающий на очередность в которой вы будете исполнять роль мамы в нашей сценке, каждый из вас получит возможность поучаствовать и сказать фразу, которая написана на вашей карточке.

И так Вы и ваша маленькая дочь, спешите в детский сад, вам надо успеть на автобус. Она - энергичный, любознательный ребенок, задающий много вопросов.

- Мама, что там такое посмотри! - говорит она

- (1 родитель) Некогда, смотри под ноги, вечно ты спотыкаешься! Что ты крутишь головой? **Перестань глазеть!** (завязываете глаза лентой).

- И вы дальше спешите в детский сад. Забегаете в автобус, встречаете там свою знакомую, начинаете с ней обсуждать прошедший день. Дочь внимательно слушает, а потом начинает задавать вопросы:

- Мама, ты слышала, как пропела птичка? Кто такой дядя Саша?

- (2 родитель) Ты, что вмешиваешься во взрослый разговор? И, вообще ты чего уши развесила, как не стыдно подслушивать? **Закрой быстро уши!** (завязываете уши ленточкой).

- Вы выходите из автобуса, и бежите с дочерью по дороге. Опаздываете:

- Ой, какой сегодня день будет! Мам, меня Вика ждет, мы с ней будем играть, я ей пообещала.....

- (3 родитель) Отстань некогда сейчас, мы опаздываем! Что ты разболталась? **Быстро рот закрой!** (завязываете рот)

- И вы двигаетесь дальше. Девочка уже молчит, но начинает поднимать на ходу какую-то веточку. Вы бьете ее по рукам и начинаете ругать:

- (4 родитель) Что у тебя за руки, вечно ты их суешь куда-то! Выброси, я тебе сказала! **Убери руки!** (завязываете руки лентой).

Но тут дочь начинает скакать и задирать ноги. Вы в ужасе кричите на нее:

- (5 родитель) Ты где этому научилась? Это что еще такое? Перестань дрыгать ногами! **Стой смирно!** (И завязываете ноги)

- Смотрите на часы, нервничаете, и начинаете подгонять ребенка:

- Что ты тянешься, копуша, делай шаг шире, ты, что ходить разучилась? Иди быстрее! Дай руку! Гляди на дорогу не спотыкайся! Да не молчи ты, я с тобой разговариваю (прошу всех присутствующих произнести громко те фразы, которые выделены). Не смотри! Не слушай! Не говори! Убери руки! Стой смирно! (родители произносят все фразы одновременно)

И ребенок начинает плакать. А вы говорите:

- (6 родитель) Что ты плачешь? Нечего реветь! Я кому сказала - **перестань реветь!** (на этих словах вы сильно перевязываете живот).

И так, мы недовольны всем, что делает ребенок, забыв о том, что сами же все ей «завязали», да еще хотим, чтобы у нее все получалось, и причем — обязательно хорошо.

Дотрагиваясь до ребенка я спрашиваю,

- Что бы вы хотели прежде всего развязать?

Обращаясь к публике,

- Как видите - это живот. Ей все запретили, да еще и плакать нельзя, то есть наложили запрет на чувства. Ребенку это труднее всего перенести. Каждый имеет право чувствовать то, что он чувствует. Но родители часто стремятся отобрать у ребенка это право.

Я предлагаю каждому из вас развязать ту часть тела, которую вы «завязали» своими словами.

И, когда все уже развязано, я говорю: Спасибо!

А сейчас давайте спросим нашего ребенка, как он себя чувствует?

- Что вы чувствовали на протяжении всего действия?

- О чем вы думали?

- Каково вам было, когда все вокруг начали вам приказывать?

Я благодарю «поддержку» и прошу занять место.

а затем беру за руку того родителя, который исполнял роль ребенка, и говорю: «Вот в такое состояние мы вгоняем своего родного мальчика или девочку и при этом преследуем благородные цели воспитания.»

Как Вы думаете, может ли ребенок развиваться в таком состоянии? После всего этого мы продолжаем "воспитывать" своих детей, читая нотации. Мы не довольны всем, что делает ребенок, забыв о том, что это всего лишь ребенок и ему нужна наша помощь и поддержка.

Чем же помочь?

Объятия:

- Если вы видите своего ребенка в таком состоянии, первое, что вы можете и должны сделать, - это обнять его, прижать к себе и держать возле себя столько, сколько нужно ребенку. (Обнимаю того родителя, который исполнял роль ребенка). Когда ему будет достаточно, он сам отойдет. Вы просто его обнимайте.

- Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендует обнимать ребенка несколько раз в день. Она считает, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия необходимы восемь объятий в день! А для того, чтобы ребенок развивался интеллектуально - 12 раз в день! И, между прочим - не только ребенку, но и взрослому.

Ребенку знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища, растущему организму. Они питают его эмоционально, помогая психологически развиваться. Если он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, переходящие в нервно-психические заболевания.

(слайды с картинками объятий)

Мы обратились к ошибкам семейного воспитания, а теперь давайте рассмотрим наши достоинства, которых, я убеждена, намного больше.

Возьмите на столе листы бумаги с нарисованными на них солнышками. В центре круга напишите свое имя. Теперь на каждом из пяти лучиков запишите ответ на вопрос: "Чем я согреваю своего ребенка, как я проявляю к нему свою любовь?" (*Например, улыбкой, добротой, я часто обнимаю своего ребенка, зная как это важно для него*).

Я очень рада, что каждый из вас нашел столько тепла в своей душе. Наша встреча подходит к кону...

- Давайте сейчас поделимся своими впечатлениями по такой схеме:

1. Я узнала:

2. Меня заставило задуматься то, что:

Уважаемые родители, вы должны знать – нет готовых рецептов в воспитании, есть только советы, рекомендации. И только чуткие сердца ваши найдут правильное решение.

- Спасибо за активную работу! До свидания!