**Тренинг для родителей**

**"Тропинка родительской любви"**

**Воспитатель Гостева Н.Н.**

**РМБДОУ «Знаменский детский сад «Ромашка»**

**Р.п. Знаменка**

**Участники:** группа родителей младшей группы 8-15 человек.

**Цель тренинга -** способствование улучшению детско-родительских отношений и формирование навыков эффективного взаимодействия.

**Задача** – показать родителям степень понимания своего ребенка, помочь глубже осознать свои отношения с детьми и эмоционально обогатить их.

**Оборудование:**бейджики (по кол-ву участников), магнитная доска, проектор, магнитофон, музыкальные записи, бумага ф. А4, карандаши (фломастеры), картинка тропинки, солнышка, ромашка на ватмане ( родители пишут свои имена)

**Время:** 1–1,5 часа.

**Место проведения:** музыкальный зал.

**Ход тренинга**

Звучит легкая музыка. Родители по приходу записывают свои имена на лепестках и **рассаживаются по обе стороны** (общая визитка)

**Ведущий.** Добрый день, дорогие родители. Я благодарю вас за то, что вы нашли время, чтобы прийти в детский сад. Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу.

В ходе работы нам предстоит друг с другом общаться, поэтому просьба ко всем участникам: прикрепить **визитки-бэйджики**, чтобы все знали, как к вам обращаться.

Наше сегодняшняя встреча пройдет в форме «тренинга». Тренинг –это такое мероприятие, в ходе которого участники получают не только теоретические знания, но и выполняют практические упражнения.

**Тема тренинга:** «Тропинка родительской любви».

**Коммуникативная игра с мячом**

А сейчас теснее встанем все вместе в круг. Вытяните руки вперед. У меня в руках мяч. Давайте не дадим ему упасть, пусть он прокатиться по нашим ладошкам. Хорошо. А теперь в другую сторону. Спасибо. Скажите, что вы почувствовали, выполняя это упражнение? Попрошу каждого сказать хотя бы одно предложение. Родители высказываются по кругу: «Я боялась, что мяч у меня выскользнет», « Интересная игра», « Это достаточно сложно»,

«Мне понравилась такая игра», «Детям, наверное, нравится играть в такую игру», « Вовремя успела подхватить мяч, и он не упал»…

Какое настроение у вас?

Посмотрите, как дружно сработала наша группа! (приглашаю занять свои места)

**Основная часть**

***Ведущий.***

Вот в такой доброй и теплой атмосфере, наверное, и следует говорить о самом важном в жизни каждого человека – о родительской любви. Все считают себя любящими родителями, и это вполне естественно. Мы действительно обожаем своих детей, и лучшее подтверждение этому то, что мы чувствуем в душе постоянную любовь. Но детям важно еще одно – как мы проявляем это чувство.

Родительство, наверное, является наиболее глубокой ответственностью, которую только может принять на себя взрослый человек.

Особой ролью родительской деятельности является умение любить и воспитывать своих детей, а также формировать в них чувства высокого самоуважения и уверенности в себе.

Общение и отношения с другими людьми зарождаются и развиваются в детском возрасте.  Для ребенка взрослые являются образцом во всем. Дети хорошо усваивают то, что представлено наглядно, все хотят познавать на собственном опыте. Особенно привлекают те действия, которые взрослые пытаются скрыть от детей. Запоминают малыши не все, а только то, что их поразило. Дети всегда стараются подражать взрослым, что порой бывает опасно. Не умея отличать плохое от хорошего, они стремятся делать то, что взрослые запрещают им, но позволяют себе. В связи с этим в присутствии детей нужно воздерживаться от таких действий и поступков, которые не могут послужить для них хорошим примером.

Речь детей лучше развивается в атмосфере любви, спокойствия, когда взрослые внимательно слушают их, общаются с детьми, читают им сказки и обсуждают прочитанное.

Если ребенок не ощущает чуткости и любви со стороны окружающих, то у него возникает недоверчивое отношение к миру, а возможно и ощущение страха, которые могут сохраниться на всю жизнь. В процессе развития коммуникативных навыков ребенка, большое внимание необходимо уделять формированию личностных качеств малыша, его чувствам, эмоциям. Когда люди счастливы и находятся в мире с самими собой, они переносят эти чувства на взаимоотношения с окружающими.

Сегодня мы с вами должны понять, что родительская любовь принесет ребенку гораздо больше счастья, если он будет постоянно видеть, что она  проявляется в отношениях родителей не только к нему, но и друг к другу, и ребенок должен чувствовать любовь.

«Счастье – это когда тебя любят и понимают», а это понимание не приходит само собой, ему нужно учиться.

Итак, давайте пойдем с вами по тропинке родительской любви.

Рассаживаясь по двум сторонам , мы таким образом поделились на две рабочие группы.

**Правила работы в группе.**

**Ведущий**. Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определенных правил.

Мы создадим атмосферу безопасности, доверия, открытости. Это позволит вам экспериментировать, не стесняясь ошибок.

Правила напечатаны и выведены на экран,  давайте обсудим и выберем те, которые подходят нам для эффективного взаимодействия:

* Обращение по имени.
* Не давать друг другу оценок, никого не обсуждать.
* Слушать, не перебивая.
* Правило участия – я принимаю участие во всех играх.
* Правило спасательного круга – если мне трудно во время тренинга, я могу взять паузу (\_\_раз).
* Правило хорошего настроения.
* \_\_\_\_\_\_\_\_(могут добавлять участники тренинга свои правила).

Итак, правила поведения на тренинге мы определили. Возможно, кто-то хочет внести коррективы?

**Упражнение « Символ нашей семьи»**

**Ведущий.** Уважаемые родители! Перед вами стикеры, вырезанные в форме сердца. Нарисуйте или напишите символ, который характеризует Вашу семью. Далее следует озвучить символ и прикрепить к плакату «Тропинка родительской любви», на котором изображена тропинка, протянувшаяся от дома ввысь. Стикеры надо прикрепить в начале пути, около дома.



**Упражнение «Погружение в детство»**

*Звучит тихая, легкая музыка.*

**Ведущий.** Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию: оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство – в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам три-четыре года. Можно представить себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице. Вспомните , что на вас надето, какая обувь, одежда. Вам весело, вы идете по улице, а рядом с вами близкий человек. Кто это? Вы берете его за руку и чувствуете ее тепло и надежность. Затем вы отпускаете руку и убегаете весело вперед, но недалеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете глаза и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему, снова берете за руку, идете дальше и вместе с ним смеетесь над тем, что произошло.

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.

**Рефлексия**

– Удалось ли окунуться в детство?

– Почувствовали ли вы надежное плечо, сопровождающее вас в детстве?

– Что для вас значит «надежное плечо»?

– Какие чувства у вас были, когда вы потеряли поддержку?

– Что хотелось сделать?

Так пусть же ваши дети постоянно чувствуют рядом надежное плечо!

**Упражнение «Ролевые игры»**

*Задание для группы №1.*

Выбирается родитель и ребенок.

От имени ребёнка расскажите, как умудрились намочить всё, что только было возможно из своей одежды в единственной весенней луже, в тот момент, когда мама разговорилась с неожиданно подошедшей подругой. Подсказка: рассказывайте от имени ребёнка, озвучивая возможный ход его мыслей.

И реакция мамы, когда она увидела промокшего ребенка…

Резюме. Я думаю, напоминание об этой возможности взрослых – проникать в мир детей, поможет грамотнее организовывать процесс воспитания, плодотворнее построить взаимодействие в семье.

*Задание для группы №2.*

Выбирается родитель и ребенок.

К родителю: Вы очень спешите, прибежали в детский сад за своим ребёнком. На улице Вас ждёт машина, а дочь (сын) капризничает, не хочет одеваться.

Ваша реакция, действия и т.д.?

Резюме. Данные ролевые игры не только иллюстрируют возможные ситуации, но и позволяют задуматься каждому, а как бы я поступил, реагируя на поведение моего ребёнка, чему бы я смог его научить.

**Упражнение для поднятия настроения, снятие усталости.**

***Звучит музыка. Родители вместе с ведущим исполняют «Танец Маленьких утят».***

**Упражнение «Ассоциации»** (3-5 минут)

Наша цель воспитать счастливого ребенка. Кто может воспитать счастливого ребенка. Кто такой счастливый ребенок? Кто такой эффективный родитель? На эти вопросы мы ответим, поработав в группах.

1 группа - Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово "счастливый ребёнок".

2 группа - Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово «эффективный родитель»

**(любящий, терпеливый, честный, искренний, ненавязчивый,**

**уверенный в себе, дипломатичный, строгий в сочетании с мягкостью,**

**тактичный, аккуратный, последовательный, требовательный)**

Обсуждение.

Самые важные учителя для детей – родители. Родительский дом – это первая школа для ребенка. Семья оказывает огромное влияние на то, что малыш будет считать важным в жизни, на формирование его системы ценностей. Сколько бы человек не прожил, он время от времени обращается к опыту из детства, к жизни в семье: «чему меня учили отец и мать».

**Я предлагаю вашему вниманию посмотреть видеоролик**

**«Счастье – это просто»** Автор видеоролика Алиса Пашкова.

**Рефлексия.**

* Какие чувства вы испытывали во время просмотра видеоролика?
* Что вы чувствуете сейчас?
* Захотелось что-нибудь сделать?
* Изменили ли вы мнение о своих отношениях со своим ребенком.

**Эксперимент.**

**Упражнение – эксперимент *«Душа ребенка»***

Цель: с помощью метафоры обратить внимание родителей на необходимость гуманного отношения к воспитанию ребенка.

Материал: три стакана с водой, чайная ложка, золотой порошок, ком земли.

Инструкция: перед Вами три стакана с чистой водой. Представим, что каждый из них - это ребенок, родившийся с чистыми чувствами, в котором еще не сформировалась или только начинаются формироваться взгляды на мир.

Итак, возьмем первый стакан и оставим его неизменным. Что происходит в этом стакане? Мы не знаем наверняка, что может в него попасть без нашего внимания.

Во второй стакан бросим кусочек земли и размешаем его. Что произошло в стакане? Вода стала грязной и темной.

В третьей стакан добавим золотой порошок. Что происходит в этом стакане? Вода заиграла золотыми искорками.

Вывод: Так происходит и в воспитании ребенка. Когда мы оставляем его без должного внимания и надзора, он может развиваться и дальше. Но в каком направлении? Когда мы вкладываем в ребенка только *«грязь»* - крик, нарекания, недовольство ним, то ребенок начинает так же отвечать и нам. Когда мы вкладываем в ребенка внимательность, любовь, уважение, то и ребенок отвечает нам доброжелательностью, нормальным развитием своей личности.

**Ведущий:** Зачастую мы, взрослые, делая замечания малышам в опасных для их жизни ситуациях, используем неверную тактику. Вместо того чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, мы говорим ему, что делать не надо.

В результате ребенок не получает нужной информации, а слова взрослого провоцируют его делать наоборот (Например: Что будет делать ребенок на слова: «Не подходи к телевизору!»).

Обращение к ребенку должно быть позитивным, т.е. предполагать ответное действие, а не бездействие.

**Упражнение «Недетские запреты»**

Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Поочередно из каждой группы по одному родители подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, – то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» – завязывается рот, «Не бегай» – завязываются ноги и т.д.

После того как выскажутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи – говори спокойно».

***Рефлексия***

*Рефлексия участника, игравшего роль ребенка:*

– Что вы чувствовали, когда «родители» сковывали, ограничивали вашу свободу?

– Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?

– Какие чувства были у вас, когда вам предложили встать?

– Что хотелось развязать в первую очередь?

– Что вы чувствуете сейчас?

*Рефлексия участников, игравших роль взрослого:*

– Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?

– Что вам хотелось сделать?

– Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?

– Какие чувства вы испытываете сейчас?

**Ведущий:** Известно, что готовых рецептов воспитания  не существует. Как действовать взрослому в той или иной ситуации, решать только ему. Однако можно проиграть, как в театре, сложные ситуации, обсудить их и попытаться понять, что испытывает ребенок в том или ином случае.

У ребенка представления о мире еще не сформированы, а жизненный опыт ничтожно мал. Наша задача – **задача взрослых людей**, окружающих ребенка, – помочь ориентироваться в еще непонятном для него мире, объяснить, что опасно и непозволительно, а что допустимо и даже необходимо для малыша. Кто, если не взрослый, защитит ребенка, предостережет от опасностей и в то же время научит разбираться в бесконечных “нельзя“ и “можно“! Чтобы научить этому детей, родителям самим нужно отлично в этом разбираться.

**Упражнение «Чему научится ребенок, если…..**

**(разделить вопросы между группами)**

Если:

– ребенка постоянно критикуют, он учится ненавидеть;

– ребенка высмеивают, он становится замкнутым;

– ребенка хвалят, он учится быть благородным;

– ребенка поддерживают, он учится ценить себя;

– ребенок растет в упреках, он учится жить с чувством вины;

– ребенок растет в терпимости, он учится понимать других;

– ребенок растет в честности, он учится быть справедливым;

– ребенок растет в безопасности, он учится верить в людей;

– ребенок живет во вражде, он учится быть агрессивным;

– ребенок живет в понимании и дружелюбии, он учится находить любовь в этом мире.

**Ведущий:** Как много сердечного тепла бывает загублено из-за неспособности  понять другого и самого себя. Скольких драм, больших и малых, не происходило бы, обладай их участники и окружающие умением сочувствовать, прощать, любить. Любить тоже надо уметь, и это умение не дается матерью-природой.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети, – это **дефицит ласки**. Родители порой не находят времени, забывают или, может быть, даже стесняются приласкать ребенка просто так, повинуясь какому-то внутреннему порыву. Боязнь избаловать детей заставляет родителей быть чрезмерно суровыми с ними.

Следующее упражнение позволит каждому из нас проявить чуть больше ласки, внимания, любви.

Упражнение  **« В лучах родительского солнца».**

На доске нарисовано солнышко без лучиков.

Сейчас каждый участник поочередно нарисует к нему лучик и напишет на нем ответ на вопрос «Чем я согреваю своего ребенка, как солнышко согревает землю?» Чур, не повторяться!

Посмотрите, какое наше родительское солнышко лучистое. Оно, как и то, под которым мы живем, щедро дарит нам свое тепло, ласку, не выбирая время и место для этого. Так и мы, родители должны любить своих детей, без каких либо на то условий, безусловно. Предлагаю вам вслушаться в формулу любви, выведенную американским психологом Россом Кэмпбеллом.

«Ребенка можно сравнить с зеркалом. Он отражает любовь, но не начинает любить первым. Если детей одаривают любовью, они возвращают ее. Если им ничего не дается, им нечего возвращать».

**Рефлексия**

**Ведущий.**Наша встреча завершается, поэтому мне хочется, чтобы вы поделились со всеми нами:

Получили ли вы какие либо знания, советы, которые помогут вам продвинуться по тропинке родительской любви?

Если да, необходимо переставить стикеры на тропинке Родительской любви.

У нас сегодня с вами получился очень насыщенный разговор. Вы понимаете, что многие темы мы просто с вами не затронули. Кое – что мы оставили на следующую встречу.

**Решение родительского собрания:**

1.Принять к сведению информацию о способах проявления родительской любви к ребенку, оценивая ее значимость, положительные и отрицательные стороны в процессе воспитания детей.

2.Родителям в общении с детьми использовать постоянное внимание и проявление любви.

3.Родителям выполнять права и обязанности по отношению к воспитанию детей

У вас на столах лежат памятки «Азбука воспитания». Возьмите пожалуйста их себе, может каким - либо из советов вы когда -нибудь воспользуетесь.

Путь по тропинке родительской любви не заканчивается, шагайте вместе со своими детьми с любовью, заботой и надеждами.

**Видеоролик «Берегите своих детей!»**

Счастливого пути!

До новых встреч!

**Памятка – советы родителям**

**« Азбука воспитания»**

1.Никогда не говорите ребенку, что не будете его любить.

2.Не будьте безразличными.

3.В воспитании не должно быть слишком много строгости.

4.Балуйте детей в меру.

5.Не навязывайте своему ребенку какую – то определенную роль.

6.Хорошее воспитание не зависит от количества денег.

7.Не стройте «наполеоновские планы».

8.Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

9.Воспитание и общение с ребенком не должно зависеть от вашего настроения.

10. Уделяйте время своему ребенку каждый день, будьте открыты для общения с ребенком.

**Памятка – советы родителям**

**« Азбука воспитания»**

1.Никогда не говорите ребенку, что не будете его любить.

2.Не будьте безразличными.

3.В воспитании не должно быть слишком много строгости.

4.Балуйте детей в меру.

5.Не навязывайте своему ребенку какую – то определенную роль.

6.Хорошее воспитание не зависит от количества денег.

7.Не стройте «наполеоновские планы».

8.Проявляйте ласку к своим детям, демонстрируйте им свою любовь.

9.Воспитание и общение с ребенком не должно зависеть от вашего настроения.

10. Уделяйте время своему ребенку каждый день, будьте открыты для общения с ребенком.

.