

## РОДИТЕЛЬ — ЭТО ЗВУЧИТ ГОРДО

**Цели:** познакомиться с родителями, привлечь их внимание к проблемам детско-родительских отношений; установить партнерские отношения в вопросах воспитания и развития детей через работу клуба «Беседка».

**Задачи:** создать благоприятный эмоциональный настрой родителей, дать информацию о работе Клуба; познакомить родителей с их правами и обязанностями по отношению к детям (на основе нормативной правовой базы); помочь родителям сформировать демократический стиль взаимоотношений с детьми через знакомство с типами семейного воспитания.

**Подготовка:** оформление плакатов с высказываниями известных педагогов, анкетирование родителей «Стиль семейного воспитания», изготовление приглашений, памятки «10 заповедей родителей», изучение нормативной правовой базы.

### Ход заседания

Перед началом занятия родителям предлагается игра-знакомство «История имени», цель которой познакомить родителей друг с другом, создать эмоционально-положительный настрой.

#### 1. «История имени».

Участники по очереди рассказывают, каким образом они получили свое имя и что оно означает. Можно также рассказать о своей фамилии.

#### 2. Обращение к родителям

Создание родительского клуба представляет собой попытку передать родителям опыт осмысленного отношения к детям. Здесь будет осуществлена практика совместного участия в психологическом и нравственном становлении тех, кто от нас зависит, практика извлечения уроков из обыденной жизни.

Этот клуб создан для тех, кто любит детей, любит их не издалека, не любит ими, как живой занимательной игрушкой, а любит деятельной любовью. Это клуб для любящих родителей, отдающих сердце и душу воспитанию детей.

Наши дети — это наши надежды и будущее, это наше бессмертие. Имея детей, мы не умрем бесследно: наши дети продолжат нас в будущем.

Однако дети — это не только наша радость и счастье, но и наша боль и тревога. Ведь нужно не только родить ребенка, но и воспитать его настоящим, прекрасным человеком. А это дело длительное и сложное.

Ребенок не может стать личностью в изоляции от людей, ему нужно научиться быть человеком в общении с людьми, в первую очередь с родителями!

Многие родители воспитывают своих детей так, как принято в ближайшем окружении, как воспитывали их самих, как делают их знакомые, соседи. Такая самостоятельность зачастую заканчивается печально.

У волка вырастают только волки, у тигра — тигры, у змеи -змеи, а вот у человека в результате неправильного воспитания может вырасти и волк, и тигр, и змея в человеческом облике.

Мы надеемся, что наш клуб поможет родителям приобрести нужные знания о психологии ребенка, об основных правилах воспитания детей. Мы поможем

вам научиться видеть и находить верное решение возникшей проблемы в тех или иных обстоятельствах.

Мы надеемся, что посещение клуба «Беседка» будет не только полезным, но и интересным. Многие родители узнают много нового о самих себе.

### **3. «Крупницы мудрости».**

Знаменитый педагог В. А. Сухомлинский говорил (*психолог обращает внимание на плакаты в зале.* «Детство — важнейший период человеческой жизни, не подготовка к будущей жизни, а настоящая, яркая, самобытная, неповторимая жизнь. И от того, как прошло детство, кто вел ребенка за руку в детские годы, что вошло в его разум и сердце из окружающего мира, — от того в решающей степени зависит, каким человеком станет сегодняшний малыш»). «Человек рождается не для того, чтобы бесследно исчезнуть никому неизвестной пылинкой... Человек оставляет себя прежде всего в человеке.

В этом высшее счастье и смысл жизни.

Если ты хочешь остаться в сердце человеческом — воспитывай своих детей».

#### **1) Знакомство родителей с типами семейного воспитания.**

**«Наседки».** При таких родителях дом подобен ухоженному курятнику. Папы и мамы выказывают беспредельную любовь и заботу о своих чадах. Они то и дело звонят с работы, проверяя, благополучно ли разогрет суп, понравился ли десерт, сколько раз покушал. Они беспокоятся о каждой мелочи, привносят в жизнь ребенка постоянную суету и ощущение назойливой опеки. Чаще всего от такой опеки страдают единственные и младшие дети.

Как с этим бороться? Развивать в ребенке самостоятельность и делать это не «разово», а изо дня в день.

**«Экспериментаторы».** Придерживаются принципа «ты все должен делать сам», ссылаясь при этом на расхожий довод: «А вот я в твои годы...», стремясь подготовить своих отроков встретить все превратности судьбы. Такие родители как бы экспериментируют на них, взваливая на их не окрепшие плечики непосильный груз взрослых забот, отчего те чувствуют себя скорее подавленными, чем самостоятельными. Перевоспитать таких мам нелегко. Такие дети чувствуют себя лишенными родительской любви. В дальнейшем перегрузка скажется на физическом и психическом состоянии ребенка.

**«Мечтатели».** Эти родители видят в своем ребенке будущего Ньютона, Софью Ковалевскую или пытаются вылепить из него свою точную копию. Всю свою жизнь и жизнь ребенка они подчиняют этой цели, пытаясь пресечь любое другое отклонение или увлечение сына или дочери. Таким образом, родители ломают волю ребенка, ребенок может стать посредственностью в выбранной ими для него роли.

**«Неудачники».** У таких родителей ностальгия по тому времени, когда дети были маленькими, послушными. Они постоянно вспоминают прошлое, считают себя неудачниками и прогнозируют, что их детей ждет такая же заурядная участь.

**«Преуспевающие».** Антипод родителей-неудачников — тип занятых бизнесменов, добивающихся своих целей.

У них есть все для комфортно обустроенной жизни, кроме времени на своих детей. Они редко разговаривают со своими детьми по душам, не играют с ними, перепоручают их нянькам, бабушкам. Они даже не догадываются, что во всем изобилии игрушек, одежды и сладостей их ребенок абсолютно несчастен.

1. **Знакомство родителей с результатами анкетирования по изучению стиля воспитания в семье** (обсуждение «+» и «—» каждого стиля).
  2. **Десять заповедей родителей (раздается как памятка):**
  3. Не жди, что твой ребенок будет таким, как ты, помоги ему стать собой!
  4. Не думай, что ребенок твой: он Божий.
  5. Не требуй от ребенка платы за все, что ты для него делаешь.
  6. Не вымещайте на ребенке свои обиды, чтобы в старости не есть горький хлеб, ибо что посеешь, то и взойдет.
  7. Не относись к его проблемам свысока: тяжесть жизни дана каждому по силам, его ноша может быть тяжела не меньше твоей.
  8. Не унижай!
  9. Не мучь себя, если не можешь чего-то сделать для своего ребенка, а мучь, если можешь, но не делаешь.
  10. Помни: для ребенка сделано недостаточно, если сделано не все.  
Р. Умей любить чужого ребенка, не делай чужому того, чего не хотел бы, чтобы другие сделали твоему.
- 10.** Люби своего ребенка любым: неталантливым, неудачным. Общайся с ним, радуйся, потому что ребенок — это праздник, который пока с тобой.
- 4. Нормативно-правовая база семьи** (знакомство с нормативными правовыми документами).

## АДАПТИРУЕМСЯ ВМЕСТЕ

**Цель:** рассказать об особенностях первых дней пребывания ребенка в детском саду; научить родителей адекватным способам взаимодействия с ребенком в период адаптации; изучить индивидуальные особенности детей, поступающих в УДО (на основе анкетирования); способствовать сплочению родительского коллектива, формированию доверительных отношений между родителями и педагогами.

**Участники:** родители детей раннего возраста, воспитатель группы, педагог-психолог, заведующая.

**Подготовка:** за две недели до собрания родителям предлагается заполнить бланк анкеты «Готовность ребенка к поступлению в детский сад» (см. Приложение к занятию); изготавливаются для игровых групп таблички: «Дети», «Администрация УДО», «Родители», «Эксперты»; психолог обрабатывает и анализирует результаты анкетирования родителей; для каждого родителя готовятся три жетона разных цветов в форме яблока — красный, зеленый, желтый. На доске прикрепляется плакат с изображением «дерева успеха».

### Ход заседания

1. **Вступительное слово** заведующего на тему «Особенности пребывания ребенка в условиях УДО» (режим, сетка занятий, специфика данного образовательного учреждения).
2. **Выступление психолога.**
3. Результаты анкетирования;
4. Лекция на тему «Особенности адаптации ребенка раннего возраста к условиям УДО».

Адаптация — это сложный процесс приспособления организма, который происходит на разных уровнях: физиологическом, социальном, психологическом.

Наиболее сложная перестройка организма происходит на начальной фазе адаптации, которая может затянуться и перейти в дезадаптацию, что может привести к нарушению здоровья, поведения и психики.

Чтобы избежать осложнений и обеспечить постепенный переход ребенка из семьи в ДООУ, требуется поддержка родителей.

Как примут ребенка в детском коллективе? Какие отношения сложатся у него со сверстниками? Насколько быстро он привыкнет, адаптируется в новой среде? Привычные родительские волнения и тревоги... От того, насколько малыш подготовлен в семье к переходу в детское учреждение, зависят и течение адаптационного периода (который может продолжаться иногда и полгода), и его дальнейшее развитие. Эмоциональная привязанность к матери формируется с момента рождения и пронизывает все раннее детство ребенка. По мере взросления малыша она может несколько видоизменяться, в зависимости от расширения круга общения. Поэтому важно, чтобы любой новый опыт (например, общение с другими детьми и взрослыми, пребывание

в незнакомом месте, игра с новыми игрушками) ребенок раннего возраста постигал вместе с мамой, что поможет ему удостовериться в безопасности данного опыта.

Существует определенная последовательность формирования психологической автономности ребенка от мамы в условиях детского сада.

1-Й этап «Мы играем только вместе». В первое время, когда ребенок еще настороженно относится к детскому саду, мама является его проводником и защитником. Она побуждает его включаться во все виды деятельности и сама активно играет вместе с ним во все игры. На данном этапе ребенок и мама — одно целое.

2-Й этап «Я играю сам, но ты будь рядом». Постепенно малыш начинает осознавать, что новая обстановка не несет для него никакой опасности. Игры и игрушки вызывают у него острый интерес. Любознательность и активность побуждают его ненадолго отлучаться от мамы для игры. При этом малыш иногда недалеко уходит от мамы, постоянно возвращается к ней, ищет ее взглядом, подходит за эмоциональной «подпиткой». Здесь важно маме, отпуская ребенка, одновременно следить за его безопасностью, своевременно откликаться на его призывы. Сначала проявления самостоятельности очень недолговременны, но постепенно малыш все дальше отходит от мамы, добровольно принимает участие в играх с педагогом, другими детьми и чужими мамами.

3-Й этап «Иди, я немного поиграю один». Рано или поздно настает момент, когда малыш сам начинает проявлять самостоятельность в игре. Он просит маму остаться на стульчике в стороне, хорошо взаимодействует с педагогом, ориентируется в обстановке группы. У него появились любимые игрушки, он запомнил и выполняет простейшие правила. Когда наступает такой момент, маме можно предложить подождать ребенка в приемной. Главный момент в этой ситуации: мама предупреждает ребенка о том, что она ненадолго отлучится. Важно обратить внимание ребенка на возвращение мамы, но то, что мама его не обманула, она действительно отлучилась только на какое-то время и вернулась к нему. Постепенно время отсутствия можно увеличить.

4-Й этап «Мне хорошо здесь, я готов отпустить тебя». Собираясь в детский сад, ребенок уже знает, что он будет находиться в группе один, и заранее на это согласен. Малыш легко ориентируется в группе, активно вступает во взаимодействие с педагогом, детьми, при необходимости обращается за помощью.

Именно этот этап является завершающим в процессе становления психологической автономности ребенка.

Длительность адаптации во многом зависит от поведения родителей.

Как же облегчить крохе процесс адаптации?

\* Постарайтесь научить малыша самостоятельно знакомиться с другими детьми при помощи замечательных фраз: «А как тебя зовут? Можно с тобой поиграть?» и т. п.

- Учите, как правильно постоять за себя, делиться, но знать, что свое, а что — чужое, как меняться и добиваться разрешения

поиграть чужой игрушкой, как попросить помощи и не быть ябедой.

- Отправляясь первый раз в сад, напоминайте себе, что вы его сами выбрали, поэтому с ребенком здесь ничего плохого не случится. Если вы не будете скрывать от крохи волнения, то ему передастся напряженное состояние.
- Дома спокойно объясните малышу, что там он, как все дети, останется один, что вы непременно заберете его после обеда, сна и т. д.
- Придя в детский сад, осмотрите раздевалку, покажите малышу шкафчик. Пока ребенок осваивается, не тормозите его, не позволяйте чужим людям подшучивать и стыдить кроху, готового заплакать («Ай-ай-ай, как не красиво, как не стыдно и т. п.»).
- Вместе загляните в группу — обычно внимание малыша сразу захватывает множество игрушек, и он на какое-то время забывает о маме. Подумайте: может вам стоит исчезнуть именно в этот момент?
- Пообещав ребенку забрать его в определенное время, лучше подстрахуйте и придите раньше. Опоздание к условленному сроку — самое худшее, что может быть в этот период.
- Забирая малыша, не забудьте расспросить воспитателя о поведении и эмоциональном состоянии крохи. Посоветуйтесь об оптимальном графике дальнейшего посещения. Доверяйте опыту и чутью воспитателей, прислушивайтесь к их рекомендациям.

**3. Воспитатель**, который выполняет на собрании роль ведущего, объясняет правила игры. Каждая группа (состав формируется по желанию родителей) получает табличку («Дети», «Администрация», «Воспитатель», «Родители») и в соответствии с полученным названием выполняет определенную роль в игре. В роли эксперта — педагог-психолог.

Проводится разминка (5 мин), в ходе которой родителям необходимо согласно своей роли продолжить начало следующего предложения: «Чтобы обеспечить легкую адаптацию, надо...».

Каждая группа сдает экспертам лист с подготовленным предложением.

— На первом этапе игры ведущий предлагает группам определить проблемы, осложняющие процесс адаптации малыша к условиям детского сада (продолжительность этапа — 15 мин).

• Группа экспертов докладывает о результатах разминки.

— На втором этапе каждой группе предлагается из выявленных проблем адаптации детей раннего возраста выделить самые важные и попытаться наметить пути ее решения (продолжительность этапа - 10 мин).

Каждая группа рассказывает о результатах своей деятельности по выполнению 1-й 2-го задания.

— На 3-м этапе каждая группа вырабатывает три способа (стратегический, тактический, фантастический) решения глав

ной проблемы адаптации ребенка в условиях УДО с точки зрения родителей (продолжительность 10 мин).

1. **Представители групп предлагают эти способы.**

2. **Самооценка участников игры**, в ходе которой каждому родителю необходимо продолжить фразу: «Работая с группой, я понял(а), что...».

Решение собрания

- Родительский комитет совместно с психологом обобщают предложения участников деловой игры, предлагается учесть эти предложения при разработке плана воспитательной работы и планировании деятельности родительского комитета.

- При принятии решения каждому родителю выдаются три жетона разного цвета, один из которых он должен прикрепить к «дереву успеха».

Цвет жетона обозначает следующее:

а) красный — считаю, что данная игра позволит моему ребенку успешно адаптироваться;

б) желтый — у меня существуют некоторые сомнения;

в) зеленый — жалею, что участвовал) в собрании;

— В конце собрания родителям выдаются памятки.

**Памятка для родителей детей раннего возраста**

- **Приучайте к детскому саду постепенно!** (Несколько дней стоит находиться рядом с ребенком в детском саду в течение нескольких часов, а затем забирать его домой.)

- **Бели беспокойная мама** прощается с ребенком несколько раз подряд с обеспокоенным видом, то у него возникает мысль: «Она беспокоится, значит, со мной может случиться что-то ужасное, лучше я не отпущу ее от себя». В итоге заканчивается все истерикой.

- **Если ребенок отказывается идти в детский сад**, Вы должны проявить твердость и объяснить, что следует идти в детский сад так же, как родители ходят на работу.

- **Если ребенок с трудом расстается с матерью**, то стоит некоторое время отцу приводить в детский сад ребенка.

- **Если ваш малыш в первые дни устает от новых впечатлений, приходит домой измученным и нервным**, то посоветуйтесь с воспитателем или психологом, или сократите время его пребывания в детском саду, или оставляйте дома 1-2 раза в неделю.

- **Помните!** В каком бы возрасте ребенок ни поступал в детский сад, безболезненная адаптация может быть обеспечена только подготовленностью к новым условиям!

После собрания психолог и воспитатель анализируют активность участия родителей в игре, их заинтересованность в обсуждении проблем адаптации ребенка в ДОУ.

## ПРИЛОЖЕНИЕ К ЗАНЯТИЮ

### Анкета «Готовность ребенка к поступлению в детский сад»

**Ф. И.** ребенка \_\_\_\_\_ группа \_\_\_\_\_

1. Какое настроение преобладает у ребенка?

- Бодрое — 3 балла;
- раздражительное, неустойчивое — 2 балла;
- подавленное — 1 балл.

2. Как ваш ребенок засыпает?

- Быстро (до 10 мин) — 3 балла;
- медленно — 2 балла;
- спокойно — 3 балла;
- беспокойно — 2 балла.

3. Что вы делаете, чтобы ребенок заснул?

- Дополнительное воздействие — 1 балл;
- без воздействия — 3 балла.

4. Какова продолжительность сна?

- 2 часа — 3 балла;
- менее 1 часа — 1 балл.

5. Какой аппетит у Вашего ребенка?

— Хороший — 4 балла;

- избирательный — 3 балла;
- неустойчивый — 2 балла;
- плохой — 1 балл.

6. Как относится Ваш ребенок к высаживанию на горшок?

- Положительно — 3 балла;
- отрицательно — 1 балл;
- просится на горшок — 3 балла;
- не просится, но бывает сухой — 2 балла;
- не просится и ходит мокрый — 1 балл.

7. Если у Вашего ребенка отрицательные привычки?

- Сосет пустышку, палец или др. — 1 балл;
- нет — 3 балла.

8. Интересуется ли Ваш ребенок игрушками, предметами дома и в новой обстановке?

- Да — 3 балла;
- нет — 1 балл;
- иногда — 2 балла.

9. Проявляет ли интерес к действиям взрослого?

- Да — 3 балла;
- нет — 1 балл;
- иногда — 2 балла.

10. Как Ваш ребенок играет?

- Умеет играть самостоятельно — 3 балла;
- не всегда — 2 балла;
- не играет сам — 1 балл.



11. Взаимоотношение с взрослыми:

- легко идет на контакт — 3 балла;
- избирательно — 2 балла;
- трудно — 1 балл.

12. Взаимоотношение с детьми:

- легко идет на контакт — 3 балла;
- избирательно — 2 балла;
- трудно — 1 балл.

13. Отношения к занятиям: внимателен, усидчив, активен:

- да — 3 балла;
- нет — 1 балл;
- иногда — 2 балла.

14. Есть ли у ребенка уверенность в себе?

- Есть — 3 балла;
- не всегда — 2 балла;
- нет — 1 балл.

15. Есть ли опыт разлуки с близкими?

- Перенес разлуку легко — 3 балла;
- тяжело — 1 балл.

16. Есть ли аффективная привязанность к какому-либо из взрослых?

- Есть — 1 балл;
- нет — 3 балла.

55-40 баллов — ребенок готов к поступлению в УДО;

39-24 балла — условно готов;

23-16 баллов — не готов к поступлению в УДО.

## **РОЛЬ МАТЕРИ И ОТЦА В РАЗВИТИИ РЕБЕНКА РАННЕГО ВОЗРАСТА**

**Цель:** содействовать осознанию родителей своей роли в развитии ребенка раннего возраста для формирования взаимного доверия и эмоционального благополучия семьи.

**Задачи:** раскрыть особенности влияния родителей на психическое развитие детей раннего возраста; определить разницу отцовского и материнского воспитания; помочь родителям лучше понять своего ребенка; выработать эффективные навыки взаимодействия с ребенком раннего возраста.

### **Ход заседания**

#### **1. Вступительное слово.**

Сегодня мы собрались с вами поговорить о самом дорогом, что есть у нас, — о наших детях. Поступление малыша в детский сад — это первый шаг в самостоятельную жизнь, который не всем дается легко. Эмоциональное состояние маленького человека и его отношение к миру имеют огромное значение в психическом развитии ребенка. Положительные эмоции создают благоприятные условия не только для режимных процессов, но и для формирования навыков поведения. Они влияют на установление социальных связей сначала со взрослыми, а затем и сверстниками, на поддержание и развитие интереса ко всему, что происходит вокруг. Ведущая роль в жизнедеятельности ребенка принадлежит взрослому, а значит, именно мы можем повлиять на его благополучное эмоциональное развитие. Для этого между нами взрослыми: и педагогами, и родителями — должны установиться дружеские, теплые взаимоотношения. И в этом нам поможет игра.

#### **2. Игра «Давайте познакомимся».**

Важнейшей характеристикой этого возрастного этапа является неустойчивость эмоциональной сферы ребенка. Его эмоции, формирующиеся в это время чувства, отражающие отношение к предметам и людям, еще не фиксированы и могут быть изменены в соответствии с ситуацией. Поэтому роль родителей в эмоциональном состоянии ребенка огромна. Чем же отличается материнская психология от отцовской? В чем разница между материнским и отцовским воспитанием? О природе материнского поведения, заложенного природой, существуют споры. Однако с эволюционной точки зрения функция матери состоит в обеспечении адекватной заботы о потомстве. Плюс к этому добавляются социокультурные обязанности: воспитание, развитие и прочее. У матери с ребенком более тесная эмоциональная связь изначально с момента рождения ребенка (кормление грудью, физический уход). Материнская забота обеспечивает возможность принятия, отцовская же забота побуждает к отдаче. И то и другое необходимо для развития личности. Отцовская любовь по сравнению с материнской — любовь требовательная, условная любовь, которую он должен заслужить. Отцовская любовь не является врожденной, а формируется на протяжении первых лет жизни

ребенка. Для того чтобы заслужить отцовскую любовь, ребенок должен соответствовать определенным социальным требованиям и отцовским ожиданиям в отношении способностей, достижений успешности. Любовь отца служит как бы наградой за успехи и хорошее поведение, отец видит в мальчике продолжателя рода, поэтому выполняет как бы функцию социального контроля и является носителем требований и санкций. Если мать предоставляет ребенку возможность ощутить интимность человеческой любви, то отец протаргивает ему путь к человеческому обществу. Отец является источником знаний о мире, труде, технике, способствует формированию социально-полезных целей и идеалов.

Психологами были получены данные, свидетельствующие о том, что у детей, растущих без отца, получают большее развитие гуманитарные способности. Авторитарный отец оказывает положительное влияние на умственные характеристики детей, а авторитарная мать — отрицательное. Поведение родителей играет важную роль в развитии самооценки ребенка. Если родители относятся с уважением к ребенку, любят его, принимают его таким, какой он есть, то и ребенок чувствует собственную ценность, значимость. В то время как холодные, безразличные или враждебные отношения приводят к обратному эффекту.

**Методика «Ладонка»** (изучение межличностных связей в семье).

Несмотря на то, что практически все родители любят своих детей, между ними существуют различия в том, насколько часто и открыто выражают это чувство и насколько им свойственны холодность и враждебность (которые иногда даже способны вытеснить теплое, сердечное отношение к ребенку). Для нашей культуры нехарактерно внешнее проявление любви, нежности отца к ребенку. Редко увидишь на прогулке папу за руку с сыном, чаще они идут рядом и даже не разговаривают, как будто папа просто сопровождает ребенка.

Удивиться, восхититься сооружением кубиков, рисунком, умением танцевать, рассказать стихотворение — все это несвойственно для большинства современных отцов.

В наши дни любовь родителей к ребенку чаще всего выражается в покупке дорогой игрушки. Но гораздо больше даже самой привлекательной игрушки малышу нужны внимание, участие, понимание, дружба, общность интересов, дел, увлечений, досуга. На втором году жизни становится очевидным, что поощрение взрослого приобретает роль стимула для развития действий ребенка. Доброжелательность, обращение к ребенку по имени, констатация его действия, сопровождаемая похвалой, будут способствовать тому, чтобы действие повторялось чаще, интенсивнее. Порицание и запрет следует высказывать мягко, доброжелательно; недопустимы порицания личности ребенка — их можно адресовать лишь отдельным его действиям. Так следует говорить не «ты плохой (я)», а «ты плохо сделал (а)».

Еще одна негативная черта нашей традиции воспитания — преобладание порицания над похвалой. Многие папы думают, что воспитывать — значит делать замечания, запрещать, наказывать, и именно в этом видят свою родительскую функцию. В результате к 4—5 годам у ребенка складывается

представление об отце как о человеке, который ожидает от него «неправильного», «плохого» поведения (в отличие от матери), низко оценивает не только тот или иной его конкретный поступок, но и его личность в целом. В дальнейшем это представление распространяется на других людей, ребенок становится неуверенным в себе, ожидает от окружающих негативных оценок своих способностей и умений.

Особенно неблагоприятен для развития Я-концепции авторитарный стиль воспитания, характерной чертой которого является стремление к безапелляционности в суждениях и ясности во всякой ситуации. Поэтому любое наказание, любое требование к ребенку не содержат в себе даже намека на готовность принять его, помочь ему или убедить. Такие отцы могут временами искренне считать, что их ребенок плох целиком, без всяких оговорок. В результате у малыша с первых лет жизни растет уверенность в том, что его не принимают, не одобряют, и в конечном счете он приходит к убеждению в своей малоценности и ненужности.

#### **4. Тест «Какой Вы родитель?»**

Не секрет, что характер взаимоотношений родителей с ребенком оказывает существенное влияние на его развитие. Оцените особенности Вашего общения. Часто ли Вы употребляете такие по смыслу выражения?

1. Какой ты у меня молодец.
2. Ты способный, у тебя все получится.
3. Ты невыносим.
4. У всех дети, как дети, а у меня...
5. Ты мой помощник.
6. Вечно у тебя все не так.
7. Сколько раз тебе повторять.
8. Какой ты сообразительный.
9. Чтобы я больше не видела твоих друзей!
10. Как ты считаешь?
11. Ты полностью распустился!
12. Познакомь меня со своими друзьями.
13. Я тебе обязательно помогу, не переживай.
14. Меня не интересует, что ты хочешь.

Если Вы употребляете выражения 1, 2, 5, 8, 10, 12, 13, то начислите себе 1 балл.

Если Вы употребляете выражения 3, 4, 6, 7, 9, 11, 14, то начислите себе 2 балла.

Посчитайте общую сумму баллов.

7-8 баллов. Между Вами и Вашим ребенком царит полное взаимопонимание. Вы не злоупотребляете чрезмерной строгостью.

9-10 баллов. Ваше настроение в общении с ребенком носит непоследовательный характер и больше зависит от случайных обстоятельств.

11-12 баллов. Вы недостаточно внимательны к ребенку, возможно, часто подавляете его свободу.

13-14 баллов. Вы слишком авторитарны. Между Вами и ребенком часто возникает раздражение. Будьте более гибкими со своим ребенком.

1. **Игра с мячом «Добрые слова»** (родители поочередно называют ласковые слова или фразы, которые они используют, поощряя ребенка).
2. **«Социальное развитие ребенка в семье, или Выходной с малышом»** (консультация).

Как известно, понедельник — день тяжелый. В детских садах эта простая истина, к сожалению, находит подтверждение каждую неделю. После выходных дней дети приходят сонные, капризные, часто плачут. Скучают по маме, их трудно заинтересовать игрушками, занятиями, разговором. В группах раннего возраста это особенно заметно. Маленьким детям еще слишком трудно переключаться с организованной и стабильной жизни детского учреждения на неупорядоченную, как правило, жизнь семьи; двухдневный срок ощущается ими, как гораздо более длительный период, чем это привыкли чувствовать мы, взрослые? В результате появляется тот самый «тяжелый понедельник». Кроме того, не всем детям удается адаптироваться к условиям детского сада за один день. Есть малыши, которых «отдых выбивает из колеи» до середины недели.

Очень многое зависит от того, как организованы выходные, насколько учитываются возрастные особенности ребенка и его потребности. В эти дни родителям приходится решать сразу несколько задач. Во-первых, им нужно успеть переделать все свои «взрослые» дела, накопившиеся за неделю. Во-вторых, они должны вовремя накормить и уложить спать ребенка, погулять и поиграть с ним — словом, соблюдать привычный для малыша режим дня, который, к сожалению, совсем не совпадает с планами родителей, и далеко не во всех семьях взрослые пытаются перестроить свои планы в интересах ребенка. Как проходит выходной день в семье с трехлетним ребенком? Утром малыш просыпается, как правило, раньше родителей (многие дети 2-3 лет продолжают по младенческой привычке просыпаться очень рано — иногда в 5-6 часов утра). Сонная, раздраженная мама сначала пытается уговорить его «еще капельку поспать», но безрезультатно. Папа спит. Мама все-таки встает, и начинаются утренние хлопоты: она одевает, умывает, кормит ребенка, моет посуду, готовит завтрак и обед для взрослых, может включить стиральную машину или пылесос... Папа спит.

После завтрака ребенка отправляют или к игрушкам, которые еще не могут надолго его занять, или к телевизору смотреть мультфильмы. Общение мамы с ребенком утром выходного дня сводится к минимуму, ограничивается короткими распоряжениями: «Дай руку, не эту, другую!.. Когда же ты сам научишься одеваться?.. Ешь скорее. Не возись. Поел, иди, не мешай, посмотри мультики».

А ведь от того, с каким настроением начинается день, зависит и то, каким он будет. Поэтому встретьте проснувшегося малыша улыбкой, приласкайте его, вместе порадитесь заглянувшему в окно солнышку, поговорите на доступные темы, попросите «помочь» застелить постель (например, подержать подушку, разгладить покрывало), а потом предложите разбудить игрушки — это и ребенка займет, и вам даст свободную минуту.

Соблюдение режима дня для детей третьего года жизни необходимо. Все мероприятия следует планировать с учетом этого режима. Поэтому, если обычно в детском саду ребенок гуляет после завтрака около двух часов, то и в выходной день это время он тоже должен провести на свежем воздухе. Сходите с ним в парк, прогуляйтесь по знакомым улицам, задержитесь на детской площадке во дворе. Там он может поиграть с песком, пообщаться со сверстниками (с ними можно организовать какую-нибудь несложную подвижную игру). А вот «таскать» малыша с собой на рынок или по магазинам не стоит — кроме утомления и совершенно ненужной инфекции, он ничего там не получит.

Часто родители хотят посетить с ребенком зоопарк, парк аттракционов или съездить в далеко расположенную зону отдыха. Это уже можно делать, но очень важно правильно рассчитать время и соразмерить объем новых впечатлений с возможностями маленького ребенка. Главное правило: любые развлечения, связанные с поездками и пребыванием в незнакомой обстановке, возможны только в первый выходной день, чтобы в воскресенье малыш успел успокоиться и войти в прежний ритм жизни. Помните, что подобные мероприятия (поход в зоопарк, парк) стоит проводить в утреннее время, чтобы ребенок не был перевозбужденным к вечеру. Кроме того, не стоит забывать, что внимания ребенка раннего возраста хватает лишь на 20 минут, но при условии, если мама объясняет ему все происходящее. Все свои впечатления ребенок должен «переварить», и мама должна ему в этом помочь, вспоминая вместе с ним, что он видел, делал и т. д.

Во второй половине дня стоит отдать предпочтение спокойным занятиям.

Почитать малышу книжку, погулять в знакомых, привычных местах, на детской площадке или в парке. Не нужно смотреть телевизор, лучше расскажите на ночь сказку.

Кстати, вопрос о том, стоит ли маленьким детям смотреть телевизионные передачи, является очень актуальным. Не секрет, что большинство родителей сажают ребенка перед телевизором чуть ли не с года, чтобы он хоть на миг оставил их в покое. В то же время многочисленные свидетельства врачей, психологов, педагогов подтверждают, что такое времяпрепровождение не приносит ничего, кроме вреда; длительный просмотр телепередач в этом возрасте приводит к переутомлению зрения, частое мелькание кадров, особенно в клипах, сопровождаемых громкой музыкой, нередко провоцирует нарушение деятельности нервной системы, вплоть до судорог. Быстрая смена изображений не дает ребенку возможность понять смысл происходящего, а сцены насилия, которыми изобилуют сегодняшние фильмы, наносят непоправимый вред детской, еще не сформировавшейся психике.

Если же вы считаете, что без телевизора вашему ребенку не обойтись, соблюдайте следующие правила:

■ До 2-2,5 лет ребенку нельзя (!) смотреть телевизор, от 2 до 3 лет (а лучше и позже) — не более 15 минут в день и только вместе с мамой. Она должна проговаривать вслух все, что видит на экране, и объяснять это ребенку:

«Это девочка. Она несет шарик. Красивый, голубой! А вот Зайка пришел, просит шарик у девочки. Видишь, добрая девочка, дала Зайке шарик...» Такой пересказ необходим, потому что двух-, трехлетний малыш не успевает понять смысл происходящего на экране, так как скорость его зрительного восприятия несравнима со скоростью восприятия старших детей и тем более взрослых.

- Смотреть можно только передачи, предназначенные для маленьких детей, лучше всего отечественные мультфильмы с четкой, ясной картинкой, мелодичной музыкой, добрыми, нестрашными героями и понятным, доступным малышу содержанием.
- Желательно периодически просматривать одни и те же мультфильмы, как перечитывают знакомые книги. Это способствует лучшему пониманию, более осознанному восприятию, элементарному предвосхищению уже известных событий. И в этом ребенку тоже должна помочь мама: «Кто сейчас из окошка выглянет? Правильно, мышка. А кто это к ней сейчас прискачет? Лягушка-квакушка...»; для этого полезно иметь любимые мультфильмы на кассетах, чтобы смотреть их по несколько раз (не в один день, конечно).
- Передача «Спокойной ночи, малыши» может быть рекомендована детям начиная с 3 лет, до этого возраста им трудно ориентироваться в сюжете передачи и переходить от беседы Хрюши и Степашки с ведущим к мультфильму, для начала можно смотреть только первую часть передачи, мультфильм записывать, а просматривать его в другой день.
- Если вы заметили, что вечером ребенок перевозбуждается от просмотра телепередач, делайте это только по утрам, а вечером почитайте знакомую книжку, расскажите сказку, поговорите с малышом о том, как прошел день, что вы с ним видели, что делали, как играли, что нового он узнал.

■ Никогда не оставляйте ребенка одного перед телевизором и не разрешайте смотреть «взрослые» передачи. Не поощряйте игры с пультом переключения каналов без вашего ведома. Мало ли что он увидит!

День, наполненный событиями, утомляет малыша. Многие родители думают, что уставший ребенок быстрее засыпает. На самом деле переполненный впечатлениями малыш перевозбуждается, нервничает, плачет или без причины смеется и, даже зевая во весь рот, не может уснуть.

Привычный режим дня, приятные, понятные ребенку события, постоянный контакт, доверительные отношения и с мамой, и с папой, внимание родителей, их ласка сделают общение родителей с ребенком настоящим праздником.

#### **7. В качестве решения собрания родителям выдаются памятки.**

Общение с малышом должно всегда носить позитивный характер. Родители должны оказывать ребенку психологическую поддержку в любой ситуации.

1. Опирайтесь на сильные стороны ребенка.
1. Избегать подчеркивания промахов ребенка.
2. Показывать, что вы удовлетворены ребенком.
3. Уметь и хотеть демонстрировать любовь и уважение к ребенку.
4. Уметь помочь ребенку разбить большие задания на более мелкие, такие, с которыми он может справиться.

5. Проводить больше времени с ребенком.
6. Внести юмор во взаимоотношения с ребенком.
  8. Знать обо всех попытках ребенка справиться с заданием.
  9. Уметь взаимодействовать с ребенком.
  10. Позволить ребенку самому решать проблемы там, где это возможно.
  11. Избегать дисциплинарных поощрений и наказаний,
  12. Принимать индивидуальность ребенка.
  13. Проявлять веру в ребенка, эмпатию (сочувствие) к нему.
  14. Демонстрировать оптимизм в момент неудачи.



## «Безусловная любовь»

**Цель:** повышение психолого-педагогической культуры родителей.

**Задачи:** создать в группе атмосферу доверия и сотрудничества; помочь родителям оценить свою собственную стратегию воспитания и взаимоотношения с детьми; познакомить с методами выстраивания отношений взаимопонимания и любви с детьми. создать возможность получить ответы на волнующие вопросы.

**Участники:** законные представители несовершеннолетних группы интегрированного обучения и воспитания

**Оборудование:** стулья по числу участников, письменные принадлежности, писчая бумага.

### Ход заседания

#### 1 Организационный момент.

#### 2 Вводно-подготовительная часть

##### 2.1 Вступительное слово ведущего.

Мы благодарим вас за то, что вы откликнулись на наше приглашение, пришли к нам, чтобы обсудить волнующие вас вопросы во взаимоотношениях с детьми, узнать что-то новое для себя, поделиться своим положительным опытом.

##### 2.2 Упражнение «Комплимент»

#### 3 Основная часть

##### 3.1 Прослушивание и обсуждение сказки «Фиолетовый котенок»

Фиолетовый Котенок мыл лапы только в лунном свете.

- Ну что мне с ним делать?- Кошка всплескивала лапами.- Ведь хороший, умный Котенок, а тут – ну что ты будешь делать, хоть кол на голове теши – ни в какую! Только в лунном свете! Ну что мне делать?

- Да что с ним цацкаться? – рычал кабан.

- Макнуть его головой в солнечный ушат или просто в речку! Ишь ты, – все котятка как котятка, а этому лунный свет подавай!

- Он просто глупый! – каркала Ворона.

- Голова маленькая, мозгов мало. Вырастет, тогда его из солнечного света не вытащишь!

Фиолетовый Котенок мыл лапы только в лунном свете.

Луна была большая, белая, яркая.

- Милый Котенок, - сказала Луна, - а почему ты фиолетовый?

- А как бывает еще? – удивился Котенок.

- У меня есть брат, - сказала Луна, - он очень большой и ярко-желтый. Хочешь на него посмотреть?

- Он похож на тебя? Конечно, хочу!

- Тогда не ложись спать, когда я начну таять в небе, а немножко подожди. Он выйдет вон из-за той горы и займет мое место.

Ранним утром Котенок увидел Солнце.

- Ух, какой ты теплый! – воскликнул котенок, - А я знаю твою сестру – Луну!

- Передай ей привет, - сказала Солнце, - когда встретишь, а то мы редко видимся.

- Конечно, передам! – обрадовался Котенок.

С тех пор котенок стал с радостью встречать как Луну, так и Солнце. Фиолетовый Котенок теперь умеет мыть лапки не только в лунном свете, но и солнечных лучах и даже в мыльной ванне!

**НУ И ЧТО?**

Эта сказка об отношении к воспитанию. Кошка, кабан и ворона – это часто применяемые родителями методы воспитания. Это, в сущности, **ВИНА**, **УГРОЗА** и **НАСМЕШКА**. А **ЛУНА** – символ **ВЕРЫ**. Она не воспитывает Котенка, а расширяет его мир.

Выбор темы обусловлен желанием обсудить вместе с вами те формы проявления родительской любви и внимания, которые кажутся наиболее значимыми для наших детей, тем более, что в нашей стремительной, материализованной жизни есть очень мало моментов для того, чтобы остановиться и немного поразмыслить о своей родительской позиции.

**3.2 Упражнение «Самое необходимое».** Перечислить самое необходимое для счастливой жизни ребенка.

Неоспоримо, что если в основе взаимодействия и взаимоотношений родителей и детей не лежит любовь, то все остальное покоится на фальшивом и зыбком фундаменте (страхе, подчинении, унижении и т.д.).

Для полноценных детско-родительских взаимоотношений важна, прежде всего, **БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ**, т.е. любовь безоговорочная, способная проявляться во всех искренних взаимоотношениях.

Безусловная любовь – это как свет в тоннеле, который не дает сбиться с пути и заблудиться в поиске решения возникающих трудностей и разногласий. Этот свет помогает удерживать ориентир для нас – счастливое и успешное будущее наших детей.

**БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ – ЭТО ВОЗМОЖНОСТЬ УДОВЛЕТВОРЯТЬ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЕ ПОТРЕБНОСТИ НАШИХ ДЕТЕЙ.**

**БЕЗУСЛОВНАЯ ЛЮБОВЬ – ЭТО ЛЮБОВЬ НЕ ЗАВИСЯЩАЯ НИ ОТ ЧЕГО:**

внешности,  
способностей, недостатков,  
наших ожиданий в будущем,  
от сегодняшнего поведения ребенка.

Способность любить и потребность быть любимым есть у каждого человека и очень важно не дать угаснуть этой способности, а напротив позволить ей расти и развиваться. У каждого из нас есть **ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ РЕЗЕРВУАР**, который пополняется эмоциями и чувствами, получаемыми от наших близких. Этот резервуар пополняется по мере того, как мы получаем подтверждение любви и заботы. Этот резервуар обеспечивает нам эмоциональный комфорт, стабильность, чувство защищенности и уверенности. Взрослый человек наполняет этот резервуар через общение со своими родителями, супругом, детьми, близкими. Но не только мы, но и наши

близкие обладают эмоциональным резервуаром. Наша искренняя забота, внимание, любовь к нашим близким наполняют их эмоциональный резервуар и оберегают их психологический комфорт.

3.3 Упражнение «Это значит - я люблю». Начать фразу с последующим продолжением, например: «Я ласково смотрю тебе в глаза, это значит - я тебя люблю!»

3.4 Мини-лекция «Способы выражения родительской любви»

## КОНТАКТ ГЛАЗ

В каких ситуациях мы чаще всего смотрим в глаза своему ребенку?

Мы смотрим с любовью и нежностью на своего ребенка тогда, когда он особенно хорош и дисциплинирован. В таких ситуациях ребенок обоснованно воспринимает нашу любовь как обусловленную.

Еще ужаснее привычка в наказание не смотреть ребенку в глаза. Но, к сожалению, мы выразительно смотрим лишь в те моменты, когда критикуем, поучаем, попрекаем, ругаем (Ну-ка посмотри мне в глаза, что ты еще натворил?). В такие моменты мы вряд ли можем убедить ребенка в нашей безусловной любви.

Контакт глаз – это возможность выражать теплые чувства друг к другу. Младенцы, лишённые любящего взгляда матери, чаще болеют, медленнее развиваются. Потребность в контакте глаз дана человеку с рождения. В 6-8 недель глаза ребенка ищут чего-то, первая улыбка на лице младенца появляется в ответ на ваше лицо.

Тревожные неуверенные дети больше всего нуждаются в том, чтобы с ними налаживали контакт на любом уровне, в том числе и контакт глаз. Ласковый взгляд, прикосновение способны уменьшить уровень тревожности, вселить надежду. Переданная глазами информация может отпечататься в сознании ребенка лучше, чем сказанные слова. Даже если вы прибегаете к какому-либо наказанию, в ваших глазах должна быть любовь, а не злоба.

Если потребности в контакте глаз удовлетворены, то ребенок обаятелен, он не отворачивает голову в сторону при контакте с людьми, с такими детьми все хотят общаться.

## ФИЗИЧЕСКИЙ КОНТАКТ

Когда между нами и нашими детьми происходит физический контакт?

Для многих живых существ физический контакт остается единственным способом выражения привязанности и любви.

Физический контакт – это еще один способ наполнить эмоциональный резервуар ребенка (на самом деле мы не можем позволить себе длительный контакт глаз, прикосновения по отношению ко всем людям, но если мы это делаем, то это есть подтверждение наших особых чувств, нашей любви и привязанности).

В каком возрасте потребность в физическом контакте особенно велика?

Ребенок в любом возрасте нуждается в физическом контакте со своими родителями. Мальчишкам, младшим школьникам, крайне необходимы

«телячьи» нежности. Эта потребность у них выражена ничуть не меньше, чем у девочек, и является базовой потребностью. Возня, борьба, похлопывание по плечу, потасовки, шутливые бои позволяют мальчику продемонстрировать растущую силу и ловкость, чувствовать мужскую поддержку отца. Для мальчика эти «медвежьи» шалости не меньше важны, чем для девочки «телячьи» нежности. По мере того, как мальчишки растут, они становятся все более нетерпимыми к спонтанным ласкам, но иногда у них возникает острая потребность в родительской любви, выражаемой через телесный контакт, нежность и ласку, очень важно не пропустить такие моменты, не отмахнуться от ребенка.

Особенно важно, что в периоды, когда ваш ребенок будет взвешивать свое стремление отказаться от взрослых авторитетов и привязанность к родителям, его воспоминания отчетливо нарисуют ему картину родительской ласки и любви, пережитую им ранее. Чем более трогательная эмоциональная память о детстве у подростка, тем более уверенно он будет противостоять натиску сложностей подросткового периода. Возможностей для того, чтобы дать ребенку ощущение нашей любви достаточно много, но не стоит откладывать это на «потом», так как будущее наступает очень быстро, мы можем просто не успеть любить своего ребенка и дать ему ощущение этой любви.

Для девочек физический контакт особенно важен к 11 годам. В этот период происходит подготовка к юности. Через физический контакт с отцом девочка формирует образ своей сексуальной идентичности со своим полом, иначе говоря, формирует уверенность в себе с точки зрения сексуальной привлекательности. Для девочки важно чувствовать себя в «порядке», быть девушкой «что надо», «первый сорт». Если она чувствует себя такой, то ее юность пройдет относительно безболезненно, ей не надо будет искать способ для одобрения у представителей противоположного пола. Чем худшего мнения девушка о себе, тем легче ей будет поддаться давлению сверстников и тем меньше она способна сохранять ценности родителей.

### ПРИСТАЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ

Пристальное внимание требует времени и проявляется в том, что вы готовы выслушать ребенка наедине столько времени, сколько необходимо вашему ребенку.

Довольно часто возникают ситуации, когда ребенку необходимо пристальное внимание, но именно в эту минуту вы меньше всего расположены его слушать. Пристальное внимание предполагает возможность полностью сосредоточиться на ребенке, не отвлекаясь ни на какие мелочи, так, чтобы ваш ребенок не сомневался в вашей полной безоговорочной любви к нему. В такие минуты ребенок должен почувствовать, что он единственный в своем роде, что он особенный.

Типичная трудность современных родителей – недостаток времени, в том числе для проявления пристального внимания.

Выражение пристального внимания к ребенку требует действительно сосредоточенности, увлеченности собственным ребенком. Это может быть интимная беседа, совместная игра, поход...

### МАТЕРИАЛЬНЫЕ ЦЕННОСТИ

Несомненно, ребенок нуждается во всем том, что он старается у нас попросить. Но чем больше дефицит ребенка в родительской любви, тем больше его стремление получить материальные «заменители любви». Для ребенка это буквально: я буду уверен, что родители любят меня, если они мне купят ... Но если мы позволим всякий раз так выражать свою любовь, то мы найдем для себя и для ребенка наиболее простой и наименее эффективный способ выражения привязанности друг к другу. Не стоит компенсировать нехватку времени на общение с ребенком возможностью купить ему что-то. Постепенно ребенок теряет потребность в других ценностях и, даже став взрослым, строя отношения с другими людьми, будет выбирать как ведущие, материальные ценности, деньги.

#### **3.4 Притча «Небольшая разница».**

#### **4 .Рефлексия**

Если наша встреча была вам интересна, нарисуйте цветок, если нет – нарисуйте иголку у кактуса.

#### **5. Ритуал прощания**

Упражнение «9-й вал». Один из участников начинает аплодировать, к нему присоединяется рядом стоящий и так до последнего участника

## **СЕКРЕТЫ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ЗДОРОВЬЯ**

**Цели:** изучить факторы, влияющие на психическое здоровье ребенка; побудить родителей проявлять заботу о психическом здоровье ребенка.

**Задачи:** выявить факторы, влияющие на психическое здоровье ребенка; практически освоить способы налаживания и оздоровления взаимоотношений «ребенок — взрослый»; научить способам эффективной коммуникации для разрешения проблем; улучшить рефлексивность взаимоотношений с ребенком.

**Оборудование:** бланк теста «Воспитательная позиция»; таблица факторов, влияющих на психологическое благополучие ребенка в семье.

**Ход заседания**

### **1. Приветствие.**

Участники группы бросают друг другу мяч и называют качества, необходимые родителям для сохранения психологического благополучия ребенка в семье.

### **2. Вступительное слово психологическом здоровье (психологической безопасности).**

Здоровье — это полное физическое, психическое и социальное благополучие, а не только отсутствие болезней и физических дефектов. Нервно-психическое здоровье ребенка — это один из критериев здоровья в целом. На современном этапе развития общества жизненный уровень населения понизился, ускорился темп жизни. В связи с этим повысилась агрессивность людей, их занятость, и от этого страдают дети. Из-за постоянной загруженности родителей, дефицита внимания базовые потребности ребенка в любви, ласке не удовлетворяются. В результате этого нарастает напряженность, агрессивность, озлобленность у детей, что говорит об отсутствии психологической безопасности в семье.

Запись на доске или плакате:

Родители воспитывают, а дети воспитываются той семейной жизнью, какая складывается намеренно или ненамеренно. Жизнь семьи тем и сильна, что ее впечатления постоянны, обыденны, что она действует незаметно, укрепляет или отравляет дух человеческий, как воздух, которым мы живы.

Л. Н. Острогорский

Каждый человек появляется на свет как нечто еще никогда не существовавшее до сих пор.

Каждый человек по-своему видит, слышит, чувствует, думает, имеет индивидуальные возможности, способности, черты характера и т. д.

Каждый человек проходит свой путь развития. Выделим, например, следующие этапы развития:

0-3 года; 3-5 лет; 6-10 лет;

11-14 лет; 15-17 лет.

### **3. Практическое задание для родителей.**

— Вспомните себя в каждый из этих периодов. Напишите, кто оказал на вас наибольшее влияние?

— Чему Вы научились?

**(В конце работы обсудить результаты.) (См. ниже плакат.)**

Таким образом, на разных этапах формирования личности влияют близкие люди (члены семьи) и социум (педагоги, друзья). И насколько удовлетворены наши потребности в общении и признании на каждом возрастном этапе, зависит психоэмоциональное благополучие, психологическое здоровье.

Рассмотрим факторы, влияющие на психоэмоциональное благополучие ребенка в семье.

— Что вы знаете о важности следующих факторов, влияющих на развитие ребенка? Если этот фактор кажется вам важным, поставьте напротив него знак «+». Если нет, то «-». Запись на доске или плакате:

| № п/п | Факторы, влияющие на развитие ребенка | Да | Нет |
|-------|---------------------------------------|----|-----|
| 1     | Планирование беременности             |    |     |
| 2     | Ожидание ребенка определенного пола   |    |     |
| 3     | Постоянство материнской заботы        |    |     |
| 4     | Режим питания                         |    |     |
| 5     | Наказание                             |    |     |
| 6     | Поощрение                             |    |     |
| 7     | Стиль воспитания в семье              |    |     |
| 8     | Порядок рождения ребенка в семье      |    |     |
| 9     | Имя ребенка. Группа крови             |    |     |

С помощью этой таблицы психолог анализирует приведенные факторы, обсуждает их с родителями, организует исследование.

#### 4. Мини-лекция «Как воспитывать детей с разной группой крови».

Группа крови, как и прочие наследственные признаки, передается от родителей детям на генетическом уровне. Комбинации генов отца и матери образуют несколько пар. На сегодняшний день официально регистрируются четыре группы крови, которые принято обозначать как: первая (O), вторая (A), третья (B) и четвертая (AB).

**Первая группа крови.** Большинство детей этой группы ласковы и послушны. Исключительно чувствительны по натуре. С раннего детства испытывают потребность в ласке и переживают недостаток родительской любви и внимания. Будучи отвергнутыми, теряют уверенность в себе и могут вырасти с чувством враждебности к обществу. Наделены склонностью к подражанию взрослым. Воспитание в самом нежном возрасте может сыграть определяющую роль в их жизни, гораздо более важную, чем в более старшем. С одной стороны, для детей этой группы характерны романтичность, идеализм, с другой — ранний практицизм, умение оценить выгоды и потери. Следует поощрять у них мечтательность и страсть к сочинительству. Самое опасное у детей первой

группы — это проявление раннего эгоизма. Необходимо с раннего возраста настойчиво прививать им чувство коллективизма и объяснять необходимость думать о других. Ругая ребенка, нужно дать ему понять, что ваше отношение продиктовано исключительно заботой о нем, что он любим. Воздействовать на эмоциональную сферу ребенка с первой группой крови гораздо эффективнее, нежели взывать к его логике.

**Вторая группа крови.** Многие дети упрямы и непоседливы, но по мере взросления становятся все более послушными. Их характерная особенность — повышенная внимательность как к окружению, так и к отношению к ним со стороны окружающих. Они чрезвычайно чувствительны к тому, что думают о них окружающие, поэтому внешне сдержанны и умеют себя контролировать. Обладают достаточной силой воли и твердостью, отстаивают свое «я». Большинство детей, впервые пришедших в детский сад, застенчивы и пассивны. Постепенно у них вырабатывается потребность всем и во всем уступать и угождать. И только в начальной школе у некоторых начинают появляться волевые качества. Главное в воспитании таких детей — помочь им обрести уверенность в себе.

Эти дети испытывают постоянную потребность в понимании со стороны взрослых. Чем уверенней в себе ребенок, тем интенсивнее он развивается. Не следует ругать ребенка, заостряя внимание на его недостатках, это может подорвать его веру в себя. Ласковое слово и похвала оказываются часто незаменимыми помощниками коррекции поведения таких детей. Убеждение — вот главный подход к такому ребенку.

По сравнению с другими дети с этой группой крови более медлительны, поэтому в общении с ними требуется больше терпения. Но, занявшись делом, они стараются довести его до конца. Не подгоняйте, не торопите такого ребенка, иначе у него все будет валиться из рук.

**Третья группа крови.** Дети жизнерадостны, игривы и интересны своей непредсказуемостью в словах и поступках. С ними не соскучишься, но они доставляют много хлопот, дети из разряда «неподдающихся». Все стандартные приемы — шлепки, крики, наказания — либо бесполезны, либо приводят к обратному результату. Ругать их надо строго и внушительно по нескольку раз за одно и то же, чтобы «дошло до сознания». Дети с ранних лет способны хладнокровно оценивать происходящее. Им безразлично, как к ним относятся окружающие. Они редко заводят друзей, заняты только собой, без энтузиазма относятся к общественно полезному труду. Воспитателям следует особое внимание уделять формированию коммуникативных навыков, объяснять правила поведения в обществе. При воспитании таких детей понадобятся терпение и выдержка.

**Четвертая группа крови.** Дети этой группы толковы и покладисты. Но в детстве многие из них застенчивы и даже трусоваты, испытывают необъяснимый страх перед людьми. Причем у одних детей это заметно, у других принимает форму покорного послушания. Они также редко настаивают на чем-то, чего-то требуют, они робки и пугливы. Таким детям надо уделять особое внимание, соблюдать предосторожность, принуждая к чему-либо, не



угрожать наказаниями. При внешне флегматичных признаках психика детей на самом деле ранима и восприимчива к обидам и несправедливости. Вместо того чтобы отругать ребенка, поговорите с ним мягко и задушевно, вызывая к его разуму. У него много здравого смысла — он вас поймет. Вызывайте также к его чувству справедливости, которое у него очень развито.

5. Исследование: может ли влиять порядок рождения на развитие ребенка? Каким образом?

Для проведения исследования родители делятся на группы: группа «младших», «старших», «средних», «единственных» детей.

### **Комментарий**

**Старшему ребенку** в семье свойственны ответственность, добросовестность, стремление к достижениям, честолюбие. Он часто берет на себя часть родительских функций, заботясь о младших детях в семье. Он может чувствовать себя ответственным за семейное благосостояние, продолжение семейных традиций, часто становится лидером. Рождение следующего ребенка приводит к лишению его исключительной позиции в обладании любви и заботы матери и часто сопровождается ревностью к появлению соперника. Если старшему к этому моменту нет 5-6 лет, то появление брата или сестрички может вызвать сильный стресс. Родители переключили внимание на малыша, старший потерял власть над ними. Но он еще мал, чтобы понять, что произошло, его ощущения можно сформулировать примерно так: «Мое место занял кто-то другой». Такая реакция сильнее, если дети однополые.

Младшему ребенку в семье свойственны беззаботность, оптимизм, готовность принимать чужое покровительство. Для членов своей семьи он может так и остаться навсегда малышом. К его достижениям родители, как правило, относятся менее требовательно. В отношениях с людьми манипулятивен, враждебен, конфликтен, он более ориентируется на себя, чем на других. Младшие всегда становятся любимчиками, поэтому в отличие от старших более эмоционально стабильные, более общительные. Как правило, на них возлагают меньше обязанностей, но стереотипы поведения закладываются уже в этот период. Бывает, что за ними навсегда закрепляется прозвище «малыш». Безусловно, это не может не повлиять на развитие личности ребенка.

Средний ребенок может показывать характеристики как младшего, так и старшего или их комбинации. Часто вынужден бороться за то, чтобы быть замеченным и получить свое место в семье.

Единственный ребенок оказывается одновременно самым старшим и самым младшим ребенком в семье. Более чем какой-либо другой ребенок, единственный ребенок наследует характеристики своего родителя того же пола. Единственные дети часто имеют привязанность к родителям на протяжении всей жизни. Поскольку родители склонны возлагать большие надежды на своего единственного ребенка, как и на старшего, он обычно отличается в школе и в последующих областях приложения сил. Однако, находясь во власти родителей, под их постоянной опекой, у ребенка может сформироваться беспомощность.

Существуют два типа единственных детей: рано взрослеющий и «маменькин сынок», особенно второй вариант распространен в семьях, где были проблемы с беременностью, поздние роды и т. п. Воспитательная позиция тоже играет важную роль в психологическом здоровье ребенка.

#### **6. Тест «Воспитывающая позиция».**

Подумайте и ответьте, свойственно ли Вам такое поведение?

0 — никогда; 1 — редко; 2 — часто; 3 — почти всегда; 4 — всегда.

- Говорить, что вас нет дома, когда вы есть.
- Переходить улицу в неполюженном месте.
- Курить.
- Извиняться, когда вы не правы.
- Громко рассказывать «взрослые» анекдоты.
- Эмоционально «выражаться», когда у вас что-то не получается.
- Долго сидеть за столом, разговаривать с друзьями.
- Добиваться своей цели, преодолевая сопротивление.
- Уступать место в транспорте.
- Не обращать внимания, когда вас провоцируют на грубый ответ,
- Смотреть фильмы на любые темы.

После того как вы ответите на эти вопросы, представьте, что во всех ситуациях рядом с вами Ваш ребенок. Изменятся ли Ваши ответы? Большинство людей присутствие ребенка заставляет воспринимать ситуацию как воспитывающую. А как воспринимаете ее Вы?

#### **7. Методы общения с ребенком (рекомендации).**

В воспитании ребенка огромную роль играет психологический микроклимат в семье, общение с ребенком. В общении с ребенком у родителей часто возникают проблемы.

Что может сделать родитель?

1) Попытаться непосредственно повлиять на ребенка.

1. Повлиять на самого себя.

2. Попытаться повлиять на обстоятельства.

Существуют 2 формы сообщения в общении с ребенком «Я — сообщение», «Ты — сообщение».

Например:

Ты — сообщение

Родитель устал – «Ты меня утомил» — Реакция ребенка «Я — плохой».

Я — сообщение

Родитель устал – «Я очень устал» — Реакция ребенка «Папа устал».

**Цель: «Я — высказывания»** не заставить кого-то что-то сделать, а сообщить свое мнение, чувство, потребность. В такой форме ребенок услышит и поймет гораздо быстрее.

**«Ты — высказывание»** часто становится родительским посланием, прогнозом, которым ребенок руководствуется всю жизнь. Часто многие взрослые вспоминают такие фразы: «Ты всегда будешь добиваться всего соплями и слезами» или «Мне моя мама часто говорила, что в нашей семье все

женщины несчастны» и т. п. Родители произносят эти фразы, чтобы уберечь детей от тягости жизни, однако не все дети понимают это.

#### **8. Упражнение «Переделай ты — сообщение».**

**Задание дается на карточках индивидуально или по подгруппам.**

- 1) Ты постоянно не можешь завязать шнурки (вариант: «Я так устаю каждый раз завязывать тебе шнурки, как бы мне хотелось, чтобы ты сделал это самостоятельно»).
- 2) С тобой бесполезно что-то обсуждать, ты никогда не слушаешь. («Когда я хочу поделиться с тобой чем-то важным, мне хотелось, чтобы ты был внимательным...»).
- 3) Ты — жадина, ты не поделился конфетой с сестрой («Я очень расстроена, что ты не поделился конфетой»).

#### **9. Рефлексия «Семейные заповеди».**

Участникам предлагается написать список семейных заповедей, которых должны придерживаться родители для формирования психологической безопасности ребенка в семье. Затем происходит взаимообмен, обсуждение.

### Что наша жизнь?...Игра!

**Цель:** показать родителям значимость игр и игрушек для полноценного развития ребенка раннего возраста.

**Задачи:** рассказать родителям о предназначении игр и игрушек; научить управлять ребенком с помощью игры; обозначить критерии выбора игрушки для полноценного эмоционального развития ребенка.

#### Подготовка:

1. Провести предварительное исследование игровых интересов детей с помощью анкеты, предложенной родителям:

- Любит ли Ваш ребенок играть?
- В какие игры Вы играете с детьми дома?
- Любимая игра ребенка — это...
- Какие игрушки Вы покупаете малышу?
- Чем Вы руководствуетесь при выборе игрушки?
- Какие герои мультфильмов являются любимыми игровыми персонажами Вашего ребенка?

Вашего ребенка?

1. Подбор музыки.

2. Оформление выставки игрушек (от традиционных до современных).

#### Ход заседания

##### На фоне спокойной музыки звучит текст:

Вот как мог выглядеть званый вечер в одном из дворцов Франции, Германии, Италии и даже России лет 300 назад. Горят сотни свечей. В центре зала на большом помосте стоит клавесин, возле которого на стуле в ожидании публики сидит модно одетая девочка. По знаку хозяина она встает, кланяется гостям, ожидая аплодисментов. Играет она превосходно. Правда, ее строгое неподвижное лицо и скованная фигура плохо гармонируют с прекрасной музыкой. Окончив игру, она встает, кланяется, ожидая аплодисментов. И вдруг замирает. Гул изумления прокатился по залу. Гости поняли, что «артистка» — всего лишь кукла. Хозяин доволен своей выдумкой...

##### 1. Вступительное слово психолога.

Игрушка... Что она значит в нашей жизни? Каково ее истинное предназначение? Что это? Средство для развлечения или культурное орудие, передающее состояние современной культуры, суть человеческих отношений и сложное мироустройство?

**Игра и игрушка** — специфическое средство массовой информации, поскольку в них зафиксированы основные тенденции воздействия на сознание и поведение человека, способы и средства его воспитания. СМИ построены на принципах игры. (Чем не игрушки современные газеты с кроссвордами, головоломками?!) А сколько игр на телевидении?! Игрушка — тот же носитель информации для ребенка, что газеты для взрослого.

Зачем же нужна игра?

«Игра — это школа произвольного поведения» (Д. Эльконин).

Попробуйте заставить ребенка стоять смирно — он не простоит и двух минут. Но если это действие включить в игровой контекст, цель с успехом будет достигнута.

(Море волнуется раз, море волнуется два, море волнуется три — замри! Ведь замирают и стоят самые непослушные дети.)

### **«Игра — школа морали в действии» (А, Леонтьев).**

Можно сколько угодно объяснять ребенку «что такое хорошо и что такое плохо», но лишь сказка и игра способны через эмоциональные переживания, через постановку себя на место другого научить действовать и поступать в соответствии с нравственными требованиями.

Игрушка всегда выполняла кроме прочих и психотерапевтическую функцию — помогала ребенку овладеть собственными желаниями, страхами. Страх темноты можно преодолеть с помощью деревянного меча — орудия его преодоления. Какая-нибудь коряга, камушек, ракушка, гвоздик наделяются особыми свойствами, смыслами. Мы часто обнаруживаем подобный мусор, пытаюсь навести порядок в детском уголке, кармане. И всякий раз сталкиваемся с просьбой «не выбрасывать». В какие же игры и игрушки играют наши дети?

#### **2. Анализ анкет.**

#### **3. Дискуссия о пользе и вреде игрушек.**

Психолог: Помните: игрушка не только сопровождение игры, но и средство обучения, развлечения и даже лечения. Таковы ли современные игрушки?

Дискуссия о пользе и вреде старых и современных игрушек.

Родителям предлагаются различные игрушки (матрешка, Барби, набор животных, Телепузик, пирамидка, конструктор и др.).

Нужно разделить лист бумаги пополам и рассмотреть «плюсы» и «минусы» любой игрушки по выбору. Затем коллегиально выяснить полезность, бесполезность или вред данной игрушки.

#### **4. «Как оценить качество игрушки».**

Психолог: У большинства из нас детство связано с любимыми игрушками, которые остались в памяти, как близкие друзья, как воплощение теплоты и значимости той невозвратимой поры. Нормальное становление внутреннего мира ребенка, его развитие немислимы без игры, а следовательно, без игрушки. Подбор игрушки — дело серьезное и ответственное. Как показывают опросы, в большинстве случаев игрушки выбираются стихийно или в силу поверхностных обстоятельств (привлекательность, величина, стоимость, желание угодить ребенку). Развивающий потенциал игрушки, ее педагогическую полезность родители недооценивают. Выбирая игрушки для своего ребенка, взрослые, к сожалению, либо целиком доверяются прилагаемой аннотации, в которой производитель игрушки пишет все что угодно, либо руководствуются принципом: «Чем больше, тем лучше, будет чем ребенку заняться», то есть, как правило, приобретают необдуманно, не соотнося с задачей — четким назначением и педагогическими рекомендациями пользования игрушкой.

Отсутствие ценностных ориентиров на рынке игрушек приводит к бессмысленным закупкам однотипных игрушек, бесполезных.

Такая ситуация весьма негативно отражается на качестве игры, а следовательно, и на эффективности развития ребенка. Родителям предлагается совместно с психологом разработать критерии выбора игрушки. Например:

- соответствие интересам самого ребенка (интересы взрослого и ребенка зачастую не совпадают: взрослых привлекает внешняя красота, богатство, сложность деталей или описанное в аннотации развивающее значение, у детей другие приоритеты -похожа на любимого сказочного героя, такая же есть у друга);
- возможность что-либо с ней делать — главное достоинство игрушки (разбирать, передвигать, извлекать звуки);
- разнообразие форм активности ребенка: чем более игрушка совершенна, тем меньше простора для творчества (максимальны для преобразований мячи, кубики, пирамидки);
- игровые действия должны быть самостоятельными (игрушки-загадки, которые сами подсказывают способ действия, например, матрешки, пирамидки);
- эстетический аспект (игрушка должна вызывать гуманные чувства, недопустимо в игрушке наличие качеств, стимулирующих асоциальные действия и чувства: насилие, жестокость, агрессию).

#### **5. Игровое упражнение «Выбери игрушки».**

Родители делятся на три команды, каждой из которых предлагается выбрать на предложенной выставке игрушек те, которые способствуют:

- социально-эмоциональному развитию (например, животные, куклы, посуда, доктор, парикмахерская и др.);
- интеллектуальному развитию (кубики, конструктор, паз-лы, мозаика, лото, домино и пр.);
- физическому развитию (мячи, обручи, кегли, скакалки и др.).

Конечно, взрослому легче указать, как нужно себя вести ребенку, усадить, запретить, сказать, чтоб не мешал. Но для ребенка такие усилия родителей нередко становятся источником беспокойства, вызывают тревогу. Чтобы получить поддержку взрослого, ребенок может прикинуться глупым, беспомощным, слабым, скучающим, медлительным. В игре же и игровых отношениях он учится поддерживать себя сам. Ведь в своей игре ребенок всегда успешен. Поэтому через игровую роль он благополучнее переживает моменты преодоления трудностей. Этим и уникальна игровая деятельность как воспитательное средство. Вот почему сегодняшнему родителю, живущему в условиях стрессогенности современной жизни, ради сохранения добрых отношений с детьми столь полезно развивать собственную игровую находчивость и изобретательность, обогащать свое родительское поведение навыками игрового, а не только директивного общения.

— Какие способы общения с ребенком предпочитают взрослые в типичных повседневных ситуациях?

#### **6. Экспресс-опрос родителей.**

Вы намереваетесь войти в дверь подъезда, но у входа Вам перегородивает путь малыш с игрушечным автоматом в руках, Вы:

- а) заходите в подъезд, не отвлекаясь на малыша;
- б) говорите ребенку, чтобы он выбрал более удачное место;
- в) отвечаете ему, приняв игровую ситуацию.

В зимний день на прогулке Вы увидели множество построек из снега, Вашему ребенку не терпится поиграть с ними, Вы:

- а) наблюдаете за ребенком, пока он наиграется;
- б) играете вместе с ребенком, придумав сюжет;
- в) определяете ребенку время для игр и пролистываете свежий номер журнала.

Ваш ребенок бегает по квартире с пронзительными звуками, Вы:

- а) останавливаете ребенка словами: «Отдохни от беготни, а то вспотеешь»;
- б) спрашиваете что-то вроде того: во что ты играешь и не пора ли самолетику заправиться;
- в) усаживаете ребенка на диван, предлагая почитать книгу.

**(Варианты директивные и с опорой на игру.)**

#### **7. Упражнение «Внештатная ситуация».**

Каждой группе родителей предлагается ответить на вопрос, обыграв сложившуюся ситуацию. (Вы приготовили обед и зовете ребенка к столу, а он в этот момент разыгрался. Что делать? И т. п. по выбору.)

#### **8. Рефлексия «Синтез информации».**

Участникам Клуба предлагается назвать все происходящее на занятии одним словом. Все слова записываются. Затем предлагается составить название из двух слов, потом — используя целое предложение, которое раскрывает суть темы.

## ДЕТСКИЕ СТРАХИ

**Цель:** актуализировать проблему детских страхов и тревожности для профилактики их возникновения.

**Задачи:** познакомить родителей с особенностями возникновения страхов у детей; научить эффективным методам борьбы со страхами; отработать навыки поведения, препятствующие их возникновению.

### Ход заседания

#### 1. Приветствие «Самореклама».

Каждый участник должен каким-либо образом заявить о себе. Это может быть объявление в газете (несколько строчек) или реклама по радио, телевидению. В рекламе необходимо указать главную цель — для чего это делается.

#### 2. Консультация «Что такое страх?».

Страх основан на инстинкте самосохранения, имеет защитный характер и сопровождается определенными физиологическими изменениями ВНД, что отражается на частоте пульса и дыхания, выделении желудочного сока, показателях артериального давления.

Детские страхи возникают в случаях психотравмирующих ситуаций (испуг, болезнь, конфликты, неудачи), но гораздо более распространены так называемые внушенные страхи. Их источник — взрослые, окружающие ребенка, которые непроизвольно заражают ребенка страхом. («Не бери — обожжешься», «Не гладь — укусит» и т. д.) Чем чаще мы пугаем без нужды, тем больше развивается неуверенность ребенка в себе и повышенное чувство тревожности. Особенно подвержены страхам дети, чересчур беспокойных родителей (разговоры при ребенке о смерти, несчастьях, болезнях, убийствах помимо воли запечатлеваются в его психике).

Честолюбивые, не в меру принципиальные, с болезненно заостренным чувством долга, излишне требовательные родители, которых вечно не устраивает характер, темперамент, поступки ребенка, — главным образом беспокоятся о возможных несчастьях, которые могут произойти с ребенком.

Стараются как бы заранее предопределить его судьбу, вынуждают ребенка быть в постоянном страхе: «А вдруг я делаю что-то не так, а вдруг я разочарую маму и утрачу ее любовь?».

Наиболее подвержены подобному страху единственные дети. Они боятся не соответствовать высоким стандартам в представлении их родителей.

Хроническое чувство тревоги и беспокойство имеют дети, в чьих семьях частенько возникают конфликты, особенно по поводу воспитания.

На количество страхов оказывает влияние и состав семьи, у детей из неполных семей количество страхов больше, тревожность выше.

**Тревога** — это предчувствие опасности, состояние беспокойства, которое имеет свои внешние симптомы.

#### 3. Тест тревожности (А. Захаров).

1. — данный пункт отсутствует;
2. — проявляется;
3. — ярко выражен.



4. Ребенок легко расстраивается, много переживает.
5. Часто плачет, ноет, не может успокоиться.
6. Капризничает ни с того ни с сего.
7. Более чем часто обижается.
8. Бывают приступы злости.
9. Заикается.
10. Грызет ногти.
11. Сосет палец.
12. Разборчив в еде.
13. Засыпает с трудом.
14. Отсутствует аппетит.
15. Спит спокойно.
16. Плохо и неохотно встает.
17. Часто моргает.
18. Дергает плечом, рукой, тербит одежду.
19. Не умеет сосредоточиться, быстро отвлекается.
20. Стараются быть тихим.
21. Боится темноты.
22. Боится одиночества.
23. Боится неудачи, не уверен в себе, нерешителен.
24. Бывает чувство неполноценности.

Менее 7 баллов — отклонения несущественны.

7-13 баллов — невысокая степень тревожности.

14-19 баллов — средняя степень психического напряжения.

20-27 баллов — ожидается нервный срыв, переход к высокой степени психоэмоционального напряжения.

28-40 баллов — высокая степень психоэмоционального напряжения.

#### **4. «Возрастные особенности страха».**

Каждому возрасту свойственны свои страхи:

- от рождения до года: малыш способен напугать громкие звуки, неожиданный шум;
- от 1 до 2 лет: разлука с родителями, незнакомые люди, травмы, засыпание;
- от 3 до 4: страх темноты, одиночества, замкнутого пространства, Баба Яга, Кощей и другие персонажи сказок;
- 6-7 лет: апогея достигает страх смерти, этот возраст обнаруживает самое большое количество страхов.
- Самый бесстрашный возраст у девочек — 3 года, у мальчиков — в 4 года.

#### **5. «А насколько же взрослые подвержены страхам?»**

##### **Рисуночный тест «Страшная история»**

Цель: изучение подверженности страхам.

Родителям предлагается дорисовать предложенную картинку, сделать ее действительно страшной, прописать детали

## **6. Причины возникновения ночных кошмаров:**

- особенности протекания беременности (волнение, страхи, чрезмерное беспокойство, переутомляемость, токсикоз в 1-й половине беременности);
- особенности протекания родов (затяжные или быстрые, обвитие шеи пуповиной и т. д.);
- большое количество дневных страхов;
- впечатлительность;
- конфликты в семье;
- ослабленность НС;
- состояние стресса и т. д.

### **Функции кошмарных снов для психики**

**(Родителям предлагается объяснить, как они понимают значение каждой функции.)**

- Отражение и преломление действительности, в том числе ее психически не осознаваемых сторон.
- Проявление альтернативных форм поведения, не допускаемых в сознании или отвергаемых по нравственно-этическим соображениям.
- Плод творческой фантазии, особенно у правополушарных, художественно одаренных личностей.
- Отражение и одновременно предвосхищение травмирующего опыта.
- Показатель готовности для противостояния страхам.
- Выражение психического дискомфорта, эмоционального стресса, неуверенности, страха.
- Способ прорыва критического психического напряжения, имеющий терапевтическую функцию, в то же время заостряющую чувствительность к страхам.

### **Психологический сонник**

Психолог знакомит родителей с толкованием в психоанализе реальных мотивационных плеяд при возникновении кошмарных снов

1. «Из опыта воспитания». (Родители по желанию делятся своими способами борьбы со страхом.)
2. Способы борьбы со страхом, предлагаемые психологами.

**Рисование** дает возможность быть самим собой, здесь нет места страху и бессилию (можно отрубить голову дракону, запереть Кощея в клетку, сделать Бабу Ягу доброй, нарисовав ей улыбку). Кроме того, нарисованный страх можно запереть в шкафу и выбросить ключ, сжечь, смять и выбросить, разорвать на кусочки, подарить кошке и т. д. Это способ борьбы наиболее эффективен с 5 лет, когда ребенок рисует осознанно.

**Игра** — ролевое проигрывание ситуации (в игре ребенок не может быть проигравшим), фантазирование, сочинение историй. Например, как темнота помогла герою укрыться от врагов, как доктор спас больного, как в сказке «Айболит» и др. Сочинение таких историй является аналогом игры. Так, знаменитый писатель Жорж Сименон был крайне застенчивым и боязливым, он и придумал бесстрашного комиссара Мегрэ, чтобы компенсировать свои недостатки.

**Тактика поведения родителей:** не заострять внимания на страхе, не стыдить ребенка, не смеяться над ним, а наоборот -одобрять, хвалить за каждое проявление смелости, воли. Тем самым повысится самооценка ребенка.

#### **9. «А что, если...»**

Решение родителями предложенных ситуаций:

1. Если ребенок боится врача, то....
2. Если ребенок боится Бабы Яги...
3. Если ребенок боится засыпать,...

#### **10. Рефлексия.**

Каждому родителю предлагается, вспомнив вышесказанное, сказать одним предложением, как необходимо действовать, чтобы предотвратить страх.

Например:

- лишний раз не демонстрировать склонности к беспокойству;
- не навязывать детям такие правила, выполнить которые они не в состоянии;
- не читать постоянно мораль, не стыдить;
- не создавать проблем там, где их нет;
- стремиться разнообразить общение с ребенком и т. д.

**Беспокойство, тревога, страх** — такие же неотъемлемые, эмоциональные проявления нашей психической жизни, как и радость, восхищение, гнев, удивление, печаль. Детские страхи, если к ним правильно относиться, понимать причины их появления, чаще всего исчезают бесследно. Если же они сохраняются длительное время, то это служит признаком неблагополучия, говорит о нервной ослабленности ребенка, неправильном поведении родителей, незнании ими психических особенностей ребенка, наличии у них самих страхов, конфликтных отношений в семье.

#### **ПРИЛОЖЕНИЯ К ЗАСЕДАНИЮ**

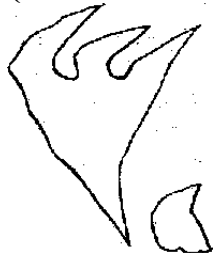
##### **Психологический сонник**

1. Снятся преследования, погони. Все они маркеры высокого уровня внутреннего беспокойства, тревоги, неотреагированной агрессии.
2. Когда во сне мы теряемся, нас покидают, остаемся совсем одни — знак экзистенциальной тревоги с чувством растерянности и депрессивным мироощущением.
3. Представляются толпа, замкнутое пространство, горы, здания и невозможность выхода — показатели чувства незащищенности, травмирующей разлуки и невостребованной любви.
4. Видятся больница, врачи, болезни, чудовища — знамение страха изменения или необратимых перемен.
5. Падаем в колодец, ущелье, с неба, крыши — сигнал аффективно заостренного инстинкта самосохранения или страха смерти.
6. Летаем в космосе, все дальше удаляясь от Земли, встречаемся с инопланетянами — признак личной неопределенности, магический строй и истерические черты характера.

7. Встречаемся в принужденном порядке с Кощеем, Бабой Ягой и прочими отрицательными персонажами сказок — отражение родительской холодности, чрезмерной принципиальности или жестокости.

### Тест «Страшная история»

(Ваша подверженность страхам)



Этот рисунок представляет из себя незаконченную иллюстрацию к книге ужасов. Ваша задача — дорисовать эту картинку, сделать ее действительно страшной, прописать детали, создать соответствующую данному жанру атмосферу.

1. Если Вы выделили две фигуры, причем одна из них, **большая**, принадлежит ужасному существу (приведению, монстру), а вторая, **поменьше**, — человеку, это говорит о том, что в вашей жизни очень много страхов. Вы постоянно чего-то боитесь, опасаетесь, о чем-то тревожитесь, беспокоитесь по разным поводам. Иначе говоря, в вашей жизни всегда найдется место новому страху, вы подвержены этой напасти.

2. Если вы **особое внимание уделили фигуре человека**, то это значит, что вы пугливы, страхи способны надолго погрузить вас в депрессию или довести до нервного срыва.

1. Если ваш **человек стоит лицом к ужасному существу**, то это говорит о том, что вы, хотя и испытываете страх, все же способны ему противостоять. Вы можете обуздать панику в своей душе и взять свои отрицательные эмоции под жесткий контроль разума.

2. Если же ваш **человек съежился и спрятал лицо от ужасного существа**, то это значит, что вы целиком и полностью отдаетесь во власть своего страха, он парализует вас и лишает воли, вы отказываетесь от борьбы, даже не начав ее.

3. Если вы нарисовали **ужасное существо (приведение, монстра) и неживой предмет** (камень, люк, гроб), то это говорит о том, что в вашей жизни, конечно, страхи присутствуют, однако они не угнетают вас и не мешают вам жить спокойно. Вы думаете о них не все время, а лишь в те моменты, когда они подступают к вам вплотную и от них не получается просто отмахнуться.

4. Если вы увидели в этом рисунке не целое существо, а только какую-то **часть монстра** (например, торчащую из земли лапу или морду), то это говорит о вашем бесстрашии и несомненной творческой жилке. Вы даже к страхам подходите с позиций художника.

5. Чем больше **черного цвета** на вашем рисунке, тем больше ваша подверженность страхам. **Сильный нажим на карандаш или ручку** говорит о вашей тонкой нервной системе, ранимости и взвинченности.

б. Чем подробнее выписан **фон**, тем менее вы подвержены страхам. Вы относитесь к ним несколько отстраненно, не принимая их близко к сердцу. **Обилие мелких деталей, узоров** говорит о том, что вы привыкли ничего не бояться, вы прочно стоите на земле и знаете, что нет такого страха, с которым вы не могли бы справиться.

## **«В ЦАРСТВЕ УПРЯМСТВА И КАПРИЗОВ» ИЛИ «КАК ПРЕОДОЛЕТЬ КРИЗИС 3-летнего ВОЗРАСТА»**

**Цели:** познакомить родителей с психологическими особенностями ребенка 3 лет; актуализировать проблемы воспитания и развития детей 3-летнего возраста и найти пути их решения; повысить педагогическую культуру родителей.

**Задачи:** привлечь родителей к обмену мнениями по актуальным для них вопросам взаимоотношений с 3-летним ребенком; наметить пути и способы преодоления 3-летнего кризиса ребенка, сплотить родительский коллектив; пополнить арсенал знаний родителей по конкретному вопросу.

**Участники:** педагог-психолог, воспитатель, родители.

### **Подготовка:**

1. За две недели до начала собрания родителям раздаются письменные приглашения, чтобы они смогли заблаговременно спланировать свое участие в собрании.

### **Педагоги УДО**

Для каждого родителя готовятся разноцветные полоски цветной бумаги (красной, желтой, зеленой, оранжевой, фиолетовой, черной).

#### **1. Педагог-психолог:**

- готовит плакат с изображением семиконечной звезды;
- предоставляет консультативный материал в родительский «уголок» на темы: «Если малыш капризничает...», «Особенности развития детей 3-летнего возраста», «Я — сам» и т. п.;  
— разрабатывает памятки для родителей.

Оформление, оборудование и инвентарь: занятие проводится в просторном помещении, стулья и столы расположены группами, чтобы все участники могли хорошо видеть и слышать друг друга. На столах лежат полоски цветной бумаги, булавки, ручки, карандаши или фломастеры, чистые листы бумаги, клубок ниток.

К доске прикрепляется плакат с изображением «Семиконечной звезды» на фоне неба.

### **Ход заседания**

1. Ведущий (воспитатель) открывает собрание кратким вступительным словом, разъясняет цели и порядок совместных действий участников занятия.

Родители сидят за столами, разбившись на группы. Ведущий предлагает им изготовить визитку из цветной бумаги. Цвет избирается каждым участником по желанию (цвет символизирует сиюминутное настроение). Используемые цвета: красный, желтый, оранжевый, зеленый, фиолетовый, черный. Ведущий задает родителям вопрос: «Как бы вы хотели, чтобы к вам сегодня обращались и вы при этой форме обращения чувствовали себя комфортно?», а участники пишут либо имя, либо имя, отчество, либо уменьшительно-ласкательное имя. Изготовленные визитки прикрепляются к одежде.

**Цель:** оценить эмоциональное состояние участников в начале занятия, отметить степень готовности к сотрудничеству при помощи цветовой методики А. Лутошкина.

Критерии оценки:

- а) красный — восторженное настроение;
  - б) желтый — светлое, приятное;
  - в) оранжевый — радостное;
  - г) зеленый — спокойное;
  - д) фиолетовый — тревожное, напряженное;
  - е) черный — уныние, полное разочарование, упадок сил.
- Родители должны представиться и по желанию объяснить другим идею (замысел) своей визитки или почему выбрано именно такое обращение.

**Вступительное слово ведущего.** Третий год жизни ребенка, кажется, самое трудное позади, ребенок повзрослел, стал более самостоятельным, однако многие родители и не догадываются, что конец раннего возраста - один из труднейших периодов в жизни и ребенка, и взрослого. Ребенок все чаще говорит: «Я сам», «Я хочу» и т. п., все чаще закатывает истерики, устраивает бунт против окружающих, пытается добиться своего любыми способами. Такое поведение зачастую огорчает, беспокоит и ставит в тупик даже самых заботливых родителей. «Что происходит с ребенком? Неужели мы плохо его воспитали? Как заставить его быть послушным?» — именно эти вопросы все чаще и чаще задают себе родители, когда ребенок достигает 3-летнего возраста. Так как далеко не каждый родитель знает, что кризис 3 лет — это не просто очередной возрастной этап, а этап, на котором происходит становление новых качеств, перестройка личности ребенка. И от того, насколько безболезненно он пройдет, зависит дальнейшее эмоционально-личностное развитие малыша. Поэтому проблема развития и воспитания детей 3-летнего возраста актуальна в условиях и дошкольного, и семейного воспитания. И требует ее совместного решения как со стороны педагога, так и со стороны родителя.

## **2. Выступление психолога.**

«Привыкание к детскому саду совпадает с кризисным моментом в психическом развитии ребенка. К трем годам родители замечают серьезные изменения в своем ребенке, он становится упрямым, капризным, вздорным. Многие не знают, что в это время происходит очень важный для ребенка психический процесс — это первое яркое выражение своего «Я», это его попытка самостоятельно отделиться от матери, научиться делать самому и как-то решать свои проблемы. Кризис 3 лет называют «семизвездием симптомов». **(Психолог обращает внимание на плакат с изображением семиконечной звезды.)**

Симптомы кризиса 3 лет

- 1) Ярко выраженный **негативизм** (стремление делать все на оборот, только потому, что его об этом попросили; при резкой форме негативизма ребенок отрицает все: «Это платье белое», — говорит мама, а ребенок — вопреки очевидному: «Нет, оно черное». Негативизм — это отношение не к предметной ситуации, а к человеку).
1. **Упрямство** (ребенок добивается своего только потому, что он этого захотел).
2. **Строптивость** (капризы по любому поводу, постоянное недовольство всем, что предлагает взрослый).

4) **Своеволие** (ребенок все хочет делать сам).

Остальные три симптома встречаются реже:

1. **Бунт против окружающих** (ребенок ссорится со всеми, ведет себя агрессивно).
2. **Обесценивание ребенком личности близких** (говорит бранные слова в адрес родителей, замахивается игрушками, отказывается в них играть).

7) В семьях с одним ребенком встречается **стремление к деспотичному подавлению окружающих**. Вся семья должна удовлетворять любое желание маленького тирана, в противном случае ее ждут истерики. Если в семье несколько детей, этот симптом проявляется в ревности, агрессии, в требовании постоянного внимания к себе. Специалисты по детской психологии, описывающие симптомы этого кризиса, подчеркивают, что в центре его стоит бунт ребенка против авторитарного воспитания, против сложившейся ранее системы отношений в семье, за эмансипацию своего «Я». Ребенок все чаще произносит: «Я — сам», что говорит о стремлении к самостоятельности, автономности. В этот период происходит ломка прежних и становление новых качеств личности ребенка. Появляется «гордость за достижения», ребенку требуется одобрение, похвала взрослого. Признание окружающих меняет чувства ребенка — переживание успеха или неуспеха. Он сам начинает смотреть на себя глазами другого. Родители не должны пугаться остроты протекания кризиса. Это яркое проявление ребенка в самоутверждении. И, наоборот, внешняя «бескризисность», создающая иллюзию благополучия, может быть обманной, свидетельствовать о том, что в развитии ребенка не произошло соответствующих возрастных изменений.

### **Некоторые особенности проявления кризиса 3 лет**

- Период упрямства и капризности начинается примерно с 18 месяцев.
  - Как правило, фаза эта заканчивается к 3,5-4 годам. Случайные приступы упрямства в более старшем возрасте — тоже вещь вполне нормальная.
  - Пик упрямства приходится на 2,5-3 года жизни.
  - Мальчики упрямятся сильнее, чем девочки.
  - Девочки капризничают чаще мальчиков.
  - В кризисный период приступы упрямства случаются у детей по 5 раз в день. У некоторых — до 19 раз!
  - Если дети по достижении 4 лет продолжают часто упрямятся и капризничать, то, вероятнее всего, речь идет о «фиксированном» упрямстве, истеричности как удобных способах манипулирования родителями. Чаще всего это результат соглашательского поведения родителей, поддававшихся нажиму со стороны ребенка, нередко ради своего спокойствия.
1. **«Есть мнение...»** (Решение педагогических ситуаций.) Каждой группе родителей предлагается карточка с описанием какой-то проблемной ситуации и каждая группа вырабатывает три способа (стратегический, тактический и фантастический) решения данной проблемы.  
Варианты проблемных ситуаций: «Что делать, если...».
  1. Вы с ребенком находитесь в переполненном транспорте, не имеете возможности посадить его, держите в руках тяжелую сумку, а в это время ваш малыш начинает кричать и плакать...



2. Вы моете посуду, ребенок упорно настаивает: «Я — сам», а вы заранее знаете, что он сделает это не качественно, да и вдобавок ко всему может ее разбить...
3. Войдя в комнату, вы видите, что все игрушки, которыми играл ребенок, разбросаны на полу, уговоры собрать не действуют. Вы чувствуете, как усиливается ваше недовольство, напряжение... и т. п.

#### **4. Практические советы.**

«Многих родителей мучает вопрос: может ли родитель, действуя грамотно, смягчить проявления кризиса? Как помочь ребенку выйти из него, не вынося в душе негативные качества: ведь упрямство — это крайняя степень проявления воли, необходимого для ребенка качества; капризность — демонстрация собственной значимости для других, ощущение своего «Я».

Как вести себя родителям в период кризиса

- Не придавайте большого значения упрямству и капризности.
- Примите к сведению приступ, но не очень волнуйтесь за ребенка.
- Во время приступа оставайтесь рядом, дайте ему почувствовать, что вы его понимаете.
- Не пытайтесь в это время что-либо внушать своему ребенку — это бесполезно. Ругань не имеет смысла, шлепки еще сильнее взбудоражат.
  - Будьте в поведении с ребенком настойчивы. Если вы сказали «нет», оставайтесь и дальше при этом мнении.
  - Не сдавайтесь даже тогда, когда приступ у ребенка протекает в общественном месте.
- Чаще всего помогает одно — взять его за руку и увести.
- Истеричность и капризность требует зрителей, не прибегайте к помощи посторонних: «Посмотрите, какая плохая девочка, ай-ай-ай!» Ребенку только этого и нужно. Постарайтесь схитрить: «Ох, какая у меня есть интересная игрушка (книжка, штучка...); «А что это там за окном ворона делает?» — подобные отвлекающие маневры заинтригуют капризулю, он успокоится.

**5. Рисование.** Далее родителям предлагается в течение 8-10 минут рисовать на тему «Мир детства и мир взрослых», а потом дать пояснение к своему рисунку.

Обсуждение по вопросам (к родителям):

- Есть ли взаимодействие между миром взрослых и миром детей на Вашем рисунке?
- Как они могут взаимодействовать, помочь друг другу?
- В каком мире Вам хочется быть сейчас?
- Как Вы думаете, что хотят сказать взрослые на этом рисунке детям? А что дети хотят сказать взрослым?
- Есть ли на рисунке место конфликту? Где?  
Пусть родители попробуют проиграть ситуацию взаимодействия взрослого и ребенка, которые могут разрешаться как конфликтным, так и бесконфликтным способами. В процессе проигрывания заявленной ситуации важно прояснять мотивы поведения ребенка и соотносить их с целесообразностью избираемых родителями способов регулирования на ситуацию.

**6. Самооценка участников занятия,** в ходе которой с целью обобщения вышесказанного каждому родителю необходимо продолжить фразу: «Работая с группой, я понял(а), что...».

Примерные ответы:

- К 3 годам резко возрастает стремление к самостоятельности и независимости от взрослого, что находит свое выражение в кризисе трех лет.
- Этот кризис внешне проявляется в негативизме, упрямстве, строптивости.
- К 3 годам возникает особый поведенческий комплекс -«гордость за достижения», который охватывает все главные сферы отношений ребенка: к предметному миру, к другим людям, к самому себе.
- Новое видение «Я» через призму своих достижений дает начало бурному развитию детского самосознания.
- Становление такой системы «Я», где точкой отсчета является достижение, оцененное окружающими, знаменует собой переход к дошкольному детству и т. п.

### **7. Заключительный этап.**

В качестве рекомендаций родителям выдаются памятки:

#### **Советы психолога**

- Взрослые должны сохранять общее положительное отношение ребенка к самому себе.
- Не следует сравнивать неудачи ребенка с успехами других.
- Там, где возможно, дайте ему право самому выбирать, дайте больше самостоятельности.
- Уважайте замыслы малыша, отвечайте так, чтобы ребенок чувствовал вашу заинтересованность в делах.
- Если вы позволите малышу с помощью истерики добиться цели, это станет устойчивой формой поведения.
- Как только ребенок начинает капризничать, обнимите его, уверьте в своей любви и постарайтесь отвлечь от каприза.
- Когда ребенок успокоится, ласково поговорите с ним. Скажите ему, что вас огорчило его поведение, выразите уверенность, что в дальнейшем он будет вести себя лучше.  
» Постарайтесь поменьше читать мораль, устанавливая запреты, наказывать и побольше ласки, терпения, даже ценой некоторых компромиссов.

**8. Оценка.** От участника к участнику передается клубочек. Когда он находится в чьих-то руках, то этот человек делится своими впечатлениями о том, как он себя чувствовал в начале, в процессе и на завершающем этапе работы, высказывает свои пожелания.

**9. Минута благодарности.** Воспитатель благодарит родителей за успехи в воспитании детей, отмечает тех из них, кто принимал активное участие в ходе занятия, делился на нем опытом семейного воспитания.

## ПАПЫ И МАМЫ, ПОРА ПОДВЕСТИ ИТОГИ (итоговое занятие)

**Цель:** выявить мнение родителей об эффективности проведенных занятий, снятии психоэмоционального напряжения, создании психологического комфорта; построить перспективу развития Клуба на следующий учебный год.

**Задачи:** изучить микроклимат в данной родительской группе; проанализировать деятельность Клуба за учебный год; сформировать запросы родителей для последующих встреч; улучшить рефлексию собственного воспитательного опыта.

**Оформление, оборудование, инвентарь:** встреча проводится за круглым столом (возможно, в форме чаепития); на столах разложены бланки анкеты «Мое отношение к участию в Клубе», бланки методики определения эмоционального уровня самооценки А. Захарова; магнитофон с записью релаксационной музыки (по выбору); участники: педагог-психолог, родители.

### Ход заседания

#### 1. Приветствие «Поделись радостью».

Участникам группы предлагается выполнить коллективный рисунок, где каждый может изобразить то действие или событие, которое вызывает у него чувство радости, восторга, и поделиться этим с остальными участниками.

**2. Вступительное слово психолога о целительных чарах радости, о влиянии настроения на психику и здоровье человека.**

**3. Определение эмоционального уровня самооценки (методика А. Захарова).**

Инструкция: представьте себе, что изображенный на рисунке ряд кружков — это люди. Укажите, где находитесь вы.

Норма 3-, 4-й кружок — адекватная самооценка, испытываемый осознает свою ценность, принимает себя. При указании на первый круг — завышенная самооценка, дальше пятого — заниженная самооценка.

**4. Упражнение на снятие стресса (А. Сиротюк) проводится под тихую спокойную музыку.**

Инструкция: одну ладонь положите на затылок, другую на лоб. Закройте глаза и подумайте о любой негативной информации, ситуации. Сделайте глубокий вдох-выдох.

Мысленно представьте себе ситуацию еще раз, но только в положительном аспекте.

Обдумайте, как можно было бы данную проблему разрешить. После появления своеобразной пульсации между затылочной и лобной частью самокоррекция завершается глубоким вдохом-выдохом (от 30 с до 10 мин).

**1. Минута благодарности родителям, вручение грамот за активное участие в деятельности Клуба.**

**2. Рефлексия.** В конце встречи все родители заполняют анкету «Мое отношение к деятельности клуба «Дружная семейка».

## **Анкета**

### **Уважаемые родители!**

На протяжении учебного года Вы являлись участниками занятий клуба «Семейная гостиная». Ваше мнение об эффективности его деятельности в решении воспитательных задач с детьми раннего возраста.

Инструкция: пожалуйста, внимательно прочитайте каждый вопрос и поставьте любой знак напротив номеров тех ответов (от одного до трех), которые ближе всего Вашей точке зрения, или допишите свой вариант ответа.

1. Клуб «Семейная гостиная» позволил Вам:

- проявить активность и творчество;
- поделиться опытом;
- убедиться, что проблемы в воспитании детей есть у всех;
- другое,

2. Клуб «Семейная гостиная» помог Вашему самообразованию, так как в процессе его прохождения:

- вы заинтересовались путями достижения взаимопонимания с детьми;
- получили ответы на интересующие вопросы;
- начали изучать специальную литературу.

3. Руководитель Клуба:

- интересовался мнением других и уважал его;
- создал обстановку тепла и доверия;

— поддерживал Вас в решении детско-родительских проблем;  
-другое.

4. Вы считаете главным в деятельности клуба:

- формирование нового взгляда на процесс общения с детьми;
- преодоление психологических барьеров в общении с другими родителями, детьми, специалистами ДОУ;
- осознание собственных трудностей в воспитании детей.

5. Что Вам нравится на занятиях больше всего:

- консультации специалистов;
- игровые упражнения;
- тесты;
- анкеты;
- другое?

6. Назовите темы наиболее понравившихся занятий

## **Щи да каша – пища наша**

**Цель:** объединение усилий в решении проблемы сохранения и укрепления здоровья дошкольников и формирование представления об ответственности за ведение здорового образа жизни.

**Задачи:** сплочение группы родителей, повышение их психолого-педагогической культуры;

познакомить участников заседания с основами здорового питания для детей дошкольников;

способствовать пониманию значимости здоровья в перспективе жизни.

**Оборудование:** стулья по числу участников, письменные принадлежности, бумага формата А4, компьютер, блюда из меню детского сада, одноразовая посуда, фотографии сделанные во время подготовки и приема пищи детьми в детском саду, фотографии образцов оформления блюд для детей.

### **Ход заседания**

#### **1. Вводно-подготовительная часть**

1.1. Ритуал приветствия, сообщение темы встречи.

1.2. Знакомство.

Представьте себя в виде какого-нибудь овоща, фрукта, или кулинарного блюда. Почему Вы представили себя именно в таком виде?

#### **2. Основная часть**

2.1. Деление на группы (Каждый участник получает картинку с изображением одного предмета. Найти ту большую картину, на которой есть изображение Вашего предмета.)

2.2. Упражнение «Что нам стоит борщ сварить?».

Участники каждой команды по очереди находят в мешке на ощупь продукты, необходимые для приготовления борща.

2.3. Сообщение медицинского работника детского сада на тему: «Здоровая и полезная пища для детей дошкольников».

2.4. Упражнение « Меню выходного дня»

Каждая группа разрабатывает меню выходного дня для детей.

Презентация меню каждой группой.

Анализ представленных меню всеми участниками.

2.5. Слайд-шоу «Кушаем с аппетитом». Комментарии заведующего по поводу формирования у дошкольников правил этикета в соответствии с возрастом детей.

2.6. Мастер – класс по оформлению блюд для детей и сервировке стола.

2.7. Дегустация блюд из меню детского сада.

#### **3. Заключительная часть**

3.1. Рефлексия «Книга отзывов и предложений».

3.2. Ритуал прощания.

## Мой дом – моя крепость

**Цель:** способствовать выработке навыков конструктивного взаимодействия в семье, повышению родительской компетентности в области разрешения семейных конфликтов

**Задачи:** - создание в группе атмосферы открытости, психологического комфорта;

- выявление ключевых проблем и тенденций, влияющих на благополучие внутрисемейных взаимоотношений;

- расширять представления участников об эффективных техниках взаимодействия в семье

### Ход заседания

#### 1. Вводно-подготовительная часть

1.1. Приветствие педагогом – психологом участников заседания

1.2. Упражнение «Кто больше?»

Цель: создать непринужденную и доверительную обстановку в группе, настроить на плодотворную работу.

Описание упражнения: каждый участник должен поздороваться и познакомиться как можно с большим числом присутствующих.

1.3. Рассмотрев картинки, догадаться о том, какую проблему мы сегодня будем обсуждать.

(Дом, молния, семейное фото)

Сообщение темы и цели заседания.

#### 2. Основная часть

2.1. Мини опрос «Полезно и вредно».

Каждый участник попробует определить, какое поведение участников конфликта поможет снизить накал страстей и эмоциональное напряжение, и, наоборот, что может еще больше обострить конфликт.

(Установление контакта «глаза в глаза»; улыбка, обращение по имени; сообщение о своих чувствах; предоставление возможности выговориться; внимательное выслушивание; подчеркивание значимости собеседника для вас; проявление сочувствия к проблеме собеседника; уважение к собеседнику, его точке зрения, попытка встать на место собеседника и понять, прочувствовать его состояние, а не замыкаться в себе; предложение конкретного выхода из сложившейся ситуации; избегание обвинений, негативных оценок позиции собеседника, его характера, личности; обрывание речи собеседника; принижение собеседника, негативная оценка его личности; выведение собеседника из состояния равновесия с помощью придирок, избегания контакта «глаза в глаза», демонстрации своей занятости, отвлечения на другие дела; нападение: когда вы нападаете на собеседника, защищая себя, оскорбляя его, ирония,

язвительность; утаивание своего эмоционального состояния, которое собеседник все равно понимает по вашей мимике, жестам; психологическое давление на собеседника, шантаж; неспособность встать на место другого человека).

Один из участников зачитывает свою версию, вместе обсуждают.

## 2.2. Упражнение «Позаботься о себе»

Цель: совершенствование навыков невербального общения к партнеру, развитие эмпатии.

Описание упражнения: упражнение заключается в том, что участники учатся невербально подстраиваться друг к другу (моделирование отношений в семейной жизни). Сначала разбившись на пары и прислонившись спинами друг к другу, надо найти максимально удобное положение для себя, при котором тело может расслабиться, надо чтобы комфортно стало обоим. Затем к паре подстраивается третий участник (у родителей появляется ребенок).

Рефлексия. Рассказать о своих ощущениях. Как думаете, что чувствовали ваши партнеры?

## 2.3. Притча «Длинные ложки» (Презентация).

Рефлексия. Что для Вас значит выражение «Рай в семье»?

## 2.4. Упражнение «Семейное событие»

Цель: научиться слушать и слышать других, понимать потребности другого человека и принимать решения, которые устраивают всех членов семьи.

Описание упражнения: все участники делятся на две группы: «члены семьи» и «наблюдатели».

А) Члены семьи берут карточки, пишут свою роль и садятся в центре круга, образованного наблюдателями.

Б) Ведущий сообщает о проблеме, возникшей в семье, предлагает вести дискуссию.

В) «Наблюдатели» смотрят насколько дружно «семья» решает проблему.

Г) «Наблюдателям» высказать свое мнение: кто из «членов семьи» смог *слышать* других и принимать решения, которые устраивали бы всех, а кто не смог этого и почему, насколько «родители» прислушивались к мнению «детей».

## 2.5. Проективный тест «Живой дом».

2.6. Групповое исполнение песни «Колыбельная» под сопровождение оркестра из подручных материалов.

(«шуршунчики» - бумага, «бурчунчики» - трубочки в стакане с водой, «скрипунчики» - расчески, «ворчунчики» - коробочки с горохом, «капельки» - связки ключей)

## 3. Заключительная часть

### 3.1. Рефлексия. Написать свой отзыв на листочке, прикрепить к «дереву».

### 3.2. Ритуал прощания.

Живая картина. Взявшись за руки, «построить дом». Хором сказать: «Мир Вашему дому!».



### **Зимняя сказка**

**Цель:** повышение педагогической и психологической культуры родителей

**Задачи:** способствовать формированию у родителей здорового образа жизни, интереса к совместным занятиям с детьми, обучить изготовлению новогодней игрушки.

**Участники:** законные представители несовершеннолетних воспитанников детского сада, признанных находящимися в социально опасном положении.

**Оборудование:** стулья по числу участников, принадлежности для ручного труда.

### **Ход заседания**

1. Вводно – подготовительная часть.

1.1. Приветствие.

С каким настроением пришли?

1.2. Сообщение темы заседания.

1.3. Рассмотрение выставки новогодних игрушек.

1. Основная часть.

2.1. Мастер –класс по изготовлению новогодней игрушки.

3. Заключительная часть

**Рефлексия:** Вспомните свое настроение в начале встречи. Какие эмоции испытываете сейчас?

### **Семья без насилия**

**Цель:** повышение психолого-педагогической культуры родителей.

**Задачи:** способствовать формированию у родителей ответственного отношения к выполнению родительских обязанностей по содержанию и воспитанию несовершеннолетних детей; расширение возможностей родителей в понимании своего ребенка; сплочение группы.

**Участники:** законные представители несовершеннолетних воспитанников детского сада, признанных находящимися в социально опасном положении, инспектор ИДН.

**Оборудование:** стулья по числу участников, бланки опросника, листы бумаги формата А4, ватман, карандаши, фломастеры, аудиозаписи.

#### **Ход заседания**

1. Вводно – подготовительная часть.
  - 1.1 Сообщение темы заседания, представление инспектора ИДН.
  - 1.2 Принятие правил работы в режиме тренинга.
2. Основная часть.
  - 2.1 Упражнение «Комплимент».  
Поприветствовать соседа справа, сказав ему комплимент.
  - 2.2 Сообщение инспектора ИДН на тему «Закон об ответственности родителей за содержание и воспитание несовершеннолетних детей».
  - 2.3. Заполнение диагностических бланков.
  - 2.4. Дебаты « Как избежать насилия в семье»
  - 2.5 Коллективная творческая деятельность. Создание коллажа «Семья без насилия»  
Обсуждение: что главное хотели выразить в этом плакате?
3. Заключительная часть.
  - 3.1.Рефлексия. Какие выводы для себя Вы сделали для себя в ходе сегодняшней встречи?
  - 3.2. Ритуал прощания.  
Каждый участник говорит «До свидания», бросая клубок ниток любому из участников.

## **В здоровом теле – здоровый дух**

**Цель:** повышение педагогической и психологической культуры родителей

**Задачи:** способствовать формированию у родителей здорового образа жизни, интереса к совместным занятиям с детьми.

**Участники:** законные представители несовершеннолетних воспитанников детского сада, признанных находящимися в социально опасном положении со своими детьми.

**Оборудование:** аудиозаписи, спортивный инвентарь.

### **Ход заседания**

1. Вводно – подготовительная часть.

1.1. Приветствие.

1.2. Упражнение «13 вопросов»

В разных местах зала размещены плакаты с надписями «Да», «Нет», « Может быть».

Я читаю утверждения, а Вы должны занять место в зале в соответствии с Вашим ответом.

- Здоровый образ жизни в моих руках
- Хочу, чтобы все члены моей семьи были здоровыми
- Мы делаем утреннюю зарядку
- Моя семья спортивная
- Мой образ жизни здоровый
- В здоровом теле – здоровый дух
- В детстве я занималась спортом
- Лучше компьютер, чем мяч
- Голод лучше обжорства
- Дети – помеха в занятии спортом
- Для занятий спортом нет времени
- Спорт объединяет семью
- Если хочешь быть здоровым - закаляйся

2. Основная часть (проводит руководитель физвоспитания).

2.1. Веселая утренняя зарядка для всей семьи.

2.2. Массаж для взрослых и детей.

2.3. Спортивная эстафета.

3. Заключительная часть

Рефлексия: Дети, вам понравилась игра?

А Вам, родители?

Ритуал прощания

Все участники под музыку уходят из зала.

