**Практическое занятие для родителей**

**«Эффективный стиль воспитания»**

**Ведущий:** Малова Д.Н. – педагог-психолог МУ Центр «Содействие»

**Цель:** повышение психолого-педагогической компетентности родителей, гармонизация детско-родительских отношений, обогащение опыта эмоционального общения родителей с детьми.

**Задачи:**

- оптимизация эмоционального контакта между родителями и детьми;

- развитие воспитательного потенциала семьи;

- совершенствование коммуникативных навыков;

- актуализация личностных ресурсов родителей;

- снятие эмоционального напряжения.

***Процедура «Мгновенная характеристика»***

*Цель:* знакомство, разминка, создание рабочей атмосферы в группе.

Участники по кругу перебрасывают мяч. Как только кто-то получил мяч, он быстро говорит что-нибудь о себе, например:

* + я любопытен;
  + я часто перебиваю других;
  + иногда я держусь высокомерно;
  + я сентиментальна;
  + я люблю читать рассказы Чехова;
  + на прошлой неделе я ходил в театр;
  + я единственный ребёнок в семье.

Игрок может удерживать мяч не более 5 секунд, затем он должен бросить его следующему.

***Процедура «Разные позиции»***

*Цель:* осознание влияния стиля общения с ребёнком на качество взаимоотношений с ним.

Из родителей выбирается водящий. Его задача – найти в помещении спрятанный предмет. При этом группа и ведущий ведут себя по-разному. В первом случае, оказывают водящему помощь в поиске предмета (как в игре «холодно-горячо»). Во втором случае ведущий быстро проталкивает водящего родителя к спрятанному предмету и в третьем случае – предоставляет родителю возможность выбрать направление поиска самому, но при этом грубо осаждает его, если выбрано неправильное направление.

При рефлексии водящий делиться своими ощущениями, возникшими во время выполнения этого упражнения.

***Процедура «Слушать чувства»***

*Цель:* тренировка навыка отражения чувств.

Ведущий: «Дети сообщают взрослым больше, чем просто слова. За словами лежат чувства. Ниже приводятся некоторые типичные детские «сообщения». Прочтите каждое внимательно, стараясь услышать выраженные в них чувства. Напишите в колонке справа чувство или чувства, которые вы услышали в данном обращении».

Направлена на выстраивание контакта с ребенком

Ребенок говорит (из столбика) – что говорит родитель (неуклюжий; будешь болтаться по улицам) – сшибка – нарушение детско-родительских отношений

Отражаем чувства и тогда: он меня понимает = я не безразличен = он меня любит

|  |  |
| --- | --- |
| ***Ребёнок говорит*** | ***Ребёнок чувствует*** |
| 1. О, осталось только 10 дней до окончания школы | Радость, облегчение |
| 1. Смотри, папа, я сделал самолёт из нового конструктора! | Гордость, удовлетворение |
| 1. Ты будешь держать меня за руку, когда мы пойдём в детский сад? | Страх, боязнь, тревога |
| 1. Мне не весело. Я не знаю, что мне делать | Скука, поставлен в тупик |
| 1. Я никогда не буду лучше, чем Димка | Неуверенность (неадекватность), обескураженность |
| 1. Новая учительница задаёт слишком много на дом. Я никогда не смогу всё сделать. Что мне делать? | Чувство затруднения, чувствует своё поражение |
| 1. Все дети ушли. Мне не с кем играть | Одиночество, покинутость |
| 1. Димке родители разрешили на велосипеде ездить в школу, а я езжу лучше его | Чувство родительской несправедливости; компетентность, уверенность в своих силах |
| 1. Мне нельзя было быть таким жадным. Я плохо поступил | Вина, сожаление о своих действиях |
| 1. Я хочу носить длинные волосы – это ведь мои волосы? | Сопротивление вмешательству родителей |
| 1. Как ты думаешь, я правильно готовлю доклад? | Сомнение, неуверенность |
| 1. Почему эта старая карга оставила меня после школы? Ведь я не один болтал. Так бы и дал ей в нос | Злость, ненависть; чувство несправедливости |
| 1. Я сам могу сделать это. Мне не надо помогать | Чувство компетентности, уверенность в своих способностях |
| 1. Математика очень трудная. Я слишком глупый, чтобы в ней разобраться | Разочарование; желание всё бросить |
| 1. Уходите, оставьте меня одного. Я не хочу ни с кем разговаривать | Боль, злость, неуверенность в родительской любви |
| 1. Одно время хорошо получалось, а сейчас хуже, чем раньше. Я стараюсь, но не получается. Стоит ли стараться? | Разочарование, желание всё бросить |
| 1. Я хотел бы пойти, но боюсь ей позвонить. А если она засмеёт меня, что я её пригласил? | Желание пойти; боязнь |
| 1. Я больше никогда не буду играть с Наташей. Она такая ябеда | Злость, гнев, обида |
| 1. Я рад, что мои родители – ты и папа, а не другие | Одобрение; благодарность, радость |
| 1. Мне кажется, я знаю, что делать, но может быть, это неправильно. Я всегда делаю что-то неправильно. Что мне делать, папа, - работать или учиться в техникуме? | Неуверенность, сомнения |

***Процедура «Рисуем эмоцию»***

*Цель:* развитие позитивного мышления с опорой на ресурсы группы.

Участникам предлагают задуматься о том, какую из негативных эмоций им приходится переживать в последнее время наиболее часто. Затем нарисовать рисунок, соответствующий тому эмоциональному состоянию, которое они определили для себя (способ изображения произвольный).

Затем каждый презентует свой рисунок, а группа угадывает изображённое эмоциональное состояние.

После прохождения всего круга, участники обмениваются рисунками (все передают свои листы соседу справа). Задача – превратить полученный рисунок в более позитивный. Затем рисунок возвращается автору. После этого участники высказывают свои чувства по поводу своего обновлённого рисунка.

Рефлексия занятия.

***Упражнение «Мойка машин» РУЧЕЕК***

*Цель:* снятие эмоционально-волевого напряжения, развитие навыков невербального общения, получение позитивного эмоционального опыта общения взрослых с детьми.

Взрослые выстраиваются в две шеренги. Это моечное отделение для машин. Каждый ребёнок – автомобиль (марку и свойства выбирайте сами). «Машины» по очереди проезжают через моечное отделение. Их «моют», т.е. прикасаются к ней, гладят, произ­водят какие-то действия.

Рефлексия.