

## Тренинг с родителями

### «Как приучить детей к дисциплине».

Автор - тренер: Якимчик Н.Н., педагог социальный

**Категория участников:** тренинг проводится по выявленным родительским запросам в ходе работы консультационного пункта «Поддержка».

**Актуальность.** Как привлечь современных родителей к вопросам воспитания и развития своих детей? Как ненавязчиво дать информацию по вопросам «правильного» воспитания детей дошкольного возраста, чтобы ребёнок чувствовал любовь, поддержку и понимание в семье?

Современные семьи часто нуждаются в поддержке специалистов, которые помогут утвердиться им в родительской компетентности, выбрать правильную стратегию воспитания своего ребёнка. С этой целью мы проводим различные формы работы с родителями в ДЦРР. Тренинг для родителей - одна из новых форм взаимодействия с семьёй.

#### **Цель:**

ориентация родителей на позитивные методы воспитания;

развитие установки на позитивное восприятие своего ребёнка;

формирование у родителей установки на саморазвитие.

**Оборудование:** приглашения на встречу; тематическая выставка плакатов, брошюр, рекомендаций на тему «Неагрессивные модели дисциплинарного воздействия»; выставка книг по вопросам воспитания ребёнка в семье, карточки с рекомендациями, бумага, ручки, мяч.

#### **Ход тренинга.**

##### ***Знакомство-приветствие.***

Цель: способствовать установлению контакта между родителями; расположить участников не только к восприятию информации, но и к продуктивному общению; сформировать у них положительный настрой.

Педагог социальный предлагает родителям встать в круг.

Каждый участник представляется и кратко рассказывает о себе. Например: Меня зовут\_\_\_\_\_, моего сына (дочь), (внука) зовут\_\_\_\_\_. Моя основная деятельность\_\_\_\_\_. В свободное время я люблю\_\_\_\_\_.

Участники располагаются за столами по кругу.

##### **Обсуждение правил работы в группе.**

Педагог социальный. Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определённых правил.

Я зачитаю их, а вы выберите которые подходят для эффективного взаимодействия (сигнализируют хлопками):

Говорить долго и не по теме.

Говорить чётко и конкретно.

Перебивать друг друга.

Быть пассивным и мрачным.

Быть активным собеседником.

Правило хорошего настроения.

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

### ***Обсуждение в кругу «Дисциплина – это...»***

Цель: создать атмосферу общности; дать участникам возможность поделиться своим пониманием проблемы; подвести к осознанию этой проблемы.

Педагог социальный предлагает родителям высказаться по теме встречи:

Продолжите высказывание «Дисциплина – это...»

Педагог социальный подводит итог:

Дисциплина-это способ воспитания характера и поведения ребёнка таким образом, чтобы добиться желаемого результата.

Дисциплина прививает детям умение владеть собой, чувство независимости и ответственности.

Дисциплина даёт детям возможность исправить ошибки в своём поведении.

Дисциплина учит детей справляться с различными душевными состояниями и переменами настроения.

Дисциплина развивает в детях самостоятельность мышления и самообладание в трудных ситуациях.

Дисциплина создаёт у детей ощущение душевного комфорта и внутренней гармонии.

### ***Метод ранжирования.***

-Какое из этих понятий вы поставили бы на первое место по степени значимости? Почему?

(высказывания родителей)

### ***Постановка проблемного вопроса.***

Нужно ли добиваться от детей дисциплины? Зачем?

(высказывания родителей)

### ***Опросник «Взаимодействие родителей и детей»***

Цель: дать возможность родителям задуматься над построением взаимоотношений с ребёнком

Дисциплина - это подчинение установленным правилам.

-Почему возникает необходимость установления каких-то определённых правил?

-Как вы относитесь к японской системе воспитания детей, когда ребёнок до 3-х лет может делать всё, что хочет?

### ***Упражнение «Я расстраиваюсь, когда...»***

(высказывания родителей)

-Как вы думаете, откуда у детей появляется непослушание?

-Как вы выражаете своё недовольство поведением ребёнка? (Кричите? Шлёпаете? Ставите в угол?)

### ***Анализ собственной воспитательной деятельности***

-Как ваш ребёнок реагирует на наказания, поощрения, строгий тон общения?

(высказывания родителей)

### ***Педагогическая ситуация.***

Оля (на детской площадке). «Я ещё не нагулялась. Я не хочу идти домой». Отец: «Ты говоришь «да», а я говорю «нет» и всё. Разговор окончен».

Педагог социальный.

-Как вы думаете, как разрешится ситуация далее? Такое заявление может привести к двум результатам: поражению отца, поражению ребёнка. Причём оба нежелательны.

### ***Упражнение «Я-высказывание»***

Цель: познакомить родителей с «Я-высказыванием» как эффективным способе выражения своих чувств, особенно негативных. Как же лучше объяснить ребёнку что можно, а что нельзя делать, как выразить своё недовольство?

Предлагается эффективная модель «Я – высказывание», известная ещё и как «Я – сообщение». Это когда вы говорите о своих чувствах ребёнку, говорите от ПЕРВОГО ЛИЦА, О СЕБЕ, О СВОЁМ переживании, а не о нём, не о его поведении. Эти предложения содержат личные местоимения: я, мне, меня.

#### **Схема «Я - высказывания»:**

- 1.Сообщаем о своём чувстве от первого лица («я расстраиваюсь...»)
- 2.Говорим о причине негативного чувства, в обобщённой форме (когда дети не убирают за собой игрушки после игры...)
- 3.Говорим о своём желании, пожелании, действии для ребёнка (...я бы хотела, чтобы после игры ты клал все игрушки на своё место»)

Родители возвращаются к обсуждению ситуации на детской площадке. Выскажите свои эмоции и пожелания ребёнку от своего имени, используя в «Я – высказывании».

«Я вижу, что тебе здесь понравилось. Однако нам время уходить. Завтра мы снова придём сюда».

С маленькими детьми зачастую эффективней взять за руку и увести с площадки.

Варианты ситуаций:

Ребёнок шалил за столом, и, несмотря на предупреждение, пролили чай.

Ребёнок собирается в детский сад, одевая грязные брюки. И отказывается одевать другие.

Вы только что вымыли пол, сын прошёл и наследил.

#### ***Дискуссионный вопрос.***

-Можно ли использовать физическое наказание?

(обращается внимание родителей на тематическую выставку плакатов, брошюр и рекомендаций «Неагрессивные модели дисциплинарного воздействия»)

(приложение1)

#### ***Мини-лекция «Как приучить ребёнка к дисциплине».***

Родители хотят вести своих детей по правильному пути. И когда они замечают возможность отклонения от этого пути, то пытаются предотвратить плохой поступок. Однако делают это по-разному. Некоторые родители думают, что лишь строгость гарантирует воспитание хороших дисциплинированных детей, а мягкость ведёт к недисциплинированности. Это мнение психологи считают ошибочным. Если родители считают, что основой хорошего поведения является страх наказания, унижают ребёнка, высказывают постоянное недовольство, ругают за любой поступок, ничего хорошего из этого не получится. Почему? Непомерная родительская строгость, проявляющаяся в наказаниях за любую провинность, порождает «ложь во спасение», и чем суровее наказание, тем изворотливее ложь.

Если ребёнок начинает бояться своих родителей, это большая беда. Душевные травмы, пережитые в детстве, очень стойки. Особенно опасно, когда мама угрожает ребёнку, что сообщит папе о поступке, и он накажет. Страх наказания не должен угнетать ребёнка.

Но нельзя полностью согласиться и с теми родителями, которые полагаются только на мягкость, считая её наилучшим способом воспитания дисциплины. Родители, покорно переносящие грубость сына или дочери, позволяющие себя оскорблять, вредят своим детям. Это перерастает в дурную привычку. Дети вырастают эгоистичными.

Специалисты утверждают, что во всех случаях нужно искать компромисс, а не противопоставлять строгость и мягкость. Прекрасными вырастают в семьях дети, где строгость и требовательность сочетаются с любовью. Хорошо, когда родители строги и настойчивы в воспитании, но в то же время прислушиваются к мнению ребёнка, считаются с ним.

Прежде чем, что то запрещать, необходимо выслушать ребёнка, обсудить вместе его просьбу или проблему. Отказ в чём-то должен быть обоснован. Любой отказ или запрет необходимо сообщить спокойно, без раздражения и гнева (твёрдо, уверенно).

Дети должны не только знать существующие правила поведения, но и понимать, что за плохое поведение они будут наказаны.

### ***Упражнение «Правила для ребёнка».***

Цель: установление ограничений для детей.

Педагог социальный: Как мы уже говорили, часто общение с ребёнком ограничивается указаниями и запретами. Конечно, есть много ситуаций, когда родители вынуждены устанавливать определённые ограничения для своих детей. Особенно, если дети маленькие, и их действия могут повредить здоровью и жизни.

Давайте попробуем изменить ограничения и запреты на правила поведения.

Ваша задача будет: написать правила для ребёнка, не употребляя слова «НЕ». Например:

-Не переходи улицу на красный свет/Нужно переходить улицу только тогда, когда светит зелёный огонёк светофора.

-Не спеши во время еды/ Будем есть неторопясь.

-Не кричи так громко/ Будем разговаривать тише.

-Не рисуй на стене/Рисуй на бумаге.

Обсуждение: Педагог социальный. Сложно ли было выполнять задание?

Прежде всего, необходимо показать ребёнку, что родители принимают его чувства и понимают важность желаний: «Я понимаю твоё желание...»

Потом родители устанавливают ограничения, объясняя причину: «Но этого делать нельзя, потому что...»

Наконец родители предлагают ребёнку альтернативу, которая не вызывает нежелательных последствий и одновременно позволяет ребёнку реализовать свою активность, удовлетворить определённые желания. Важно, чтобы альтернатива заинтересовала ребёнка и была определённым заменителем неадекватных действий. Если и после этого ребёнок пытается прибегнуть к действиям, которые могут повредить ему самому или другим, то взрослый должен предупредить его о наказании за несоблюдение правил.

### ***Упражнение на интонацию***

Есть множество способов сказать «нет», «да» и только один способ их написать. Родители пытаются сказать «нет» разными интонациями.

### ***Упражнения на релаксацию.***

Раздражение и негативные эмоции быстрее гасятся, если человек вспоминает о маске-лице. Закройте глаза и попытайтесь представить своё лицо в минуты гнева (сжаты зубы, напряжена шея).

Важно регулировать тонус мимических мышц лица, расслабляя их даже в конфликтной ситуации.

Родителям предлагаются правила родительских «нет»:

«Чего нельзя делать родителям»

(приложение 2)

### ***Итоговые рекомендации.***

Слово «дисциплина» у многих ассоциируется с жёсткой структурой, правилами и наказаниями, но на самом деле оно происходит от латинского слова, означающее «обучение». Чтобы это обучение было результативным, существуют правила, которые помогут наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину.

**Педагог социальный предлагает озвучить каждому участнику правила (записаны на карточках) и высказать своё отношение к прочитанному.**

Правило 1. В любом возрасте - будь малышу годик или двенадцать, ребёнок должен знать, что есть определённые границы дозволенного, допустимого поведения. Внимание и уважение к ребёнку не означает вседозволенность (Б.Спок).

В жизни каждого ребёнка обязательно должны быть правила (ограничения, требования, запреты).

Правило 2. Правил, ограничений не должно быть слишком много и они должны быть гибкими, доступными.

Это правило предостерегает от другой крайности воспитания – в духе «держания в ежовых рукавицах». Если ребёнка постоянно дёргать, «этого нельзя», то вскоре он превратится в запуганное существо. А если будет позволено абсолютно всё – то ребёнок превратится в маленькое чудовище.

Поэтому в процессе воспитания нужно находить «золотую середину», т.е. быть гибким.

Правило 3. Родительские требования не должны вступать в явное противодействие с важнейшими потребностями ребёнка.

Нередко родителей раздражает, досаждают «чрезмерная» активность детей: почему им надо непременно бегать, прыгать, лазать, по деревьям, бросать камни, рисовать на стенах и т.д. Но ведь это и многое другое - проявления естественной и очень важной для развития детей потребности в движении. Запрещать подобные действия - это всё равно, что перегородить полноводную реку.

Правило 4. Правила должны быть едиными, т.е. согласованными взрослыми между собой.

Знакома ли вам ситуация, когда мама говорит одно, папа другое, а бабушка с дедушкой третье? В таком случае ребёнку невозможно освоить правила.

Правило 5. Строгость не должна превращаться в грубость, а мягкость - исходить из беспринципности. Учитывайте возраст и индивидуальность вашего ребёнка. Когда вы воспитываете дисциплинированность у вашего ребёнка, вы развиваете в нём привычку умения владеть собой, своими чувствами и поступками, т. развиваете в нём самообладание. Вы развиваете социально приемлемое поведение в ребёнке.

Тон, которым сообщается требование или запрет, должен быть скорее дружественно-разъяснительным, чем повелительным.

Дисциплина закаляет характер ребёнка.

Правило 6. Метод «кнута и пряника» вполне приемлемый. Легче добиться выполнения правил вознаграждением, а не наказанием. Нужно умело пользоваться этим способом.

Правило 7. Станьте примером для ребёнка.

Ребёнок – полное отражение своих родителей. Родители должны быть сами пунктуальны и вежливы.

Ну а теперь вопрос к нам, родителям. А разве взрослые совершенны? Мы тоже в своей взрослой жизни допускаем ошибки. Разве в детстве мы ничего не били, не ломали, делали всё вовремя, никогда не откладывали на завтра? Почему же от своих детей мы требуем больше?

Быть идеальным нелегко!

### ***Творческое задание***

Родителям предлагается в качестве домашнего задания придумать свои правила, которые помогут наладить и поддержать в семье бесконфликтную дисциплину.

### ***Обзор рекомендаций, выставка литературы по вопросам воспитания.***

(родителям предлагаются рекомендации по выбору для домашнего более детального изучения в семейном кругу)

**Рефлексия.** Педагог социальный приглашает родителей стать в круг. Благодарит за участие в тренинге. Далее просит, передавая мяч, рассказать о своих впечатлениях и чувствах, возникших в течение собрания.

- Как вы себя чувствовали в начале, в процессе? Что понравилось? Что запомнилось? Что возьмёте себе на заметку и в практику общения со своим ребёнком?

***В завершении встречи проводится упражнение «Аплодисменты».***

Цель: снятие эмоциональной усталости, улучшение настроения.

Педагог социальный. Мы с вами хорошо поработали. И в завершение я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой – радость. А чтобы они не ушли от вас и от вашей семьи, их надо крепко-накрепко соединить в аплодисменты.

### **Литература:**

Целуйко, В.М. Родители и дети.- Мозырь.: Содействие, 206.-224с.

Зажигина, М.А.Чего не следует делать родителям, но что они всё равно делают.- М: Генезис, 2006.-240с.- (Родительская библиотека).

Интернет ресурсы.