Занятие для родителей

**Добрый вечер, уважаемые родители. Сегодня наша встреча посвящена теме:**

**«Семья** – это мир, в котором нам уютно» в рамках нашего семейного клуба

Воспитать счастливого, уверенного в себе ребенка — мечта всех родителей. Почему же отношения у них часто не складываются? Возможно, проблема в чрезмерной опеке, строгих требованиях, неумении слушать и слышать ребенка. Сегодня мы попробуем найти ответы на эти вопросы.

 **Приветствие**

Оборудование: стулья по количеству участников, мяч.

Инструкция участникам. Сядьте в круг. Передавая мяч соседу справа, назовите свое имя, а также поделитесь своими ожиданиями от этой встречи. Например, «Здравствуй, я — Ирина, искренняя. Я жду от встречи…».

 **Беседа «Семейные отношения — что это?»**

Педагог-психолог: Как вы думаете, что для ребенка мир? В первую очередь — это его родной дом, семья. Что такое семья?.. Семья — это не просто сумма всех ее членов, а сложная система «невидимых» связей и взаимоотношений. Семья — это взаимозависимость одних членов от других: детей от родителей, родителей от бабушек и дедушек, других родственников и наоборот. Ни один человек не является в семье абсолютно автономным. Семья — это целостность. Изменение в поведении одного члена семьи ведет к изменению всей системы. Например, непослушание ребенка влияет на другие семейные проблемы. Поэтому семья обязательно рассматривается в контексте семейных отношений.

Мы предлагаем на выбор три определения понятия «семейные отношения». Какое из них вы считаете правильным и почему? Итак, семейные отношения — это:

1) характер взаимного общения взрослых и детей в семье;

2) эмоциональная окраска поведения каждого члена семьи;

3) психологический климат семьи, принятые в семье нормы поведения всех ее членов, т. е. определенный стиль взаимоотношений.

**Тест «Ваш стиль воспитания»**

Материал: бланки вопросов к тесту, ручки.

Педагог-психолог: Стиль семейного воспитания — это отношение родителей к ребенку, характер контроля, формы поощрения и наказания. Существуют следующие стили воспитания:

• демократический — родители, воспитывая ребенка, применяют минимум наказаний, способны идти на разумные уступки, уважают ребенка как личность;

• авторитарный — родители требуют от ребенка беспрекословного подчинения, подавляют его волю, диктуют, как ему надо вести себя, не считаясь с его интересами и желаниями;

• либеральный, или попустительский — если родители используют этот стиль воспитания, ребенок испытывает дефицит внимания к себе, отсутствует контроль, который приводит к его противоречивым поступкам.

Каков стиль воспитания ребенка в вашей семье нам поможет определить тест.

Интерпретация результатов

Сосчитайте, какие ответы преобладают среди выбранных вами — А, Б, В или Г. Чем больше ответов одного из типов, тем более выражен в вашей семье определенный стиль воспитания.

А — авторитетный стиль. Вы осознаете свою важную роль в становлении личности ребенка, но и за ним самим признаете право на саморазвитие. Трезво понимаете, какие требования необходимо диктовать, какие обсуждать. В разумных пределах готовы пересматривать свои позиции.

Б — авторитарный стиль. Вы хорошо представляете, каким должен вырасти ваш ребенок, и прилагаете к этому максимум усилий. В своих требованиях вы, вероятно, очень категоричны и неуступчивы. Неудивительно, что из-за вашего постоянного контроля ребенку порой неуютно.

В — либеральный стиль. Вы высоко цените своего ребенка, считаете простительными его слабости. Легко общаетесь с ним, доверяете ему, не склонны к запретам и ограничениям. Однако стоит задуматься: по плечу ли ребенку такая свобода?

Г — индифферентный стиль. Проблемы воспитания не являются для вас первостепенными, поскольку у вас иных забот немало. Свои проблемы ребенку в основном приходится решать самому. А ведь он вправе рассчитывать на большее участие и поддержку с вашей стороны!

Если среди ответов нет преобладающих, это говорит о противоречивом стиле воспитания, при котором отсутствуют четкие принципы, а поведение родителей зависит от сиюминутного настроения.

 **Упражнение «Хлопнет тот, у кого…»**

Цель: актуализировать стиль взаимоотношений.

Хлопните те, у кого есть сын (кто никогда не наказывал своего ребенка; кто периодически наказывает своего ребенка; кто всегда выполняет обещания, данные ребенку; кто соблюдает семейные традиции и т. п.).

 **Упражнение «Ребенок в нас»**

Оборудование: мяч.

Инструкция участникам. Встаньте в круг. Вам необходимо передать друг другу мяч со словами: «Мне кажется, в детстве ты был…». Тот, у кого оказался мяч, либо соглашается, либо отвергает высказанное предположение.

Вопросы для обсуждения:

• С чем из услышанного в свой адрес вы согласны? Почему?

• С чем из сказанного вы не согласны? Почему?

• Что бы вы хотели добавить к сказанному?

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

Родительская любовь принесет ребенку гораздо больше счастья, если он будет постоянно видеть, что она проявляется в отношениях родителей не только к нему, но и друг к другу.

**Упражнение «Ассоциации»**

Материал: листы бумаги, ручки.

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

Инструкция участникам. Разделитесь на две команды. Задание для первой команды — написать свои ассоциации к сочетанию «счастливый ребенок». Для второй — написать ассоциации к сочетанию «эффективный родитель». После завершения представитель команды озвучивает результаты работы. Другая команда может задать уточняющие вопросы или дополнить ответ.

Вывод педагога-психолога: Счастье — это когда тебя любят и понимают, и это понимание не приходит само собой, ему нужно учиться. Самые важные учителя для детей — родители. Родительский дом — первая школа для ребенка. Дети хорошо усваивают то, что представлено наглядно, что познается на собственном опыте. Особенно их привлекают те действия, которые взрослые пытаются скрыть. Запоминают они не все, а только то, что особенно поразило. В связи с этим в присутствии детей нужно воздерживаться от действий и поступков, которые не могут служить для них хорошим примером.

**Упражнение «Недетские запреты»**

Материалы и оборудование: ленточки, стул.

Педагог-психолог: Часто родители, делая замечания ребенку в опасных для его жизни ситуациях, используют неверную тактику. Вместо того чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, родители говорят ему, что делать не надо. В результате ребенок не получает нужной информации, а слова взрослого провоцируют его поступать наоборот. Например, что сделает ребенок в ответ на слова: «Не суй вилку в розетку»?..

Инструкция участникам. Выберите ведущего. Ведущий выступает в роли ребенка и садится на стул в центре круга. Задача остальных участников — подходить по одному к «ребенку» и говорить, что ему запрещено делать. То, что вы часто запрещаете своим детям. При этом лентой вы завязываете ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» — завязываете рот. «Не бегай» — завязываете ноги и т. д. Начали игру.

А теперь пусть наш «ребенок» попытается встать… Получилось? Сделать это практически невозможно, если его не развязать. Поэтому сейчас каждый участник подходит к «ребенку», и развязывает ленту, которую завязал, и снимает запрет — говорит, что делать можно. Например: «Не кричи — говори спокойно».

Вопросы участнику-«ребенку»:

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

• Ограничение движения какой части тела вы ощутили наиболее остро?

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

• Что хотелось развязать в первую очередь?

• Что вы чувствуете сейчас?

Вопросы остальным участникам:

• Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?

• Что вам хотелось сделать?

• Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?

• Какие чувства вы испытываете сейчас?

**Упражнение «Маленькая птичка»**

Цели: развить чувства эмпатии, дать участникам возможность расслабиться.

Материал: перышко.

Музыкальное сопровождение: музыка для релаксации.

Инструкция участникам. Положите руки на колени, соединив ладони вместе. Закройте глаза. Представьте, что вы держите маленького пушистого птенчика. Он такой крохотный, что легко помещается в ваших ладонях… Он засыпает, поэтому вы стараетесь сидеть без движения, чтобы не разбудить его. Если кому-то хочется погладить своего птенчика, сделайте это осторожно, легким движением… мысленно успокойте его. Возможно, он испугался чего-то… Скажите ему что-нибудь ласковое, улыбнитесь ему. Почувствуйте, как его дыхание становится ровным, спокойным, медленным. Он в безопасности… Улыбнитесь ему еще раз и тихонько положите на теплое одеяльце… Теперь можете открыть глаза.

Вопросы для обсуждения:

• Вам понравилось заботится о птенце? Как Вы считаете, ему комфортно было в ваших руках? Что он чувствовал? Хотели бы вы еще раз его приласкать? Этот птенчик – это ваш ребенок, которому с вами тепло и уютно. Так давайте чаще повторять это чувство заботы и опеки – тепла и любви.

**Беседа «Основные законы воспитания»**

Материал: памятка для каждого участника (см. памятку «Основные законы воспитания»).

Педагог-психолог: Подводя итог нашей встречи, я хочу предложить несколько советов, выполнение которых поможет вам эффективно взаимодействовать с детьми и сделает взаимоотношения в семье спокойными и теплыми.

Инструкция участникам. Сейчас каждый из вас получит памятку. По очереди зачитываем каждый пункт и обсуждаем его.

Семья – это счастье, любовь и удача,

Семья – это летом поездки на дачу.

Семья – это праздник, семейные даты,

Подарки, покупки, приятные траты.

Рождение детей, первый шаг, первый лепет,

Мечты о хорошем, волнение и трепет.

Семья – это труд, друг о друге забота,

Семья – это много домашней работы.

Семья – это важно!

Семья – это сложно!

Но счастливо жить одному невозможно!

Всегда будьте вместе, любовь берегите,

Обиды и ссоры подальше гоните,

Хочу, чтоб про нас говорили друзья:

Какая хорошая Ваша семья!

 **Рефлексия**