**Всё начинается с семьи**

(*Программа коррекции детско-родительских отношений*)

**Пояснительная записка**

Программа направлена на работу с детско-родительской парой.

**Цель:**

1. Сплочение членов семьи, гармонизация внутрисемейных отношений**;**

2.Формирование благоприятного психологического климата, доверительных отношений в семье;

3. Обучение навыкам конструктивного общения;

4. Повышение самооценки ребенка и компетентности родителя.

**Задачи:**

1. Обучить навыкам сотрудничества и партнерства родителей и детей в игре и совместной деятельности.
2. Повысить самооценку детей и родительской компетентности.
3. Обучить родителей навыкам конструктивного общения с детьми.

**Организация занятий:** цикл занятий включает в себя 9 встреч, занятия проводятся с периодичностью 2 раза в месяц по 1часу С 1 по 6 занятие – только с участием родителей; 7-8 совместные для родителей и детей; 9 занятие – совместное завершающее.

**Методические средства,**используемые в программе: коммуникативные игры, совместная деятельность родителей и детей (рисование, конструирование), ролевое моделирование.

Игровое содержание этой программы мы строили с использованием игр и упражнений разных авторов, а также собственных модификаций.

**Структура цикла:**

**Диагностический этап**. Проводится на предварительной встрече педагога- психолога с детско-родительской парой и на заключительном занятии.

Задача: диагностика стиля семейного воспитания, особенностей межличностных отношений в семье, уровня коммуникативных навыков детей.

**Для родителей:** опросник (АСВ) см. прилож.№ 1), оценка по 5-ти бальной шкале межличностного общения с ребенком (см. прилож.№ 2),

**Для детей:** кинетический рисунок семьи, совместный с родителем рисунок на одном листе

**Коррекционно-развивающий.**

Задачи:

1. Обучение навыкам сотрудничества родителя и ребенка.

2. Снятие у детей барьеров в общении со взрослыми.

3. Развитие навыков рефлексии.

4. Обучение родителей навыкам эффективного общения с детьми.

**Завершающий.**

Задача: опробация и освоение новых способов общения и взаимодействия, рефлексия полученного опыта.

**Критерии оценки эффективности программы.**

Диагностика проводится до начала занятий на предварительной встрече психолога с детско-родительской парой и по завершении цикла занятий на последней встрече.

**Родители** заполняют опросник анализа семейных взаимоотношений (АСВ) (см. приложение 1), оценивают по 5-ти бальной шкале межличностное общение с ребенком (см. приложение 2), выполняют совместный рисунок с ребенком на одном листе; **дети**выполняют кинетический рисунок семьи (см. приложение 3), совместный рисунок с родителем на одном листе. Психолог оценивает уровень коммуникативных навыков детей методом стандартизированного наблюдения (см.приложение 4).

На заключительной встрече по окончании цикла родители заполняют анкету участника (см. приложение 5), вновь оценивают свое межличностное общение с ребенком, дети и родители выполняют совместный рисунок на одном листе. Психолог оценивает уровень коммуникативных навыков детей по 3х бальной шкале (1б-низкий, 2б- средний, 3б-высокий уровень).

Эффективность измеряется по качественному анализу рисуночных проб, положительной динамикой в оценках родителей своих взаимоотношений с детьми, повышению коммуникативных навыков детей.

Занятие № 1

Тема: «Всё начинается с семьи»  
***(проводится с родителями)***

**Цель**: определение приёмов взаимодействия с ребёнком, способствующих его оптимальному развитию.

**Материал**:

* листы формата A3 с вертикальной записью с левой стороны слов-понятий «родитель», «ребёнок», «воспитание»;
* корзинка и карточки к упражнениям «Мудрые мысли» и «Острое блюдо»;
* цветные клеящиеся листочки бумаги с началом предложений «В моём ребёнке меня радует...», «В моём ребёнке меня огорчает...», «Каким я хочу видеть своего ребёнка в будущем...».

**Ход занятия**

1. ***Упражнение «Знакомство*».**

**Цель**: способствовать установлению дружеской атмосферы в группе; настроить родителей на диалог; вызвать у них положительные мнения об их детях; снять эмоциональное напряжение.

**Ход упражнения**.

Психолог: Для эффективной работы я предлагаю Вам, чтобы каждый из родителей назвал свое имя, имена и возраст своих детей. Каждый участник должен закончить одно из следующих предложений.

1. Два слова, которыми можно описать моего ребенка – ...

2. Если бы мой ребенок был звуком, он звучал бы, как -...

3. Больше всего мне в моем ребенке нравится – ...

4. Мой ребенок заставляет меня *смеяться, когда – ...*

***2. Упражнение «Ассоциации»***

Ведущий: семья – это близкие люди, которых связывают чувства, общие интересы, идеалы, отношения к жизни

- в чём сила семьи? Что она может дать ребёнку (*ответы родителей)*

*-Дом и родители играют решающую роль в воспитании и развитии ребёнка. Счастливое детство, согретое родительской лаской и заботой, теплом домашнего очага, является надежной основой формирования всесторонне развитой, гармоничной и уверенной в себе личности. Дом – это не только кров, тепло и еда, а место, где царят тепло и сердечность семейных взаимоотношений, где всегда чувствуешь себя нужным, где тебя всегда поймут и помогут люди, которые тебя любят.*

*Славянское слово «семья» родилось во времена Древней Руси. Его толкование связано со словом «семя», от которого зарождается новая жизнь-с чем у вас ассоциируется слово «семья»? Заполните схему. Запишите ассоциации, которые у вас возникают, когда вы произносите слово «семья»* (веселье, радость, счастье, уют, тепло, мир, покой и т.д.)

***3.Упражнение «Расшифровка»***

Участникам предлагается на листе бумаги расшифровать  
слова-понятия «родитель», «ребёнок», «воспитание», используя слова, обозначающие качество, особенность.

Например:

Р - решительный, т - требовательный и т.д.

***4.Упражнение «Мудрые мысли».***

Участники передают корзинку с карточками, на которых записаны высказывания великих педагогов и белорусские народные пословицы о воспитании, семье, зачитывают их, обсуждают.

* *В семье три четверти счастья человека, а в остальном едва ли четверть. (рус. нар. пословица).*
* *«Семья всегда будет основой общества».****Оноре де Бальзак.***
* ***В семье любовь да совет, так и нужды нет*** *(рус. нар. пословица).*
* ***Семья-печка: как холодно все к ней собираются****(рус. нар. пословица).*
* *«Воспитание есть усвоение хороших привычек».****Платон.***
* *«Детям больше нужен пример для подражания, чем критика».****Ж. Жубер.***
* *«Воспитывает всё: люди, вещи, явления, но прежде всего и дольше всего —  
  люди. Из них на первом месте — родители и педагоги».****Л.С. Макаренко.***
* *«Семья — это та первичная среда, где человек должен учиться творить  
  добро».****В.А. Сухомлинский.***
* *«Лучший способ сделать детей хорошими — сделать их счастливыми».****Оскар  
  Уайльд.***
* *«Воспитание происходит всегда, даже тогда, когда вас нет дома».****А.С.  
  Макаренко.***
* *«Никогда не обещайте ребёнку, чего нельзя выполнить, и никогда не  
  обманывайте его».****К****.Д.****Ушинский.***
* *«Ребёнок, который переносит меньше оскорблений, вырастает  
  человеком, более сознающим своё достоинство».****Н.Г. Чернышевский.***
* *«Воспитывая своего ребёнка, ты воспитываешь себя, утверждаешь своё  
  человеческое достоинство».****В.Н. Сухомлинский.***
* *«Яблоко от яблони недалеко падает»****(рус.нар. пословица).***
* *«Детей наказывай стыдом, а не кнутом»****(рус.нар. пословица).***
* *«Что волк делает, то и его волчонок»****(бел.нар. пословица).***
* *«И сова хвалит своё дитя»****(бел.нар. пословица).***

***5. Упражнение «Острое блюдо»***

Родители отвечают на вопросы:

1. Как необходимо реагировать на несерьёзные болезни, дурные привычки,  
   страхи ребёнка?
2. Как отвечать и реагировать на откровенные вопросы детей?
3. Как разделить свою любовь между несколькими детьми в семье?
4. Когда и как нужно хвалить ребёнка?
5. Должен ли ребёнок быть свидетелем конфликтов родителей? Почему?
6. Как и когда вы начинаете разговор с ребёнком о его плохом поступке?
7. Следует ли просить прощения у ребёнка, если Вы виноваты?
8. Можно ли использовать физические наказания? Почему?
9. Можно ли упоминать о проступке ребёнка несколько раз? В присутствии  
   посторонних или родственников?
10. Почему ребёнку необходимо переживать вместе с вами не только  
    положительные, но и отрицательные эмоции?
11. Сколько времени необходимо проводить вместе с ребёнком?
12. Каковы последствия излишней опеки, заботы о ребёнке?

***6. Родителям раздается памятка «Основные правила для родителей»***

*Основные правила для родителей:*

* *правильно организовывать домашний режим (соблюдение режима сна и бодрствования, включая дневной сон; режима питания, организация занятий, прогулок, подвижных игр, трудовых поручений, закаливание организма; режим должен быть постоянным и неукоснительно соблюдаться);правильно организовать общение с ребенком (поддерживать с ним открытый диалог, при разговоре с ребенком говорить отчетливо, называйте то, с чем вы работаете, читайте рассказы и сказки, рассматривайте картинки, рисуйте, лепите вместе с ним, ходите на прогулки пешком и с использованием различных видов транспорта, привлекайте ребенка к наблюдению окружающего, постоянно расширяйте его социальный опыт, привлекайте к занятиям спортом, подготовке к праздникам, соблюдению домашних традиций);*
* *овладеть методиками коррекционных занятий;*
* *принимать ребенка таким, какой он есть;*
* *любить своего ребенка. Помнить, что касания - это язык любви, и чем ребенок младше, тем он больше нуждается в физических её проявлениях, особенно ребенок с трудностями в развитии. Чаще обнимайте ребенка, целуйте, ласкайте, прижимайте к груди, прикасайтесь, хвалите;*
* *обеспечьте ребенку состояние эмоционального комфорта и защищенности, т.к. это создает благоприятную атмосферу для общения и его психического развития;*
* *в занятиях исходите из интересов и желаний ребенка, т.е. начинайте с занятий, которые больше нравятся ребенку;*
* *строго соблюдайте режим проведения занятий (одно и то же время и место);  
  -повторяйте те же или иные занятия через некоторые время;  
  -используйте будничные ситуации для проведения игр;  
  -помните, что занятия, игры должны доставлять ребенку радость;*
* *если ребенок проявляет мало охоты и желания, то хвалите его даже за маленькую попытку;*
* *играйте с ребенком недолго, но как можно чаще;*
* *старайтесь вовлечь в игры, занятия своих домашних, близких;*
* *не отчаивайтесь, если предложенные ребенку упражнения не получатся с первого раза. Ребенку с особенностями в развитии требуется много усилий, повторений, чтобы приобрести навык;*
* *будьте терпеливы. Помните, что и для налаживания контакта детям с трудностями в развитии требуется более длительное время.*

*Рефлексия «Продолжите предложение»:*

* *Сегодня я узнал(а)…*
* *Вспомнил (а) …*
* *Уточнил (а) …*
* *Открыл (а) …*

**Занятие  № 2**

**Тема: «Семейные традиции»**

(для родителей)

**Цель:** Формирование ценностного отношения к семье и соблюдение семейных традиций в неблагополучных семьях

***1. Упражнение. Мини-лекция***

Традиция в переводе с латинского означает «передача». Семейная традиция – это то, что перешло от одного поколения к другому, что унаследовано от предшествующих поколений (взгляды, вкусы, идеи, обычаи).

Какие бывают традиции?

1. Бытовые традиции (чтение по вечерам, совместное приготовление обеда в выходной, сказки на ночь).

2.Духовные традиции (религиозные традиции, помощь старшим, родственникам, семейная благотворительность).

3. Семейные праздники.

4. Семейные реликвии (вещи, которые принадлежали вашим предкам).

**Задание:** запишите традиции семьи, в которой вы выросли, и те, которые бы хотели иметь в своей семье.

|  |  |
| --- | --- |
| **Традиции родительской семьи** | **Традиции моей семьи** |
|  |  |

**Вопрос.**

Как традиции влияют на взаимоотношения в вашей семье?

Всем известно, что на Руси у всех семей были свои традиции, которые объединяли, делая их сильными и крепкими. Но, со временем, многие традиции были утеряны, часть традиций осталась, изменившись. Ну и, конечно же, появились новые. Какие-то традиции перешли к нам от родителей, какие-то мы создаем сами.

И есть те традиции, которые являются необходимыми для каждой семьи: совместное приготовление обеда в выходной, сказки на ночь, чтение по вечерам и многие другие, которые есть только в вашей семье и которые остаются с вами всегда. Но сегодня, в суете бегущих дней мы часто забываем о них.

***2. Упражнение «Мозговой штурм»***

Какие ассоциации у вас вызывает словосочетание **«семейные традиции»?**

Ведущий записывает на доске перечисленные ассоциации.

Сегодня мы с вами собрались для тог, чтобы определить какие семейные традиции существуют в ваших семьях и как они влияют на воспитание ваших детей.

**3. *Упражнение «Шар накопленных семейных традиций»***

**Цель:** подчеркнуть значимость озвучивания чувств «благодарности» родителям за семейные традиции.

**Содержание**. Сейчас прошу всех встать в круг. Каждый участник, держа в руках шар, высказываясь, начинает со слов: «Я благодарна своим родителям за семейную традицию …».

***4. Беседа –рассуждение «Традиционная семья и современная»***

- Как вы считаете, современная семья отличается от традиционной? Чем? (*ответы родителей*)

***5. Упражнение «Ассоциация». Каждый называет ассоциацию к слову СЕМЬЯ.***

У каждого свое представление о семье. Какие ассоциации с этим словом возникают у вас?

• Если семья — это здание, то какое…

• Если семья — это цвет, то какой…

• Если семья — это музыка, то какая …

• Если семья — это геометрическая фигура, то какая…

• Если семья — это настроение, то какое…

***6. Составление кластера «Идеальная семья»***

В давние времена жила одна семья, и в ней царили любовь и согласие. Молва об этом долетела до правителя тех мест, и он спросил у старшего рода: «Как вам удаётся жить, никогда не ссорясь, не обижая друг друга?» Старец взял бумагу и написал на ней что - то. Правитель посмотрел и удивился, на листе было написано сто раз одно и то же слово …

Это слово …

ПОНИМАНИЕ

Понимание – это любовь и дружба в семье.

Очень часто мы предъявляем к друг другу повышенные требования. Ваша задача составить список, который характеризует идеальную мать, идеального сына, идеальную дочь, идеального отца. (см. прилож. № 8)

1 гр. «Идеальная мать»

2 гр. «Идеальный сын»

3 гр. «Идеальный отец»

4.гр. «Идеальная мать»

После этого списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить являются ли они таковыми, что из списка им бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу «Идеального отца, сына, либо идеальной мамы, дочери».

Вывод: ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого родители не перестают любить своих детей, а дети родителей.

***7. Упражнение «Дерево семейных ценностей» (работа в группах)***

Каждый получает заготовку «Дерева семейных ценностей» и примерный перечень возможных ценностей (чтобы участникам было легче сориентироваться). (см. прилож. № 9)

Задача участников – ранжировать ценности:

– в корневую систему помещают самые важные, от которых не откажутся ни при каких условиях.

- в ствол – важные, но от которых в некоторых случаях можно отказаться.

- в крону – желаемые, но не обязательные ценности.

Участникам объясняется, что они могут воспользоваться подсказкой из перечня, могут что – то добавить свое.

Перечень возможных семейных ценностей: …

Представление результатов работы. Сравнение разных деревьев, выявление сходств.

**Рефлексия**

- Чем полезна именно для вас данная встреча?

- Что является самым важным из того, что вы сегодня узнали?

- А какой же основной секрет семейной жизни?

Ответ: Все так же очень просто: ДАРИТЬ ДРУГ ДРУГУ РАДОСТЬ!

**Занятие № 3**

**Тема: «Сознательное родительство»**

(для родителей)

**Цель:**Формирование представлений о важной роли семьи в жизни ребёнка.

**Разминка:**

***1. Упражнение «Душа ребенка»***

Ведущий: Эта чаша – душа ребенка. Какой бы Вы хотели видеть своего ребенка? Какими чертами характера он должен обладать? Какими качествами вы хотели бы наделить своего ребенка?

**Задача**: родители на «сердцах» должны написать качества, которыми бы хотели наделить своего ребенка, затем кладут их в чашу.

Ведущий: Посмотрите, какую красочную, многогранную душу мы хотим видеть в ребенке.

**Рефлексия**. Какие ощущения у вас вызвало это упражнение? Как вы думаете, почему у вашего ребенка их нет?

***2. Мозговой штурм «Для чего нужна семья»?***

**-** Как вы считаете, для чего нужна семья? (Общение, досуг, совместное времяпровождение, ведение домашнего хозяйства, семейные праздники, рождение и воспитание детей)

 - Как вы думаете, какая из этих функций самая главная? (Самая значимая роль семьи – рождение и воспитание детей. Полноценное развитие и воспитание ребёнка возможно только в семье)

***3. Упражнение «Фотография моей семьи»***

**-**Представьте себе свою семью. На столе лежат вырезки из журналов с фотографиями разных семей. Выберите ту, которая соответствует вашей семье в настоящем, вашим представлениям об идеальной семье, вашей семье в будущем.

Опишите свою настоящую, бушующую и идеальную семью:

- Моя семья крепкая…

-Моя семья дружная…

- Моя семья счастливая…

-Моя семья радостная…

-Моя семья заботливая…

-У моей семьи всегда…настроение

-Если можно было бы снять фильм о моей семье, то он имел бы название «…»

***5. Упражнение: притча о счастливой семье***

**Ведущий:** по соседству жили 2 семьи. В одной из них супруги постоянно ссорились и выясняли отношения, а в другой всегда царили любовь, взаимопонимание и тишина. Строптивая хозяйка никак не могла понять, как же соседи уживаются без скандалов. И вот в один момент, в очередной раз обвинив мужа в том, что он опять не прав и забыл помыть посуду, заставила его пойти к соседу и выяснить почему соседи никогда не выясняют отношения. Мужчина зашел к соседям и его пригласили на кухню угостить чаем.

И так уже вышло, что забегавшись, хозяйка случайно уронила фарфоровый чайник, поставленный на край стола мужем, на пол и разбила его. И тут сосед подумал: «Ну вот, сейчас начнется скандал!» Но к его удивлению сосед спокойно сказал: «Извини, милая! Я виноват: я неаккуратно поставил наш любимый чайник!» На что супруга ответила: «Это ты меня извини, дорогой! Я виновата, что не заметила его!» Вернулся сосед домой расстроенный. Жена у него допытывается про секрет семейного благополучия. А муж ей отвечает: «Понимаешь, все дело в том, что у них в семье все виноваты, а у нас – все правы…»

**Ведущий: -**к какому выводу вы пришли? (ответы родителей)

Если вы решили жить вместе, то последнее что вам нужно делать, так это выносить свое эго на первое место. Когда вы научитесь брать на себя ответственность в семье, только тогда вы будете жить в счастье и радости.

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

***6. Упражнение «Счастливая и несчастливая семья»***

Ведущий: - Можете ли вы свою семью назвать счастливой? Почему? (ответы родителей)

- В какой семье вы бы хотели жить? (ответы родителей)

- Все хотят жить в счастливых семьях, но счастье — это не данность, это большой труд. Как вы это понимаете? (ответы родителей)

У меня на столе лежат карточки с надписями. Подходите по очереди к столу, берите карточку и говорите, к какому типу семьи вы относите данное утверждение (см. прил. № 10)

***7. Информационные буклеты для родителей «Пять путей к сердцу ребенка»***

Ведущий: Уважаемые родители! Дети по-разному чувствуют любовь, но она нужна каждому малышу. Есть 5 основных способов, которыми родители показывают свою любовь к ребенку (психолог раздает рекомендации):

- прикосновение;

- слова поощрения;

- время;

- помощь;

- подарки.

Поэтому дарите своим детям любовь и подарки.

***8. Рефлексия:***

***Упражнение «Волшебный мешочек»***

**Цель**: осознать свое эмоциональное состояние и освободиться от негативных эмоций.

Участникам предлагается сложить свои отрицательные эмоции (какие?) в черный мешочек, чтобы потом выбросить, а из красного взять себе положительные эмоции (какие?).

***Занятие № 4***

***Тема: «Формула семейного счастья»***

*(для родителей)*

***Цель: освоить метод решения семейных проблем с помощью семейного совета.***

***Ход занятия:***

**1. *Разминка***

Ведущий заранее готовит листки (по форме это листья дерева) для каждого участника и просит написать на этих листках трудно решаемую семейную проблему. Эти листья можно приклеить к заранее нарисованному дереву, и после этого один из членов группы может вслух прочитать все проблемы.

***2. Мини-лекция «Основы семейного счастья»***

Семья — это главная составляющая счастья любого человека. Без семьи каждому человеку одиноко и не уютно. Ведь только семья может подарить настоящую поддержку и понимание в любой жизненной ситуации. Так приятно собраться за семейным ужином всей большой семьёй на праздник. Порой мы в суете будней забываем о близких людях, и это печально. Ведь в крепкой и дружной, любящей семье и трудности проходят быстрей и на душе намного теплей, если ты знаешь, что у тебя есть любящие родные люди.

***3. Упражнение «Составление формулы семейного счастья»***

Ведущий: Психологи проанализировали более 12 тысяч индивидуальных отчетов и 35 разных исследований и пришли к выводу, что самым главным в отношениях являются открытость, позитивный настрой по отношению к своему спутнику или спутнице, а также общие задачи и цели. По мнению специалистов, именно открытость во взаимоотношениях помогает решить любую возникшую жизненную проблему. Чем больше честности и доверия между любящими людьми, тем легче им справиться с общими трудностями.

В семейной жизни также важно делить все домашние обязанности, ответственность и привилегии поровну. Кроме того, семейные узы станут крепче, если наладить хорошие отношения с родителями и родственниками, а также друзьями и коллегами своего партнера или партнерши, отмечают психологи.

Все ищут формулу семейного счастья, словно эликсир бессмертия. Формула семейного счастья имеет много слагаемых, но одновременно проста и сложна. Как вы думаете, какие составляющие будет иметь формула?

**«L» - Любовь** - фундамент прочного брака - это любовь, притяжение друг к другу. Во всех семьях бывают разногласия и ссоры, но, несмотря на это, супруги любят друг друга. Настоящая любовь может пережить многое. Она проверяется временем и сохраняется на протяжении всей жизни. Любовь является основой семьи.

**«J» - Умение принимать человека таким, какой он есть -** умение принимать любимого человека таким, какой он есть, с достоинством и недостатками. Не пытайтесь переделывать друг друга – это не доставить радости никому. Не стоить придавать большое значение мнению окружающих. В делах семейных лучше доверять лишь себе и своей половине. Счастливые пары как раз и отличает способностью опровергать общепринятые каноны.

**«D» - Открытость и доверие в отношениях** – одно из условий счастливого брака. Это вовсе не означает, что необходимо полное проникновение в мысли и чувства друг друга. Но между близкими людьми не должно быть страха признаться в сокровенном, боятся оказаться непонятым. Уверенность в том, что вы можете своему супругу рассказать всё, что вас волнует, в том, что будите услышаны, укрепляет отношения. Счастливые супруги просто верят друг другу и не мучаются подозрениями.

**«G» - совместное проведение досуга** - интересно вам вдвоём. Совместный досуг позволяет побыть наедине, уйти от проблем и забот.

**«S» - Умение разрешать конфликты** - ссоры и разногласия случаются в любой семье. Однако ссора ссоре рознь. В крепких семьях партнёры умеют разрешать конфликтные ситуации. Они подсознательно чувствуют, когда необходимо остановиться, не позволяйте себе опускаться до оскорблений. Очень помогает в семейных раздорах чувство юмора.

**«М» - умение прощать** - если вас обидели, то умейте прощать и более того забывать обиды.

**«К» - уважительное отношение к родителям супруга** (и) - к родителям нужно относится с уважением почтением, и не только к своим, но и к родителям вашего(ей) супруга(и). Помните, они дали жизнь вашему любимому человеку. Неуважение родителей у всех народ и во все времена считается большим грехом.

**«Y» - невмешательство родителей в дела детей** - Вы должны иметь право сами решать свои проблемы. Умение построить отношения с родителями во многом влияет на судьбу брака.

**«Z» -ласковые слова** - Детка, зайка, лапонька малышка, каких только слов не придумают влюблённые. Психологи утверждают, что в благополучном браке супруги на протяжении всей жизни употребляют ласковые слова.

**«Q» - взаимопонимание** - Является основной характеристикой близких доверительных отношений.

**«R» - подарки и сюрпризы** - Ну кто не любит подарки? Всем приятно, когда нам уделяют внимание, дарят то, что нам нужно, чего мы ждём. Ещё уделяют и радуют приятные сюрпризы.

А сейчас каждый из вас составит свою формулу семейного счастья. Вы заметили, что каждая характеристика обозначена какой -либо буквой. Счастье мы обозначим буквой «I»

I =…+…+…+

- У каждого из вас получится своя формула, так как у всех разные жизненные ценности и приоритеты.

- А сейчас покажите ваши формулы и расскажите об их слагаемых.

- У кого-нибудь получились одинаковые формулы?

***4. Упражнение «Семейный словарь»***

Ведущий: Существует много слов, которые вылетают мгновенно и оскорбляют другого человека. Предлагаю вам составить белый и чёрный словарь. В белую колонку отнесите добрые слова, а в чёрную – плохие, унижающие достоинство человека.

**перед вами список:**

радость моя, зануда, надоел, ты бессердечный, ты не вкусно готовишь, я рада тебя видеть, мне приятно, мы счастливы, твоё невежество, ты меня достал, ты неотразим, я так счастлива с тобой, мне надоела жизнь с тобой, ты такой же, как и твои родители, ты злая, ты украшаешь этот мир, ты всегда мне помогаешь, ты моя опора, ты мой надёжный тыл, ты моё вдохновение, мне нравится, когда ты так поступаешь, я ненавижу тебя, я обожаю тебя, ты испортил мне всю жизнь, я на тебя потратила лучшие годы, лучше б я тебя не встретил, ты не на что не годишься, ты полный ноль.

***5. Подведение итогов. Рефлексия***

**Занятие № 5**

**Тема: «Я- высказывания». «Мы общаемся»**

(для родителей)

**Цель занятия:**

1. Понять психологическое различие между «Я-высказыванием» и «Ты-высказыванием».

2. Освоить навык «Я-высказывания».

3. Познакомить родителей с понятиями «временной язык» и «постоянный язык».

**1.Разминка.**

***Упражнение «Поругай ребенка»***

**Инструкция:** один родитель изображает ребенка, другой родитель его ругает из разных положений.

1. Ребенок сидит, родитель стоит.
2. Родитель сидит, ребенок стоит.
3. Родитель и ребенок стоят друг к другу спиной.

Затем пары меняются ролями (10 мин).

Обмен чувствами (5 мин).

**2. Основная часть.**

**1. Информация для родителей.**

«Ты – сообщения» часто нарушают процесс общения, так как вызывают у ребенка чувство обиды и горечи, создают впечатление, что прав всегда родитель. Примеры «Ты-сообщений»: «Ты всегда оставляешь грязь после себя». «Прекрати это делать». «Тебе сто раз нужно повторять одно и тоже и т.д. «Я – сообщения» являются более эффективным способом в плане влияния на ребенка с целью изменения его поведения, которое родитель не приемлет. Для примера возьмем схему сообщения для родителя, который устал и не желает играть со своим сыном.

**«Ты – сообщение».**

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

**«Я сообщение».**

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

Знакомство родителей с моделью «Я- сообщений».

«Я – сообщение включает в себя 3 основных компонента:

1. Описание ситуации (когда, если), вызвавшей напряжение.
2. Точное называние своего чувства в этой ситуации (Я чувствую).
3. Предпочитаемый вами исход (Мне хотелось бы).

Пример: «Когда я вижу грязь на полу, мне становится очень обидно и я бы очень хотела, чтобы ты снимал ботинки в коридоре.»

**Практическая часть.**

**Упражнение № 1 (**все сидят в кругу). Родителям раздаются схемы «Я-сообщений» (см. Приложение № 11).

**Инструкция:** один из родителей описывает какой-то факт поведения ребенка, который для него неприемлем, остальные формулируют «Я-сообщения» и затем предъявляют в кругу (15 мин).

**Упражнение №2.**

**Инструкция:** родители делятся на пары, один из родителей –ребенок, второй – его мама. Тренер проговаривает приготовленное заранее «Ты-сообщение» родителю – «ребенку», а задача второго участника в паре переформулировать его в «Я- сообщение». Затем участники меняются ролями.

Примеры «Ты-сообщений».

«С тобой бесполезно что-то обсуждать, никогда ничего не слушаешь».

«Уроки ты сделать не можешь, комнату убрать свою не можешь. Ты сам вообще что-то можешь.»

«Сколько раз тебе говорить, чтобы ты мыл руки после улицы» (15 мин)

**Обсуждение упражнения.**

1. Какие чувства Вы испытывали в роли ребенка, когда Вам предъявлялось «Ты-сообщение». Что хотелось сделать или ответить?
2. Трудно ли было формулировать «Я-сообщения», если да, то в чем состояла эта трудность? (10 мин)

**2.Информация для родителей.** «Временной» или «постоянный» язык.

**Примеры фраз на постоянном языке:** «Ты всегда играешь, а не занимаешься». «Все время опаздываешь». «Вечно ты бросаешь вещи где попало».

**Примеры фраз на временном языке:** «Сегодня твои вещи лежат не на месте». «Ты играешь уже 1,5 часа, а занимался только 10 минут», «Ты опоздал сегодня на 15 минут» (5 мин).

Упражнение № 1 (все сидят в кругу).

Инструкция: каждый из родителей, по очереди, придумывает или вспоминает  фразу на постоянном языке, которую он наиболее часто произносит в отношении своего ребенка или членов семьи, а остальные участники переформулируют ее на временной язык ( 10 мин)

1. **Завершение группы. Подведение итогов. Обмен чувствами**(10 мин)

**Домашнее задание.** Записать несколько примеров, когда удалось использовать в общении с ребенком «Я-высказывание».

**Занятие № 6**

**Тема: «Поощрения и наказания».**

(для родителей)

**Цель:** Знакомство с принципами использования поощрений и наказаний.

**Основная часть.**

**Упражнение**

Инструкция: необходимо вспомнить какое-нибудь наказание из своего детства, которое запомнилось на всю жизнь, оставило след. Поделиться своими переживаниям в кругу (15 мин)

**Обсуждение с родителями следующих вопросов:**

1. Какие методы поощрения и наказания используются в семье?
2. Нужны ли физические наказания? (40 мин)

Родители заполняют анкету «Методы воздействия на ребенка» (приложение № 4) (10 мин)

Знакомство родителей с каталогом негативных эффектов типичных родительских реакций (по Т. Гордону) (10 мин)

**Заключительная часть.**

Подведение итогов. Тренер пишет на доске основные принципы использования поощрений и наказаний (10 мин).

**Прощание.**

**Занятие 7**

**Тема: «Счастливы вместе»**

*(дети совместно с родителями)*

**1. Разминка**

***Упражнение «Волшебный стул».***

**Цель**: Создание позитивного настроения, умения замечать положительные качества в людях и говорить им об этом, развитие эмпатии.

Предварительная беседа с помощью вопроса: «Что такое комплимент?»

Участники образуют круг, берутся за руки. В середине круга ставится стул. Каждый участник говорит комплимент сидящему на стуле.

***2. Упражнение «Моя и мамина (папина) рука».***

**Цель:** Контактирование родителей и детей между собой на телесном уровне; реагирование и прорабатывание на телесном уровне существующих в данной паре взаимоотношений; осознание родителями данного опыта.

В детско-родительских парах участникам предлагается встать (сесть) напротив друг друга и выполняют инструкцию ведущего:

* «Поздороваться» друг с другом указательными пальцами;
* Погладить своим мизинцем мизинец партнера;
* Померяться силами (перетянуть) с помощью средних пальцев; и стараться его удержать. Задача второго- вырвать свой палец. Затем поменяться ролями.
* «Попрощаться» с партнерами безъимянным пальцем.

На занятии упражнение выполняется только левой рукой. В качестве домашнего задания участникам предлагается сделать то же самое с противоположной рукой (правой).

***3. Упражнение «Карандашики»***

**Цель:** Развитие тонкой моторики, навыков продуктивной коммуникации между детьми и родителями; сплочение группы.

Первоначально упражнение выполнятся в парах: родитель – ребенок. Предлагается без слов выбрать карандаш понравившегося цвета. Если предпочтения отличаются, молча договориться между собой, а затем вдвоем взять лежащий карандаш, поддерживая его лишь с двух концов. При этом каждый участник может пользоваться только одним пальцем. Затем их просят подвигаться, стараясь не уронить карандаш. После этого задание усложняются: удерживая первый «мостик» пальцами свободной руки участники берут второй карандаш. Тоже самое они могут проделать в тройках, четверках…, всей группой. Упражнение выполняется без слов. По окончании обсуждается чувства, способы взаимодействия, возникшие трудности.

1. ***Упражнение «Слепой и поводырь»***

**Цель**: достижение взаимопонимания на разных уровнях взаимодействия.

**Инструкция**: участнику, играющему роль «слепого», завязывают глаза. «Поводырь» водит его по комнате, знакомит с окружающим миром, предметами. Становится его глазами. Водить «слепого» следует аккуратно, бережно, чтобы он не наткнулся на предметы, на другую пару. Затем пары меняются местами. (10 мин)

**Обсуждение упражнения.**

**Пояснительная речь тренера.** Данное упражнение охватывает основные формы контакта: зрительный, тактильный, слуховой. Это дает возможность достигнуть понимания на разных уровнях взаимодействия, общаться ребенку с родителями на одном языке, понимать мысли, чувства и действия партнера. Это гармонизирует отношения в семье, повышает самооценку ребенка.

Обмен чувствами, впечатлениями:

1.         Каково вам было находиться в роли «слепого»?

2.         Комфортно ли вам было с вашим «поводырем»?

3.         Что вы чувствовали, когда были «поводырем»? (10мин)

***5.* *Упражнение «Двое с одним фломастером»*** (пары – родитель и ребенок сидят за столами рядом друг с другом).

**Цель**: обучение навыкам сотрудничества.

**Инструкция**: «Сейчас вы – одна команда, которая должна нарисовать картину. И рисовать вы должны одним и тем же фломастером. При этом строго-настрого запрещается говорить друг с другом. Оба человека в паре должны постоянно держать фломастер в руке, не выпуская его ни на мгновение. Если захочется, вы можете время от времени поглядывать на партнера, чтобы увидеть, как он себя при этом чувствует и понять, что он хочет нарисовать. Рисуем в течение 5ти минут.

После завершения показать свои работы остальным участникам группы.

Обсуждение упражнения.

1.         Сложно ли вам было рисовать молча?

2.         Пришли ли вы со своим партнером к единому мнению?

3.         Трудно ли было от того, что изображение постоянно менялось? (10 мин).

***Упражнение «Доверие» (участники сидят в кругу).***

**Цель**: развитие чувства доверия, эмпатии.

Инструкция: выходит пара – родитель, ребенок. Ребенок становится спиной к родителю, отойдя на некоторое расстояние. Родитель вытягивает вперед руки. Задача ребенка – не сгибая ног в коленях, упасть на руки родителю (5 мин).

1. **рефлексия**

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10)

Ритуал прощания

**Занятие 8**

**Тема: «Мы семья»**

*(дети совместно с родителями)*

**1. *Упражнение «Мой уникальный ребенок».***

Ведущий предлагает аудитории следующую ситуацию: «Представьте, что какой-то сумасшедший генетик создал точную копию вашего ребенка, которая внешне абсолютно во всех деталях на него похожа. Ваша задача узнать, где истинно ваш ребенок».

* Вспомните и расскажите, что в вашем ребенке есть такого, что нельзя продублировать.
* Есть ли в окружении вашего ребенка такой человек, который знает его уникальные качества и сможет идентифицировать реального человека от копии?
* Наличие какого качества сам в себе отмечает ваш ребенок? Что именно по его мнению может отличить его от любой, даже самой совершенной копии?

Ответы родителей анализируются. Необходимо, чтобы участники группы сами оценили свои суждения и определились, нравится ли им тот образ ребенка, который они только что представили, как бы им на самом деле хотелось отвечать на поставленные вопросы и почему.

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

Психолог: каждый из вас нарисуйте, пожалуйста, круг, напишите на нем свое имя, теперь от этого символа (вас, как солнышка) рисуйте поочередно лучики и подпишите каждый из них, отвечая на вопрос: «Чем я согреваю своего ребенка, как солнышко согревает землю?» например вы пишете на одном лучике «Я всегда пробуждаю своего ребенка добрыми ласковыми словами», на другом «Я семь-восемь раз в день обнимаю ребенка, понимая, как это важно для него», на третьем – «Я добрая» и т.п. Пожалуйста, работайте, у вас 3 минуты!

Давайте поделимся своими находками с участниками.

На доске нарисовано солнышко. Это вы своим теплом согреваете своего ребенка, как же называются ваши лучи? Родители выходят и записывают ответ на вопрос «Чем я согреваю своего ребенка?»

Посмотрите, какое наше родительское солнышко лучистое. Оно, как и то, под которым мы живем, щедро дарит нам свое тепло, ласку, не выбирая время и место для этого. Так и мы, родители должны любить своих детей, без каких-либо на то условий, безусловно.

«Где не хватает терпения надо бы постараться понять, где не понимаю - постараться вытерпеть, и всегда я принимаю ребенка, всегда люблю.»  
*С. Соловейчик*

***5.Упражнение “Что мы знаем о своём ребёнке”***

**Анкета «Что мы знаем о своем ребенке?»**

Ответьте на предложенные вопросы, имея в виду себя. Дайте ребенку возможность ответить на предложенные вопросы, сравните ответы и проанализируйте результаты.

Вопросы для размышления.

1. Что означает имя вашего ребенка?
2. Что он предпочитает делать в свободное время?
3. Любимое словесное выражение вашего ребенка?
4. О чем он чаще всего задает вопросы?
5. От чего ребенок приходит в восторг?
6. Чем можно его огорчить?
7. Легко ли он поддается убеждению?
8. Что предпочитает читать?
9. Любимый фильм вашего ребенка?
10. Любимое блюдо вашего ребенка?
11. Любимый цвет вашего ребенка?
12. Что с удовольствием он делает?
13. Много ли у него друзей?
14. Охотно ли он посещает школу?
15. Чему бы вы хотели научиться у вашего ребенка?
16. Чему ребенок может научить вас, своих родителей?

Чем больше у Вас процент совпадения ответов с мнением ребёнка, тем более гармоничные у вас отношения. Если у Вас мал процент совпадения, задумайтесь над тем, что необходимо изменить и улучшить.

**6. Рефлексия**

Обмен чувствами, впечатлениями от занятия (10)

Ритуал прощания

**Занятие № 9**

**Тема: Завершение группы.**

**Подведение итогов.**

1. **Разминка.** **Любимые игры.**

**Инструкция:**психолог спрашивает детей о том, в какие игры они хотели бы поиграть со своими родителями. Это могут быть игры, в которые играли на занятиях, так и новые придуманные детьми. Группа играет в предложенные игры (30мин).

1. **Основная часть.**

Упражнение «Ассоциации» (3-5 минут)

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

 Инструкция: группа делится на 2 команды.

 1 команда: Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово "счастливый ребёнок".

 2 команда: Напишите свои ассоциации, когда вы слышите слово «эффективный родитель»

**Обсуждение.**

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

**Упражнение «Если бы» (**все участники сидят в кругу).

**Инструкция:**психолог обращается сначала ко всем взрослым и просит их немного пофантазировать: что было бы, если бы они на миг стали детьми – дочками и сыновьями, а их дети, которые присутствуют на занятии, стали бы их родителями. Затем психолог передает мяч по кругу и просит взрослых по очереди сказать буквально по одному предложению, чтобы они хотели сделать в этой ситуации или иметь и т.д. Если сидящий рядом ребенок хочет спросить маму о чем-либо, он может это сделать. Мама отвечает одним предложением.

Затем психолог просит детей ответить на вопрос, что было бы, если бы они стали мамами и папами (10 мин)

1. **Диагностическая часть.**

Родители заполняют анкету участника тренинга и оценивают по 5-ти бальной шкале свои взаимоотношения с детьми. Родители совместно с детьми рисуют молча на одном листе (30мин)

**Завершение группы. Подведение итогов**(10 мин)

Заключительное слово ведущего.

Сегодня мы с вами завершаем наши занятия. Вместе мы прошли какой-то отрезок пути, успели привыкнуть друг к другу, подружиться. Каждая  семья уникальна по-своему и мне хотелось бы как-то по-особенному отметить вклад каждой диады в наш групповой процесс.

**Награждение участников грамотами и фотографиями.**

**Обмен чувствами, впечатлениями от данного цикла занятий (10 мин)**

**Прощание.**

Педагог-психолог Тереня О.В.

**Список литературы:**

1. Ананенко,  М.Г. Реабилитационная работа с семьёй: методическое пособие/ М.Г. Ананьев [и др] Минск. Белстан. 2011 - 69 с.

2. Богданович О.Н. Будущим творцам семейного счастья: Мозырь ООО ИД «Белый ветер», 2009 г.

3. Грецов, А.Г. Тренинг общения для подростков. СПб.: Питер, 2008. - 160с.:ил.

4. Гринберг С.Н., Савельева Е.В., Вараева Н.В., Лобанова М.Ю. Приёмная семья: психологическое сопровождение и тренинги. – СПб.: Речь,2007. – 352с.

5. Маглыш В.А. Организация и содержание работы с кандидатами в усыновители, 2005

6. Мартынова, В.В.Социально-педагогическая работа с семьёй:пособие для социальных педагогов учреждений образования,  
 специалистов органов управления образованием/В.В. Мартынова, А.Н. Ходосок. – Минск: Нац. ин-т образования, 2010. – 216с.

7. Педагогика и психология семейного воспитания/М. П. Осиповой. – Минск: ИВЦ Минфина, - 2008. –  360с.