

«Развитие эмоциональной сферы дошкольников»

Ход семинара:

- Здравствуйте! Я рада встрече с вами.

Предлагаю вашему вниманию материал по теме:

«Развитие эмоциональной сферы дошкольников»

- Давайте сначала посмотрим, с каким настроением вы пришли на занятие. Многие пришли с хорошим настроением, но есть и грустные изображения.
- А давайте мы поделимся своим хорошим настроением с другими, а у кого было хорошее настроение – обменяемся.

Упражнение: «Поздороваемся ладошками»

- Предлагаю поздороваться ладошками. По кругу, по очереди, называя свое имя, взглядом, улыбкой, прикосновением передадим свое хорошее настроение соседу.
- Молодцы! С этим зарядом положительных эмоций мы отправимся дальше.

Упражнение: «Назови эмоцию»

- А сейчас я попрошу вас назвать эмоции, какие вы знаете. Я кидаю мяч, вы называете эмоцию. Спасибо.
- Эмоции играют важную роль в жизни человека: помогают воспринимать действительность и реагировать на неё. Это переживание человеком своего личного отношения к тем или иным явлениям окружающей действительности, а также субъективного состояния возникающего в процессе взаимодействия с окружающей средой и удовлетворения своих потребностей.

Эмоции с рождения формируются под влиянием среды. Вне общения, вне деятельности социальные познавательные эмоции не развиваются. Первая социальная положительная эмоция в виде улыбки появляется на второй – третьей недели жизни. К третьему месяцу у ребенка чаще возникают компоненты разных положительных эмоциональных реакций (это называется «комплекс оживления» - ребенок улыбается, активно двигается с вокализациями).

«Комплекс оживления» определен как исходная точка в формировании эмоциональных реакций, составляющих основу эмоционального благополучия ребенка. «Комплекс оживления» Лисина М.И. назвала первой социальной потребностью ребенка (потребности в общении со взрослым). Непосредственное эмоциональное общение, разнообразные зрительные и слуховые стимулы, побуждение взрослым ребенка к активности – все это помогает развитию эмоциональной сферы в первые месяцы жизни ребенка.

Эмоции детей второго года жизни связаны с предметной деятельностью. Побуждение детей к эмоциональному реагированию посредством целенаправленной подачи сенсорной информации по каналам зрительного, слухового, вестибулярного, обонятельного, осязательного и вкусового анализаторов. К трем годам происходит поглощение сюжетом. Эмоции связаны с результатом человеческой деятельности. Появляются эстетические чувства, ревность, соперничество. В старшем дошкольном возрасте ребенок:

- осваивает социальные нормы;
- появляется эмоциональное предвосхищение;
- формируются высшие чувства (нравственные, интеллектуальные, эстетические...);
- появляются первые признаки воли.

Общие представления о ходе эмоционального развития можно сформировать следующим образом:

- эмоции в процессе онтогенеза проходят прогрессивный путь обогащения и поступательного развития;
- основой эмоционального развития является деятельность;
- эмоциональные процессы играют важную роль в регуляции деятельности;
- онтогенез эмоций рассматривается в неразрывной связи с общим ходом психического развития;

- на развитие эмоций оказывают влияние все структурные компоненты психики (познавательные процессы, мотивационно – потребностная сфера, самосознание и т.д.).

Психологи имеют знания, поэтому физиологические механизмы, лежащие в основе эмоций рассматривать нет смысла, но основные моменты теории эмоций коротко вспомним.

Эмоции представляют собой своеобразную форму отражения реального процесса взаимодействия человека с окружающей средой.

Выделяют знак эмоций – положительный и отрицательный. Положительный – когда потребность удовлетворяется или есть вероятность удовлетворения. Отрицательный – если потребность не удовлетворяется или вероятность удовлетворения очень мала(+ счастье, удовлетворение, гордость; - страх, обида, вина, злость, грусть).

Эмоции могут вызывать повышение активности человека – это стенические эмоции, а могут, наоборот, уменьшать, сдерживать активность человека – это астенические эмоции. Одна и та же эмоция у одних людей является стенической, а у других астенической.

Например: эмоция гнева вызывает у одних повышенную активность: человек мечется, места себе не находит, а у других тот же гнев приводит к замиранию активности, человек не может даже пошевелить рукой. Это связано с разным темпераментом и характером людей.

Эмоциональный процесс состоит из трех основных компонентов.

Первый – это эмоциональное возбуждение, определяющее мобилизацию организма.

Второй – знак эмоции: положительный и отрицательный.

Третий – это сила и характер эмоционального возбуждения.

Характерной особенностью эмоций является то, что внутренние субъективные эмоциональные состояния имеют определенное внешнее выражение в жестах, мимике, позах, движениях, реакциях, в деятельности сердечно – сосудистой системы, дыхания и т.п.

Эмоции и чувства выполняют **сигнальную** и **регулирующую** функции. Сигнальная – определенные раздражения становятся сигналами благополучия или неблагополучия. А регулятивные механизмы эмоций могут снимать эмоциональное возбуждение или способствовать его нарастанию

Выделяют виды эмоций:

- настроение;
- аффекты;
- страсти.

Настроение - сравнительно продолжительное и устойчивое эмоциональное состояние умеренной или слабой интенсивности.

Аффекты – сильные и относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождаемые мимическими и двигательными проявлениями.

Страсти – сильные, глубокие, длительные и устойчивые переживания с ярко выраженной направленностью на достижения цели.

В психологии выделены 10 фундаментальных эмоций: интерес, **радость, удивление, горе, гнев**, отвращение, презрение, **страх, стыд**, вина.

Упражнение: «Покажи эмоцию» (на 3 подгруппы)

Сейчас мы с вами будем разыгрывать ситуации (раздать). Каждый персонаж изображает эмоцию невербально, т.е. без слов. Я даю вам 2 минуты на то, чтобы договориться между собой (после каждой ситуации – обсуждение: Какую эмоцию вы увидели (у группы)? Какое было чувство у вас (эта артисты?).

Деятельность по развитию эмоциональной сферы реализуется в трех направлениях:

1. Педагог – психолог – родители
2. Педагог – психолог – педагоги
3. Педагог – психолог – дети

1. Работа с родителями заключается в оказании родителям психологической помощи, ориентированной на индивидуальную работу с ними.

Первый этап – налаживание контакта с родителями

Второй этап – в процессе индивидуальных консультаций объяснить родителям индивидуальные особенности их ребенка, помочь принять его таким, какой он есть.

Третий этап – выработать единого подхода к воспитанию ребенка. На всех этапах учитывать уровень педагогической и индивидуальной культуры родителей.

Формы работы:

1. Индивидуальные консультации
 2. Групповые консультации:
 - общегрупповые собрания;
 - информация в родительских уголках;
 - школы, тренинги для родителей и т.д.
 3. Организация совместной деятельности родителей и детей (подготовка к утренникам, совместный труд...)
 4. Анкетирование родителей для отслеживания динамики изменений в эмоциональной сфере.
2. Работа с педагогами заключается в оказании психологической и информационной помощи педагогам.

Приоритетные задачи:

- а) ознакомить педагогов с особенностями и закономерностями развития социально - эмоциональной сферы детей
- б) обучить адекватным способам взаимодействия с детьми с определенными трудностями
- в) помочь создать условия, способствующие повышению эмоционального комфорта в группе и стимулирующие развитие положительных сторон личности ребенка.

Формы работы:

1. Индивидуальные консультации
2. Семинары – практикумы, тренинги...

Наиболее актуальные темы:

- а) «Особенности взаимодействия педагогов с детьми с нарушениями развития эмоциональной сферы»
 - б) «Вербальное общение. Средства невербального общения»
 - в) «Развитие навыков самоконтроля и саморегуляции»
 - г) «Стиль общения с проблемными детьми» и др.
- 3) Анкетирование педагогов для осознания особенностей детей группы, для диагностики...

III. Эмоциональное развитие детей дошкольного возраста – одно из важнейших направлений профессиональной деятельности педагога.

Центральной задачей эмоционального блока в работе с детьми является формирование у детей эмоциональной децентрации. Под эмоциональной децентрацией понимается способность индивида воспринимать и учитывать в своем поведении состояния, желания и интересы других людей, которая при нормальном ходе формирования личности появляется к концу дошкольного возраста.

Нарушения в её формировании могут приводить, прежде всего к трудностям в общении со сверстниками и взрослыми.

Помимо центральной задачи внутри данного блока необходимо выделить дополнительную, но не менее значимую задачу – профилактику психосоматических заболеваний. Психосоматические заболевания в последнее время заметно потеснили все остальные вследствие повышения темпа жизни, увеличения эмоциональных перегрузок и роста депрессивных тенденций на уровне массового сознания.

В последнее время у детей отмечается слабая дифференцированность эмоциональной сферы, т.е. неспособность распознать и описать свои эмоции и эмоции других людей. Кроме того, недостаточная рефлексивность, а также запрет на внешнее проявление негативных эмоций (гнев, страх и т.д. «Мужчины не плачут» - мы говорим мальчику).

Исходя из этого, **главная цель** развития эмоциональной сферы дошкольников – научить детей понимать эмоциональные состояния свои и окружающих их людей; дать представления о способах выражения собственных эмоций (мимика, жесты, поза, слово), а также совершенствовать способность управлять своими чувствами и эмоциями.

У нас тема **развитие** эмоциональной сферы, поэтому уточним, особенности развивающей работы с детьми.

Содержательно развивающая работа педагога – психолога заключается в научно – обоснованном, психологически оправданном стимулировании, оптимизации и обогащении детского развития.

Развивающая работа характеризуется следующими особенностями:

- развивающая работа, в отличие от коррекционной, направлена на психологически благополучных детей, не испытывающих каких-либо трудностей в поведении, деятельности, общении;
- развивающая работа может сочетаться с коррекционной, т.к. психолог имеет дело с целостной личностью ребенка, в структуре которой могут быть как благополучный, так и проблемные зоны. В этом случае проводится коррекционно – развивающая работа, в ходе которого стимулируются нормально развивающиеся функции и корректируются, «подтягиваются» до нормы отстающие функции.
- Развивающая работа выступает активной профилактической мерой, предупреждающей возникновение различного рода отклонения. Одним из главных условий предотвращения отклонений в какой-либо сфере является своевременное развитие этой сферы.

Предлагаю вашему вниманию структуру эмоционального развития.

Когнитивный компонент определяется системой знаний и представлений ребенка об эмоциональной сфере (т.е. даем знания...)

Аффективный компонент характеризуется как совокупность разномодальных индивидуальных переживаний ребенка (базовые эмоции, социальные переживания, чувства).

Реактивный компонент представлен способами непроизвольного реагирования и возможностью произвольной регуляции эмоций.

Выделяют следующие направления работы с детьми:

- основные (специально построенные занятия);
- вспомогательные средства.

Внутри эмоционального блока выделяют 3 этапа работы:

1 этап – знакомство с некоторыми базовыми эмоциями (радость, удивление, гнев, страх, стыд, горе). И чтобы не загружать детей терминологией, представляется разумным вместо термина «Эмоции» употреблять в работе с детьми «Чувство».

На этом этапе детей знакомят с чувствами, учат называть чувства, опознавать по картинке, используя художественные произведения, игры типа «Назови чувство», «Покажи чувство» и т.д.

2 этап – обучение пониманию относительности в оценке чувств. На этом этапе детей учат распознавать разницу между чувствами и поведением. Нет плохих чувств, а есть плохое поведение.

3 этап – обучение детей умению владеть своими чувствами (обучить приемам регуляции и саморегуляции).

Алгоритм занятия

Часть I. Вводная. Цель – настроить на совместную работу, установить эмоциональный контакт между всеми участниками. Основные процедуры работы – приветствие, игры с именами.

Часть II. Рабочая. На эту часть приходится основная смысловая нагрузка всего занятия. В неё входят этюды, упражнения, игры, направленные на развитие и частичную коррекцию эмоционально – личностной и познавательной сфер ребенка.

Часть III. Завершающая. Цель – создание у каждого участника чувства принадлежности к группе и закрепление положительных эмоций от работы на занятии. Здесь предусматривается проведение какой – либо общей игры – забавы или другой коллективной деятельности, например, создание общего рисунка.

Количество занятий – 20, один раз в неделю

Продолжительность – 35 минут

Количество детей – 6-7 человек.

К вспомогательным средствам относятся:

- чтение и обсуждение рассказов, сказок;
- прослушивание музыкальных произведений;
- различные игры (объединяющие, контактные...);
- сюжетно – ролевые гимнастики;
- театрализованные игры;
- эмоционально – экспрессивные игры и т.д.

Упражнение «Доброе животное»

А сейчас встаньте в круг и возьмитесь за руки. Представим, что мы одно большое, доброе животное. Давайте прислушаемся к его дыханию. Все вместе сделаем вдох – выдох, вдох – выдох и еще раз вдох – выдох. Очень хорошо. Послушаем как бьется его сердце и изобразим. Тук – делаем шаг вперед, тук – шаг назад. И еще раз тук – шаг вперед, тук – шаг назад. Спасибо всем.

Заполните, пожалуйста, анкету участника занятия. Это для меня важно.

И в завершении, закончите предложение «Сегодня Я...» (по кругу).

Мы не затронули вопросы диагностики, поэтому рекомендую литературу.

И для Вас я приготовила подарочки, которые пригодятся вам в работе.

Список использованной литературы:

1. Алябьева Е.А. Психогимнастика в детском саду: Методические материалы в помощь психолога и педагогам. – М.: Т.Ц. Сфера, 2003.
2. Данилина Т.А. В мире детских эмоций. – М.: Айрис-пресс, 2007.
3. Кряжева Н.Л. Развитие эмоционального мира детей. Популярное пособие для родителей и педагогов. – Ярославль: «Академия развития», 1997.
4. Минаева В.М. Развитие эмоций дошкольников. – М.: АРКТИ, 1999.
5. Чистякова М.И. Психогимнастика. – М.: Просвещение: ВЛАДОС, 1995

Семинар – практикум для родителей «Играйте вместе с детьми!»

Цель: Повышение педагогической компетенции родителей по проблеме игровой деятельности у детей среднего дошкольного возраста дать родителям знания о значении игры в развитии ребенка, о влиянии игры на развитие коммуникативных способностей у детей;

Задачи:

1. Формировать понятие родителей о возможности игры как средства для развития интеллектуально-познавательной деятельности.

2. Дать родителям знания о значении игры в развитии ребенка, о влиянии игры на развитие коммуникативных способностей у детей
3. Стимулировать интерес родителей для совместной игровой деятельности с собственным ребенком.
4. Обсудить вопрос об организации игровой среды в условиях детского сада и семьи; о достоинствах и недостатках игрушек.

Ход мероприятия:

Звучит песня «Куда уходит детство».

Вступительное слово воспитателя, он открывает родительское собрание, объявляет повестку, знакомит с порядком его проведения.

1. Теоретическая часть.

Консультация для родителей «Игра – это ведущий вид деятельности ребенка»

Здравствуйте, уважаемые родители! Очень рада видеть Вас! И нашу встречу хочу начать со слов В. Сухомлинского:

Годы детства – это, прежде всего воспитание сердца. Воспитание не сумма мероприятий и приемов, а мудрое общение взрослого с живой душой ребенка.

Сегодня мы поговорим с Вами о детских играх, игрушках, о значении их в познании окружающего мира, о их влиянии на развитие наших детей. Многие из нас до сих пор помнят свои любимые игрушки, игры. Они сохранили вспоминая о наших детских играх и забавах, мы «возвращаемся» на много лет назад, в свое детство. Во многих семьях игрушки переходят из поколения в поколение, эти игрушки имеют определенную ценность - приятные, добрые детские воспоминания.

- Для того чтобы наш разговор был задушевым и откровенным, предлагаю вам заполнить визитную карточку. На визитной карточке напишите своё имя, отчество и нарисуйте картинку, соответствующую вашему настроению (солнышко, тучка и т.д.)

Психологическая разминка «Улыбка»

- Хочу узнать: у Вас хорошее настроение? Как без слов подарить его другим людям при встрече? Как без слов сообщить о своем хорошем настроении? Конечно, улыбкой. Улыбнулись соседу справа, улыбнулись соседу слева. Улыбка может согреть своим теплом, показать ваше дружелюбие и улучшить настроение.

Игра с мячом.

Отвечайте на вопросы, пожалуйста, честно и откровенно.

1. В какую игру играли недавно с ребенком?
2. Если ребенок попросит поиграть с ним, ваши действия.

3. Какие игры чаще играет ваш ребенок?
4. При выборе новой игрушки что учитываете, чем руководствуетесь?
5. Какие игры играли в детстве, рассказываете ли ребенку?
6. Если сломалась игрушка, как вы поступаете в таких случаях?
7. Где играет Ваш ребёнок дома. Какие условия созданы?
8. Какие игрушки любимые у ребенка?
9. Кто чаще играет с ребенком: мама или папа?

Эта тема «Роль игры в развитии детей дошкольного возраста» выбрана не случайно, ведь каждый из Вас мечтает о том, чтобы ребёнок вырос умным, самостоятельным, чтобы в будущем сумел занять достойное место в жизни общества. Дети воспитываются в играх так же, как и в других видах деятельности. Выполняя ту или иную игровую роль, они как бы готовят себя к будущему, к серьёзной жизни взрослых. Можно сказать, что игра для малыша – машина времени: она даёт ему возможность пожить той жизнью, которая ему предстоит через много лет. Значение игры, её влияние на развитие личности ребёнка трудно переоценить. Словно волшебная палочка, игра может изменить отношение детей ко всему. Игра может сплотить детский коллектив, включить в активную деятельность детей замкнутых и застенчивых, воспитать в игре сознательную дисциплину.

Игра - это ведущий вид деятельности ребенка дошкольного возраста и самый лучший способ решения вопросов воспитания и развития ребенка.

Игры очень разнообразны и условно их можно разделить на две большие группы: сюжетно-ролевые игры и игры с правилами.

Сюжетно-ролевые игры являются источником формирования социального сознания ребенка и возможности развития коммуникативных умений. Это такие игры как «Магазин», «Гости» и т.д.

Сюжетно-ролевые игры – игры, в которых дети подражают бытовой, трудовой и общественной деятельности взрослых, например, игры детский сад, больницу, дочки-матери, магазин, железную дорогу. Сюжетные игры, помимо познавательного назначения, развивают детскую инициативу, творчество, наблюдательность.

Жизнь взрослых интересует детей не только своей внешней стороной. Их привлекает внутренний мир людей, взаимоотношения между ними, отношение родителей друг с другом, к друзьям, к другим людям. Их отношение к труду, к окружающим предметам. Дети подражают взрослым: манере общаться с окружающими, их поступки. И все это они переносят в игры, закрепляя, таким образом, накопленный опыт поведения, формы отношений.

В игре эффективно воспитывается умение жить и действовать сообща, оказывать помощь друг другу, развивается чувство коллективизма, ответственности за свои действия.

Однако без руководства взрослого даже старшие дошкольники не всегда умеют играть. В детском саду мы воспитатели играем с детьми. А дома может кто-то из старших членов семьи включиться в игру, и стать связывающим звеном между детьми, учить их играть вместе. Совместные игры родителей с детьми духовно и эмоционально обогащают детей, удовлетворяют потребность в общении с близкими людьми, укрепляют веру в свои силы. К этой группе относятся театрализованные игры, которые очень нравятся детям, и они с большим удовольствием принимают активное участие в них

Театрализованная игра является эффективным средством коммуникативного развития и создает благоприятные условия для развития чувства партнерства и освоения способов позитивного взаимоотношения.

. **Театральные игрушки** - куклы би- ба- бо, пальчиковый театр, настольный театр.

- Нужны ли эти игрушки детям? (ответы родителей)

- Эти игрушки развивают речь, воображение, приучают ребенка брать на себя роль.

В игре ребенок приобретает новые и уточняет уже имеющиеся у него знания, активизирует словарь, развивает любознательность, пытливость, а также нравственные качества: волю, смелость, выдержку, умение уступать. У него формируются начала коллективизма. Ребенок в игре изображает то, что видел, пережил, он осваивает опыт человеческой деятельности. В игре воспитывается отношение к людям, к жизни, позитивный настрой игр помогает сохранить бодрое настроение.

Взрослые, играя вместе с детьми, сами получают удовольствие и ребятам доставляют огромную радость. Уважаемые родители, изготовьте всей семьей плоские фигуры из картона, других материалов это даст возможность детям самостоятельно разыграть знакомые произведения художественной литературы, придумывать сказки.

Музыкальные игрушки - погремушки, колокольчики, бубенцы, дудочки, металлофоны, игрушки, изображающие пианино, балалайки и др. музыкальные инструменты.

- Что могут развивать у ребенка музыкальные игрушки? Музыкальные игрушки способствуют развитию речевого дыхания, слуха.

Вторая группа игр - игры с правилами. К ним относятся: дидактические, настольные, подвижные игры.

Дидактические игры – специально разрабатываемые для детей, например, лото для обогащения знаний и для развития наблюдательности, памяти, внимания, логического мышления.

Подвижные игры - разнообразные по замыслу, правилам, характеру выполняемых движений. Они способствуют укреплению здоровья детей, развивают движения. Дети любят подвижные игры, с удовольствием слушают музыку и умеют ритмично двигаться под неё.

Строительные игры – с песком, кубиками, специальными строительными материалами, развивают у детей конструктивные способности, служат своего рода, подготовкой к овладению в дальнейшем трудовыми умениями и навыками;

Игры: лото, домино, парные картинки и др. открывают перед детьми возможность получить удовольствие от игры, развивают память, внимание, наблюдательность, глазомер. Несмотря на то, что игры познавательные, коллективная игра учит еще и общаться.

Такие игры имеют организующее действие, поскольку предлагают строго выполнять правила. Интересно играть в такие игры со всей семьей, чтобы все партнеры были равны в правилах игры.

Участие взрослых в играх детей может быть разным. Если ребёнку только что купили игрушку, и он знает, как ей играть, лучше предоставить ему возможность действовать самостоятельно. Но скоро опыт ребёнка истощается. Игрушка становится не интересной. Здесь нужна помощь старших, подсказать новое игровое действие, показать их, предложить дополнительный игровой материал к сложившейся игре (постоянно необходимо иметь под рукой кусочек меха, ткани, картона, проволоки, коробочки и др.).

Играя вместе с ребёнком, следить, пожалуйста, за своим тоном. Ровный, спокойный, доброжелательный тон равного по игре партнёра вселяет ребёнку уверенность в том, что его понимают, с ним хотят играть.

Ребёнок очень рад минутам, подаренным ему родителями в игре. Общение в игре не бывает бесплодно для малыша. Чем больше выпадает дорогих минут в обществе близких ему людей, тем больше взаимопонимания, общих интересов, любви между ними в дальнейшем.

2. Практическая часть.

1.Игра-задание

Уважаемые родители, я предлагаю вам необычное задание: вспомните ваши семейные вечера и дайте им самооценку. Если вы поступаете, так, как сказано, то выставляете фишку красного цвета, не всегда - жёлтого, никогда - синего.

- Каждый вечер уделяю время на игры с детьми
- Рассказываю о своих играх в детстве
- Если сломалась игрушка, ремонтирую вместе с ребёнком
 - Купив ребёнку игрушку, объясняю, как с ней играть, показываю разные варианты игры
- Слушаю рассказы, ребёнка об играх и игрушках в детском саду
 - Не наказываю ребёнка игрой, игрушкой, т.е. не лишаю его на время игры или игрушки
- Часто дарю ребёнку игру, игрушку

- Если на вашем столе больше красных фишек, значит, игра в вашем доме присутствует всегда. Играете с ребёнком на равных. Ведь игра - это самое интересное в жизни ребёнка.

2. Рассказы родителей из опыта семейного воспитания «Игры в семье».

3. Игра «Логический поезд».

Воспитатель. В волшебную страну на обычном транспорте не доехать. Давайте создадим необычный поезд. (Подходим к мольберту), посмотрите, паровозик есть, а вагончиков нет. Вагончиками будут картинки, их надо разложить так, чтобы каждая картинка была чем – то похожа на соседнюю картинку: изображения на картинке могут быть одинакового цвета, могут иметь одну форму или умеют выполнять одно и то же действие. Или может что – то другое их объединяет, даже то чего не видно на картинке, а в жизни так бывает. *(Картинки – вагончики соединяются между собой с помощью логической связи.)*

Первым вагончиком я прикреплю картинку с изображением елочки, потому, что паровозик и елочка зеленого цвета. Как вы думаете, какую следующую картинку - вагончик нужно прикрепить? (Я прикрепляю шишку, потому что еловые шишки растут на ели. Белку, потому что белка грызет шишки. Кошку, потому что она тоже умеет лазить по деревьям, как белка. Цыпленок, потому, что он живет дома, рядом с человеком, как кошка. Солнышко, потому, что оно желтое как цыпленок. Шуба - она согревает, как солнышко, варежки – это тоже одежда и т.д.)

4. Упражнение «Я начну, а вы продолжите» - «Игра – это...»

Игра – это (весело, интересно, увлекательно ...).

Для того чтобы игра была интересной, развивающей и т.д

Любая игрушка должна быть какой?(ответы родителей)

1. эстетичной;
2. безопасной (в плане краски, качества материала);
3. развивать;
4. развлекать ребенка.
5. **Игры на кухне**

- А сейчас мы ещё немного поиграем. Прошу всех принять участие. Для вас мы приготовили вопросы. (В вазе находятся листочки с вопросами.)

- Очень много времени вся семья проводит на кухне, а особенно женщины. Как вы думаете, можно ли там ребёнку найти занятие? Чем может занять себя ребёнок, используя следующие материалы? (родители вытягивают записки из вазы)

(Звучит музыка, ваза движется по кругу. Музыка останавливается, отвечает тот, в чьих руках оказалась ваза. Желающие могут дополнить ответ.)

1. «Скорлупа от яиц»

Раскрошить скорлупу на кусочки, которые ребенок легко может брать пальцами. Нанесите на картон тонкий слой пластилина - это фон, а затем предложите ребенку выложить узор или рисунок из скорлупы.

2. «Тесто»

Лепите все, что захочется.

3. «Макаронные изделия»

Выкладывать на столе или листе бумаги причудливые узоры, попутно изучая формы и цвета.

4. «Манка и фасоль»

Смешать некоторое количество, предложить выбрать фасоль из манки.

5. «Горох»

Пересыпать горох из одного стаканчика в другой. Сортировать: горох, фасоль

6. «Геркулес»

Насыпать крупу в миску и зарыть в ней мелкие игрушки. Пусть найдёт.

7. «Различные мелкие крупы»

Предложить ребёнку нарисовать крупой картинку. Для совсем маленьких – пересыпать крупу из миски в миску ложкой.

9. «Одноразовые стаканчики»

Можно вставлять один в другой, делать пирамиды различной высоты.

10. «Сухие завтраки- колечки»

Предложить выкладывать из них рисунки или нанизывать на шнурочки - бусы и браслеты.

6.Творческая работа родителей

- Мы сейчас убедились, что и на кухне можно с ребёнком поиграть. Я предлагаю вам самим изготовить художественную аппликацию из пластилина и различных круп, чтобы дома вы смогли это сделать со своими малышами. Подойдите к столу и возьмите все необходимые вам материалы для работы (под музыку родители выполняют аппликацию).

- Обязательно покажите дома детишкам свои работы и сделайте ещё лучше вместе с ними!

3.Заключительная часть.

- Собрание подходит к концу. Хочется выразить вам благодарность за участие, за то, что вы нашли время прийти на нашу встречу за круглым столом. Думаю, что теперь каждый из вас сможет ответить на вопрос нашего собрания: «Роль игры в жизни ребенка».

Рефлексия:

1. Впечатление от родительского собрания.
2. Какие выводы вы сделали (высказывания родителей).

Детство - это не только самая счастливая и беззаботная пора жизни человека. Бедность и примитивность игры пагубно отражаются на становлении личности, а также на коммуникативном развитии детей - ведь общение происходит в основном в совместной игре. Именно совместная игра - главное содержание общения. Играя и выполняя различные игровые роли, дети учатся видеть события с разных позиций, учитывать действия и интересы других, соблюдать нормы и правила. Игра – ведущая деятельность в дошкольном возрасте, деятельность, определяющая развитие интеллектуальных, физических и моральных сил ребёнка. Игра не пустая забава. Она необходима для счастья детей, для их здоровья и правильного развития. Игра радует детей, делает их весёлыми и жизнерадостными. Играя, дети много двигаются: бегают, прыгают, делают постройки. Благодаря этому дети растут крепкими, сильными, ловкими и здоровыми. Игра развивает

у детей сообразительность, фантазию. Играя вместе, дети приучаются дружно жить, уступать друг другу, заботиться о товарищах.

И в заключении хочу вам сказать: Давайте же будем играть вместе со своими детьми как можно чаще. Помните, игра – прекрасный источник укрепления физического, духовного и эмоционального самочувствия ребёнка. Открывайте мир вместе с ребёнком! До новых встреч!

«Почему вы решили сюда прийти?»

Направлено на выявление и актуализацию той или иной проблемы, способствует настрою на продуктивную работу. Участники кратко заявляют о своих проблемах. Ведущий подчеркивает разнообразие проблем и их общность.

«Родители, какие они?»

Направлено на рефлексию личностных качеств родителя. Каждый берет лист бумаги и в течение 2-х минут пишет определение к фразе: «Родители, какие они...» По окончании работы тексты зачитываются и участники составляют портрет родителя (часто идеализированный и многогранный) Обмен мнениями.

Упражнение «Ребенок, какой он?»

Направлено на рефлексию восприятия личностных особенностей ребенка. Выполняется аналогично предыдущему (обычно для родителя его ребенок уникален и неповторим). Обмен мнениями.

«Клубочек»

Направлено на рефлексию родительских чувств по отношению к ребенку.

Участникам предлагается произнести имя, ласковые слова, которыми называют ребенка в семье, при этом перекатывая клубочек друг другу. Упражнение повторяется 2-3 раза. Актуализация чувств.

«За что я себя люблю, за что я себя ругаю»

Направлено на рефлексию собственных чувств, рефлексию самоотношения. Поделить лист на две половины. И в течение 2-3 минут занести в колонки одобрительные и осуждающие высказывания. По окончании упражнения проанализировать, в какой колонке высказываний больше, а в какой меньше. Актуализация чувств. Обсуждение.

«Что мне нравится в моем ребенке, так это...»

Направлено на рефлексию позитивного отношения к личности ребенка и рефлексию родительского чувства.

В течение 2-х минут участники пишут положительные качества, имеющиеся у ребенка, либо воспринимаемые тарными. По окончании упражнения написанное зачитывается. Участники делятся своими чувствами и переживаниями.

«Что меня огорчает в моем ребенке, так это...»

Направлено на рефлексию восприятия негативного в личности и поведении ребенка и актуализацию чувств.

Упражнение выполняется аналогично предыдущему. Обсуждение.

«Коршун и ягненок» (Выбор позиции)

Возможность прочувствовать и осознать эмоциональное состояние родителя и ребенка в каждой из ролей.

Разделившись попарно, участники поочередно находятся в позиции «коршуна» и «ягненка». «Коршун» стоит, а «ягненок» сидит. Обсуждается любая произвольная тема. В конце упражнения обсуждаются вопросы: «Что чувствует «ягненок» и что «коршун»?». «Какая позиция предпочтительнее?», «В какой позиции чаще находится ребенок, в какой родитель?»

«От чего вы бываете счастливы?»

Рефлексия позитивного эмоционального состояния родителя, ребенка и актуализация состояния общего эмоционального подъема. Рефлексия родительских чувств и чувств ребенка. Участникам предлагается ответить на вопросы: «От чего вы бываете счастливы?», «От чего счастливы ваши дети?» Для этого следует разделить лист бумаги пополам, для каждой номинации.

Упражнение выполняется 5 минут. Далее, анализируя совпадение моментов счастья детей и родителей, каждый участник отвечает на вопрос: «Возможно ли общее счастье?» Обмен мнениями, впечатлениями.

«Пиктограмма»

Рефлексия характера отношения к ребенку.

Участникам предлагается зарисовать ассоциативные образы на прочитанные 10 слов: гроза, радость, весенний день, счастье, праздник, ребенок, разлука, горе, беда, болезнь. Каждый обращает внимание на резкие линии в рисунках 1, 7, 8, 9, 10 и округлые, плавные во 2, 3, 4, 5 рисунках. Особое внимание 6-му рисунку - форма линий говорит об отношении к ребенку. Иногда этот невербальный сигнал заставляет задуматься и, возможно, открыть что-то новое для себя и характере отношения к ребенку - Психологически одобряемое, принимаемое выражается в плавных линиях, неодобряемое, не принимаемое - в резких, угловатых.

«Нельзя»

Рефлексия чувств ребенка на родительские запреты на потребность ребенка в познании окружающего мира.

Один из участников - «ребенок» - сидит на стуле в центре круга. Ведущий, говоря об этапах развития ребенка и его познавательных потребностей, поочередно связывает шарфом руки («нельзя трогать»), ноги («нельзя туда ходить»), далее завязываются уши («не слушай, это не для твоих ушей») и, наконец, - глаза («не смотри, это нельзя смотреть детям»). Часто говорим: «Помолчи!» (завязывается рот). Ведущий спрашивает «обязанного», что он при этом чувствует.

Высказывания родителя - «ребенка» позволяют другим участникам понять, осознать и сопережить весь негатив родительских запретов. Обмен мнениями.

«Скульптура семьи»

Рефлексия взаимоотношений в семье, собственных чувств и эмоционального состояния. Приобретение эмоционально-чувственного опыта. Каждому участнику предлагается создать скульптуру семьи. Кму помогают другие участники. В «скульптуре» может участвовать любое количество персонажей, значимых для «скульптора». Ведущий зарисовывает схему «скульптуры» и обозначает каждого конкретного персонажа, называемого «скульптором». Посредством вопросов: «Почему ты поместил того или иного персонажа на это место?», «Какие чувства

ты испытываешь в связи с этим?» и др., возможно создание условий для прочувствования и осознания участником его отношения к членам семьи.

«Идеальный родитель»

Рефлексия собственных чувств, чувств ребенка. По желанию один родитель - «родитель», другой - «ребенок». Поскольку «идеальный родитель» - это огромная величина, ему положено находиться на пьедестале. «Родитель» встает на стул. Разыгрывается любая ситуация. Например, ребенок приходит домой, получив «двойку». Начинается диалог «родителя» и «ребенка». Группа и ведущий не только следуют за их разговором, но и обращают внимание на невербальные знаки: позу, жесты, движения тела, мимику. После окончания упражнения участники диалога отвечают на вопрос: «Что каждый чувствовал, находясь в своей роли?», «Какие переживания испытал?», «Что подумал?» Обсуждение.

«Почувствуйте себя ребенком»

Оживление прошлого эмоционально-чувственного опыта. Рефлексия чувств.

Сесть удобно, закрыть глаза, вспомнить свое детство: каким оно было, что больше всего радовало, что больше всего обижало. Упражнение выполняется 3 минуты. После этого участникам предлагается отрефлексировать свои чувства.

«Диалог»

Рефлексия чувств, эмоционального состояния. Упражнение в парах. Участникам предлагается вести диалог в течение 4-х минут, меняя позиции по сигналу. 1 мин: стоя спиной друг к другу; 1 мин: один участник сидит, другой - стоит; 1 мин: участники меняются местами; 1 мин: участники сидят друг против друга.

После выполнения участники анализируют свое состояние в зависимости от позиции общения.

«Я-высказывания»

Рефлексия чувств, освоение коммуникативных умений. Один участник - «родитель», другой - «ребенок». Ведется диалог по поводу того, что ребенок не делает уборку в своей комнате или часто обижает брата (сестру). Попытаться вести разговор, начиная фразу не с «ты», а с «я». Участники меняются местами. Темы разговора могут быть и другие. Обсуждение.

«Золотая середина»

Рефлексия доминантного, или ведущего, принципа (фона) во взаимоотношениях с ребенком.

Каждый участник письменно перечисляет свои требования и запреты по отношению к ребенку: 1 - й: «Я запрещаю ребенку...» 2-й: «Я разрешаю, но ставлю условия...» 3-й: «Я не разрешаю, но иногда уступаю...» 4-й: «Я разрешаю...»

Участники анализируют, что доминирует: запреты, ограничения, уступки или разрешения.

«Перефразирование»

Рефлексия коммуникативного умения активно слушать Прием перефразирования
Выполняет ведущий с ассистентом. Представляется следующая ситуация (эта или любая другая): дочь идет на дискотеку. Дочь: «Я пошла. Когда вернусь, не знаю». Мать: «Ты пошла на дискотеку?» Дочь: «Да».

Мать: «Когда придешь, не знаешь?» Дочь: «Не знаю, ну, когда кончится, тогда и приду».

Мать: «Хорошо, я буду волноваться» и т. д.

Суть: возвращение в утвердительной форме того, что вам поведал

ребенок через «Я-чувственное» сообщение.

Обсуждение в группе: «Что происходит?», «Что способствовало эффективному общению?»

Предложить повторить этот прием в парах. Обмен впечатлениями.

«Автоматические реакции»

Рефлексия привычных ответов.

Участвует вся группа. Предлагается ситуация. Девочка приходит домой и говорит: «Таня больше не хочет со мной дружить. Сегодня она играла и смеялась с другой девочкой, а на меня они даже не взглянули». Участникам предлагается выразить свою реакцию на эту ситуацию письменно либо устно. Каждый ответ анализируется и относится к той или иной автоматической реакции (12 типов)

«Ужасно-прекрасный рисунок» (15 мин.)

Группа делится на 2 подгруппы. Каждой группе дается по листу бумаги и по одному фломастеру. Предлагается нарисовать «прекрасный рисунок». После этого рисунок передается соседу справа, и тот делает из полученного рисунка в течение 30 секунд «ужасный рисунок» и передает следующему. Следующий участник делает «прекрасный рисунок». Так проходит весь круг. Рисунок возвращается хозяину.

Обсуждение.

«Аплодисменты».

Ведущий поднимает и опускает руки. Чем выше (ниже) руки, тем громче (тише) участники хлопают в ладони.

Получить полный текст

«Вверх по радуге»

Участников просят встать, закрыть глаза, сделать глубокий вдох и представить, что вместе с этим вдохом они взбираются вверх по радуге, а выдыхая, съезжают с нее как с горки. Повторяется 3 раза. После этого желающие делятся впечатлениями, затем упражнение повторяется еще раз с открытыми глазами причем количество повторений увеличивается до семи раз. Участникам указывается назначение этого упражнения для регуляции собственного эмоционального состояния.

«Кто растет быстрее»

Демонстрируются изображения младенца, ребенка, подростка, юноши, взрослого человека. Участники, разбившись на 5 групп, описывают физические и психические изменения, происходящие в человеке. В ходе обсуждения обращается внимание участников на то, что изменения в физическом облике человека наступают постепенно, и только в подростковом возрасте резко ускоряется процесс физического роста человека.

«Якорь»

Участникам предлагается, приняв удобную позу и расслабившись, вспомнить реальную ситуацию, вызвавшую ощущение радости. Затем воспроизвести ее в своем воображении очень подробно, запомнить чувства, которые при этом возникли. Соединить крепко большой и указательный палец. Повторить несколько раз. Ведущий объясняет, что в дальнейшем, сжимая пальцы в кольцо, участники смогут произвольно вызвать у себя ощущение радости и подъема.

3. ИГРЫ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ.

«Собери фразу»

Каждая микрогруппа получает комплект карточек с частями фразы. Нужно восстановить авторское высказывание реконструируя его по смыслу. Затем группа обсуждает справедливость фразы и выбирает участника для выступления на собрании с итогами обсуждения. Приведем некоторые утверждения в качестве примера.

- 1) *«Искусство быть мудрым состоит в умении знать, на что не следует обращать внимание».* (У. Джеймс.)
- 2) *«Самостоятельность не получают и подарок, в этом качестве утверждают, и прежде всего поступками, делами, отпет ственностью».* (А. Маркуша.)
- 3) *«Тот, кто знает, ЗАЧЕМ жить, может вынести любое КАК».* (Ницше.)

4) «Не существует такой проблемы, в которой не было бы бесценного дара для тебя. Ты создаешь себе проблемы, потому что эти дары тебе крайне необходимы» (Р. Бах.)

5) «Если твое счастье зависит от того, что делает или не делает кто-то другой, то я полагаю, что у тебя все-таки есть проблема». (Р. Бах.)

6) «Есть не меньшие чудеса: улыбка, веселье, прощение — и вовремя сказанное, нужное слово. Владеть этим — владеть всем». (А. Грин.)

7) «Если ты не знаешь, куда плыть, то никакой ветер не будет попутным». (Сенека.)

«Закончи фразу».

Каждая микрогруппа получает листки с началом фразы. Посовещавшись, нужно придумать свой вариант ее конца. Затем варианты обсуждаются и сравниваются с оригиналом. Примеры высказываний:

«Быть грубым — значит...» [забывать собственное достоинство]. .

«Две силы наиболее успешно содействуют воспитанию культурного человека...» (искусство и наука). Обе ли силы соединены в... (книге). М. Горький.

«Поменяйтесь местами».

Все участники садятся на стулья, поставленные полукругом. Ведущий стоит. Он говорит: «Поменяйтесь местами те, кто...» (варианты: любит своих родителей, любит своих детей, несколько раз в день хвалит своего ребенка, несколько раз в день благодарит своего ребенка или родителя; иногда ворчит и т. д.). В то время, пока игроки меняются местами, ведущий старается занять свободное место.

«Я знаю 5 имен»

(вариант детской 'игры с мячом «Я знаю 5 имен мальчиков, 5 имен девочек...»).

Родители должны назвать (или записать):

а) 5 имен друзей сына (дочери);

б) 5 любимых занятий сына (дочери);

в) 5 нелюбимых занятий сына (дочери);

г) 5 поездок, вызвавших наибольший интерес у их ребенка. Аналогичное задание можно придумать для подростков.

«Веселый мячик».

Игроки, сидя по кругу, передают мяч, произнося считалку: «Вот бежит веселый мячик, быстро-быстро по рукам. У кого веселый мячик, тот расскажет что-то нам». Каждый игрок, получивший в руки мяч, рассказывает всем:

— поучительную историю из своей жизни;

— о счастливом дне;

— о том, кто оказал ему помощь;

— о том, чего не могло бы быть;

— о любимом занятии.

«Комплименты».

Участники встают в круг. Тот, у кого в руках мяч, говорит кому-нибудь из участников игры комплимент и бросает ему мяч. Второй жрок благодарит затем говорит комплимент уже кому-нибудь другому комплимент. Причем комплимент бывает не только по поводу внешности, но и делах. После игры нужно выяснить, какой комплимент понравился больше других.

«Шапка вопросов».

Каждый участник бросает в «шапку» записку с двумя разнотипными вопросами (по прочитанному тексту, просмотренному фильму или по личным впечатлениям):

- вопрос, ответ на который я сам не знаю, но хотел бы узнать;
- вопрос на выяснение мнения другого о прочитанном тексте, событии для сравнения его со своим.

Отвечают на вопросы все присутствующие, подходя по одному к «шапке» и вынимая записку с вопросом. Отвечать можно сразу или после некоторого размышления. Во время выполнения задания хорошо раскрывается понятие «интересного» и «неинтересного» вопроса и ответа.

«Шапка ответов».

Ведущий задает вопрос (например: «Что самое трудное в общении детей и родителей?»), а все записывают ответ на листочках (его можно не подписывать) и опускают в «шапку». После этого ведущий вынимает записки с ответами, зачитывает их, и начинается обсуждение.

«Рецепт счастья».

Участники объединяются за столами в группы по четыре человека и придумывают «рецепт счастья». Через 5-10 мин. игроки обмениваются «рецептами», обсуждают

«рецепты», предлагаемые другими (в процессе обсуждения возможна корректировка своего). После этого идет общегрупповое обсуждение результатов игры. Ведущий для примера может прочитать оригинальный «рецепт счастья» от Ирины Беляевой:

«Возьмите чашу терпения, влейте в нее полное сердце любви, добавьте две горсти щедрости, посыпьте добротой, плесните немного юмора и добавьте как можно больше веры. Все это хорошо перемешайте. Намажьте на кусок отпущенной вам жизни и предлагайте каждому, кто встретится на вашем пути.»

«Мечты» (20мин.)

Цель: развить, солидарность и понимание, создать атмосферу доверия среди участников и сплотить группу.

Материалы: бумага и маркеры.

Ход игры: предложите участникам подумать в течение нескольких минут о том, как каждый из них видит свое будущее. Затем обменяйтесь мыслями о своих мечтах или даже изобразите их на бумаге. Далее пусть каждый участник определит, какие три конкретные вещи, действия, люди могут помочь, а какие три — помешают ему осуществить мечту, и что человеку нужно делать/сделать, чтобы мечта сбылась.

Примечание: это упражнение проходит очень хорошо, если к обмену мечтами подойти творчески. Если участникам трудно рассказать или нарисовать свою мечту, то можно предложить изобразить мечту в виде сценки. Пусть участники сами пофантазируют, каким образом они могут изобразить свою мечту. Любые средства выражения при творческом подходе предпочтительнее, чем устный или написанный текст.

«Круг знакомств» (10мин.)

Цель: сплотить и раскрепостить участников тренинга.

Материалы: не требуются.

Ход игры: участники встают в круг. Один из игроков делает шаг в центр круга, называет свое имя, показывает какое-то движение или жест, свойственный ему или придуманный, затем возвращается снова в круг. Все игроки повторяют как можно точнее его движение, интонацию, мимику. Таким образом, каждый из участников продемонстрирует свое движение или жест.

«Постройтесь по росту!» (15 мин.)

Цель: преодоление барьеров в общении между участниками и их раскрепощение.

Материалы: не требуются.

Ход игры: участники становятся плотным кругом, закрывают глаза. Их задача состоит в том, чтобы построиться с закрытыми глазами по росту. После того как все участники найдут свое место, дать команду открыть глаза и посмотреть, что же получилось. После упражнения можно обсудить, сложно ли было выполнить это задание (как себя чувствовали участники) или нет.

Примечание: эта игра имеет несколько вариаций. Можно дать задание построиться по цвету глаз (от самых светлых до самых темных — естественно, не закрывая глаза), по цвету волос, по теплоте рук и т. д.

«Путаница» (15 мин.)

Цель: повысить тонус группы и сплотить участников.

Ход игры: участники встают в круг и протягивают правую руку по направлению к центру круга. По сигналу ведущего каждый игрок находит себе «партнера по рукопожатиям». Число игроков должно быть четным. Затем все участники вытягивают левую руку и также находят себе «партнера по рукопожатиям» (очень важно, чтобы это был не тот же самый человек). И теперь задача участников состоит в том, чтобы распутаться, т. е. снова выстроиться в круг, не разъединяя рук. Задачу можно усложнить тем, что запретить всяческое словесное общение.

«Моя пара» (10 мин.)

Цель: определить показатель сплоченности группы.

Ход игры: все участники группы должны молча, глазами найти себе пару. Ведущий дает для этого примерно полминуты, а затем произносит: «Рука!». Все участники должны мгновенно показать рукой на человека, который составляет с ним пару. Если оказывается, что несколько членов группы показывают на одного и того же человека, а у других участников нет пары, или кто-то не может найти себе партнера, опыт повторяется. Важен не столько сам результат, когда все участники объединяются в согласованные пары, сколько процесс: реакция группы на «выпадение» одного или нескольких участников, которых никто не выбрал или которые никого не выбрали; реакция участников, которым казалось, что они договорились с партнером о взаимном выборе, а тот выбрал кого-то другого и т. д.

Высший показатель сплоченности группы — ее мгновенная реакция на выбывание, исключение из своих рядов некоторых членов и ее чувствительность к возникающему у участников тренинга ощущению отчужденности от группы.

"Снежный ком"

Первый по кругу (а это учитель) называет свое имя так и с такой интонацией, как он хотел бы, чтобы к нему обращались остальные участники. Второй повторяет имя первого и называет себя, третий повторяет всех предыдущих и добавляет свое имя и так далее. Учитель заканчивает игру, повторяя имена всех участников. При этом можно добавить, что, называя друг друга по имени, мы делаем приятное

друг другу. Дейл Карнеги утверждает, что "для человека нет ничего более приятного, чем звук его собственного имени"

"Имя в жестах"

Участники встают в круг. Каждый должен произнести свое имя, сопроводив каждый слог каким-то жестом (танцевальным, приветственным, физкультурным и т. п.). Все вместе повторяют за каждым его имя и жесты.

«Имя и качество»

Участники по очереди называют не только свое имя, но добавляют какое-либо качество, характеризующее их личность в целом или настроение в данный момент. Качество должно начинаться на первую букву имени. Например: «Я - Татьяна, я – творческая (или трудолюбивая, или тихая, или терпеливая)». Участники могут проявить себя с творческой стороны, отнестись к заданию с юмором и давать более сложное определение качеству, например: «Я – Татьяна, я - трудно просыпающаяся по утрам (или тревожно-мнительная)»

«Строим дом»

Занятие начинается с индивидуального задания: каждый на листе бумаги рисует дом, в котором он хотел бы жить. В «фундамент дома» обязательно закладываются «кирпичики», на которых написаны основные жизненные принципы жильцов дома. Когда каждый нарисует свой дом, ученики объединяются в малые группы. Членам одной группы предлагается «построить» один дом на всех, вырезав необходимые части из разных рисунков и наклеив их на один лист. И, наконец, группам предлагается «построить» один дом на всех по тем же принципам. Когда задание выполнено, представляется итоговый проект, затем все участники обсуждают, довольны ли они этим проектом, были ли учтены их идеи, если нет, почему.

Необходимые материалы: листы бумаги, заготовка схематичного изображения дома, цветные маркеры, ножницы (на каждую группу), клей (на каждую группу).

«Дерево жизни»

Предлагаем каждому участнику нарисовать дерево своей жизни по следующей схеме:

- Корень - цель и смысл вашей жизни;
- Ствол - ваше представление о себе сегодня;
- Ветви - направления самосовершенствования, саморазвития, что вы хотите изменить в себе;

· Плоды - качества, которые вы хотели бы иметь; желания, которые вы хотите реализовать.

Лучше, если деревья рисуют на больших листах бумаги (это может быть обратная сторона обоев). Тогда по результатам работы «деревья» развешиваются на стенах и каждый участник «знакомит» со своим деревом. Получается «волшебная роща». Можно обсудить с ребятами вопрос: «Какая получилась наша роща?» (веселая, унылая, добрая, разнообразная или однообразная). Каждый участник подбирает свое определение и обосновывает его.

По желанию педагога можно продолжить работу с «волшебной рощей». Чтобы роща развивалась в благоприятных условиях, можно установить определенные правила на территории этой рощи. Ведь существуют дорожные знаки: разрешающие, запрещающие, предупреждающие. Какие аналогичные знаки можно предложить для того, чтобы соблюдались гуманные правила добрососедства и взаимоуважения, способствующие процветанию каждого дерева в нашей роще? Задания участникам: нарисовать или объяснить словами возможные варианты таких знаков: разрешающих, запрещающих, предупреждающих. Можно сочинить плакаты или правила поведения «в роще».

Таким образом на [классном часу](#) можно от индивидуального этапа работы перейти к коллективному.

«Проект моего «Я»

Каждому участнику выдаем проектную матрицу: слева внизу листа изображено окошко, где ученик «помещает» «Я» - сегодня» (описывает или рисует свое представление о себе). Справа наверху - окошко для описания себя в будущем «Я» - идеал». Первое и второе окошко соединяются лестницей, каждая ступенька которой - шаг на пути к идеалу. На «ступеньках» ученик с помощью педагога записывает программу действий по самосовершенствованию - приближению к идеалу.

5. РОЛЕВЫЕ ИГРЫ ПО РАЗРЕШЕНИЮ КОНФЛИКТНЫХ СИТУАЦИЙ

Разогревающее упражнение «Ассоциации»

Цель: актуализировать эмоциональный пласт опыта родителей связанный с конфликтами, и таким образом подготовить их к ролевой игре «В Зазеркалье».

Инструкция: «Подберите, пожалуйста, словесные (вербальные) и образные ассоциации к слову конфликт. Напишите и нарисуйте их на флип-чарте».

Ассоциации родителей: гром и молния; злость, ярость, обида; шум в пчелином улье, кошки скребут; взрыв (2), падение; расхождение принципов, тяжелый осадок, тяжесть на душе, разбитое сердце.

Ролевая игра «В Зазеркалье»

Цель игры: расширить осознание родителями собственного вклада в развитие конфликтной ситуации и развить более глубокое, эмпатическое понимание переживаний другой стороны, участвующей в конфликте.

Инструкция, сценарий и роли: Выберите, пожалуйста, типичную конфликтную ситуацию с воспитанниками своей школы, для которой вам хотелось бы найти

более конструктивное решение (педагоги выбирают). Мы попробуем проиграть ее в ролевой игре и поискать другие варианты ее решения.

Расскажите, кто в ней участвует, когда и где, вокруг чего разворачивается конфликт, какова последовательность событий (один из педагогов предлагает свою историю)».

Педагог описывает ситуацию и перечисляет действующих лиц этой истории. Тренер обращается к группе с вопросом: «Кто хотел бы быть участниками этой ролевой игры?» Несколько человек отзывается. Педагог, который разыгрывает свою историю, распределяет между ними роли, учитывая пожелания участников. Далее начинается собственно ролевая игра.

«Скажи Мишке хорошие слова»

Давайте попробуем назвать хорошие качества людей.

(Доброта, щедрость, вежливость, честность, жизнерадостность, ум, взаимопомощь, общительность).

Давайте для нашего Мишки придумаем хорошие слова.

Ты – добрый....

Затем каждый по очереди «превращается в мишку», а остальные участники говорят ему в роли мишки добрые слова.

А теперь подумайте, какие хорошие качества есть у вас.

Мы устроим конкурс хвастунов.

Каждый по очереди должен сказать про себя как можно больше хорошего.

-Кому было легко назвать свои хорошие качества?

-Кому было трудно?

3.Давайте встанем в круг, возьмемся за руки и скажем: «Мы очень хорошие!» - сначала шепотом, потом обычным голосом и прокричим.

«Насос и мяч»

Один из участников становится насосом, другие – мячами. «Мячи» стоят, обмякнув всем телом, на полусогнутых ногах. Корпус наклонен вперед, голова опущена. Когда «насос» начинает надувать мячи, сопровождая свои действия звуком, дети начинают медленно распрямляться, надувать щеки, поднимая руки. Мячи надуты. Ведущий вытягивает шланг насоса и дети, издавая звук «ш-ш-ш», возвращаются в исходное положение. Можно повторить несколько раз.

«Где живут мои чувства?»

Все наши чувства живут внутри нас. В нас живут чувства: Радость, Грусть, Интерес, Страх, Злость, Любовь.

Каждое чувство живет в своем доме.

Перед вами силуэт человеческой фигуры. Мы попробуем сейчас определить, в каком именно месте живут ваши чувства.

Представьте себе, что вы сейчас очень злитесь на кого-нибудь или что-нибудь. Постарайтесь всем телом почувствовать свою злость. Почувствуйте, где находится ваша злость в вашем теле? Как вы ее ощущаете? Может, она похожа на огонь в животе? Или у вас чешутся кулаки? Заштрихуйте красным карандашом место, где вы почувствовали злость.

Представьте, что вы чего-то испугались. Что вас может напугать? Представили? Где находится ваш страх? Заштрихуйте это место черным карандашом.

А теперь вспомните, от чего вы грустите? Где находится ваша грусть?

Возьмите синий карандаш и закрасьте это место.

Представьте, что вы сейчас чему-то сильно радуетесь, вам легко, весело.

Где живет ваша радость? Заштрихуйте это место желтым карандашом.

Вспомните тех, кого вы любите? Что вы чувствуете при этом? Где вы почувствовали любовь, в каком месте она у вас живет. Возьмите зеленый карандаш и заштрихуйте это место.

Посмотрим, что у нас получилось. Все фигурки разные. Почему?

Вывод: мы все очень разные и чувствуем, тоже по-разному.

6. РИТУАЛЫ ЗАВЕРШЕНИЯ ГРУППОВОЙ РАБОТЫ

«Подарки» (20 мин.)

Материалы: каждому участнику набор листков в количестве, на единицу меньшем общего количества участников; карандаш.

Все члены группы анонимно дарят друг другу воображаемые подарки, как если бы возможности дарящего были не ограничены ничем. Все пишут названия, наименования, обозначения, характеристики и количество тех вещей, предметов, объектов, явлений, которые хочется подарить именно данному участнику. Подарки не подписываются дарящим. Затем ведущий собирает подарки и складывает отдельными наборами, не передавая адресатам до тех пор, пока не будут собраны подарки для всех. Затем подарочные наборы раздаются. Некоторое время участники изучают содержание записок.

Обсуждение итогов может вылиться в свободный обмен впечатлениями. Выводы, догадки, соображения, связанные с характером подаренного друг другу, участники делают сами.

«Конверты для добрых пожеланий» (20 мин.)

Материалы: конверты и карандаши или фломастеры каждому участнику. Кроме того, каждому потребуется столько листов бумаги, сколько участников в группе, включая вас.

Попросите участников написать свои имена на конвертах. Далее попросите их написать, и напишите сами пожелание, благодарность для каждого члена группы. Сложите все листочки в соответствующие конверты. Если участники захотят, они могут поделиться этими высказываниями с группой.

«Групповая поэма» (30 мин.)

Материалы: листы бумаги и фломастеры на каждого участника.

Попросите участников написать свои инициалы в правом верхнем углу листка (вы тоже подпишите свой листок). Каждый участник пишет короткую строчку, с которой будет начинаться поэма, передает свой листок соседу слева, и тот дописывает свою строчку, продолжаящую поэму. После того как каждый напишет по одной строчке на всех листках, законченная поэма возвращается автору первой строки.

После того как все поэмы будут написаны, прочтите свою. Потом спросите, кто еще хочет прочитать свою поэму.

7. ДОМАШНЕЕ ЗАДАНИЕ ДЛЯ РОДИТЕЛЕЙ

1. «Почувствуй ребенка»

Родителям предлагается почувствовать в повседневном общении с ребенком моменты его различных переживаний и называть их при обращении к ребенку. Например. «Ты огорчен...», «Тебя радует...»

2. «Что нам должны дети?»

Заметить, сколько раз во время разговора с ребенком было произнесено слово «должен». Почувствовать, как реагирует ребенок на слово «должен», - попробовать заменить это слово другим, отметить реакцию.

3. «Насколько вы принимаете своего ребенка»

В течение 2-3-х дней подсчитайте, сколько раз вы обратились к ребенку с эмоционально положительными высказываниями (радость, приветствие, одобрение, поддержка) и сколько - с отрицательными (упреки, замечания, критика, обвинение и др.) Если количество положительных равно либо больше отрицательных, то с общением все благополучно.

4. «Радостная встреча»

Представьте, что встречаете лучшего друга. Как вы показываете, что он дорог вам и близок? Теперь представьте, что это ваш ребенок, который приходит из школы домой, и вы показываете, что рады его видеть. Теперь это надо проделать на самом деле до всех других слов и вопросов. Хорошо бы продолжить эту встречу в том же духе в течение нескольких минут.

5. «Я-сообщение»

Попробуйте говорить от первого лица. Сообщите о себе, о своем переживании, а не давая характеристику ребенку и его поведению.

6. «Ты мне дорог»

Обнимайте вашего ребенка не менее 4-х раз в день (обычные утреннее приветствие и поцелуй на ночь не считаются).

Неплохо то же делать и по отношению к взрослым членам семьи. Обратите внимание на реакции ребенка, да и на свои собственные

Упражнение «Золотая рыбка»

Цель: определить ожидания и надежды педагогов от работы на семинарском занятии.

В сказках золотая рыбка всегда исполняет желания, и предлагает каждому участнику написать свои желания на время семинара на стикере (не более трех), озвучить их и прикрепить стикеры с надписями на доску.

Возможны следующие варианты ожиданий:

- Получить новую и полезную информацию по проблеме;
- Обменяться опытом работы;
- Находиться в дружеской атмосфере и т.д.

Упражнение «Тарелка с водой»

Цель упражнения: развивать взаимопонимание в группе, понять и обсудить закономерности возникновения взаимопомощи.

Задача: группа участников, молча с закрытыми глазами, передает по кругу тарелку с водой.

В результате при передаче развиваются способы коммуникации, поиск рук партнера до момента передачи тарелки, предупреждения о передаче прикосновением.

Теоретическая часть.

Эмоциональное развитие в раннем детстве.

Эмоции продолжают играть значительную роль в обеспечении психического благополучия ребенка раннего возраста. Ребенок еще не умеет управлять своими эмоциями, сдерживать нежелательные их проявления. Поэтому вся активность ребенка отчетливо эмоциональная, окрашенная положительными или отрицательными переживаниями. Взрослый направляет эмоциональную жизнь малыша. Когда малыш расстроен, взрослый подбадривает, переключает на другую деятельность; усталость, раздражительность, слишком бурные проявления эмоций свидетельствуют о перевозбуждении нервной системы, на первый план выступает потребность в отдыхе, тогда взрослый успокаивает малыша, создает условия для сна.

Эмоции начинают играть функцию предвидения. Ребенок с радостью ожидает приятного события, однако такое ожидание часто вызывает истощение ребенка, которое проявляется гиперактивностью движений, их недостаточной скоординированностью, плаксивостью. Поэтому взрослому стоит вести себя спокойно, настойчиво требовать соблюдения ребенком режима дня, привычного распорядка.

Овладения предметно-манипулятивными играми делают этот вид деятельности источником разнообразных переживаний ребенка. Он радуется, когда выполнение действий удается, в игре используются разнообразные, интересные для ребенка предметы; расстраивается, если предметное действие неудачное (чашка упала под стол, пластмассовый кувшин треснул, картонный кубик смялся). Возникают предпочтения среди игрушек, из них есть такие, которыми ребенок особенно часто и подолгу играет. Возникновение у ребенка мотивирующих представлений приводит к тому, что отсутствие любимой игрушки вызывает у него плач. Подобные реакции наблюдаются, если игрушку ребенок где-то забыл, потерял и тому подобное.

Негативные эмоции ребенка часто связаны с проявлениями кризиса 3-х лет, неправильно построенным общением со взрослым. Так, ребенок избегает контактов со взрослым, замыкается, если ему не предоставляется пространства для проявления инициативы в игре, в предметных действиях, ему запрещается самостоятельно выполнить тот или иной бытовой процесс.

Эмоциональное развитие ребенка в старшем дошкольном возрасте

Интенсивное развитие личности дошкольника определяет глубокие изменения в его эмоциональной сфере. Если в раннем возрасте эмоции обуславливались непосредственно окружающими влияниями, то у дошкольника они начинают проявляться в его отношении к тем или иным явлениям. Вследствие появляется опосредованность эмоций, они становятся более обобщенными, осознанными, управляемыми. Ребенок проявляет способность сдерживать нежелательные эмоции, направлять их в соответствии с требованиями взрослых и до усвоенных норм поведения. Ребенок ориентируется на «хорошо» и «плохо», «можно» и «нельзя», все чаще «хочу» уступает место «надо». Старший дошкольник при сдерживании эмоций использует сложившиеся у него представления о должном поведении, особенно, когда он связан с игровой ролью. Зарождение личности дошкольника происходит на основе способности подчинять общественно важные мотивы (надо) своим импульсивным желанием (хочу). Важным новым фактом эмоциональной сферы дошкольника становятся переживания по поводу возможной реакции взрослых на его действия и поступки: «что скажет мама?», «отец будет ругать». Представление ребенка о хорошем и плохом в собственном поведении служит источником этических чувств, ассоциируясь с добром и злом. В своих рисунках ребенок передает отношение к положительным героям, подробно прорисовывая их изображения, пользуясь разнообразным набором цветов. Злых героев малыш изображает ограниченной цветовой гаммой, в виде аморфных образов - это может быть просто черное пятно или что-то похожее на запутанный клубок темных нитей.

Обсуждение и закрепление основных положений на доске.

Психолог зачитывает обобщающие утверждения, участники закрепляют на доске, находя их у себя в рабочих материалах.

Упражнение «Волшебный мешочек».

Инструкция:

Коллеги! Предлагаю вам вытащить по одной бумажке из волшебного мешочка, которая подскажет, что нам как педагогам нужно сделать для эмоционального развития наших воспитанников. Тянем и зачитываем.

Итак, воспитание эмоционально зрелой личности, ее переживаний и чувств, начиная с первых лет жизни, остается важной педагогической задачей, поскольку эмоциональное отношение к окружающему миру приводит к цели, на достижение которой будут использованы полученные ребенком знания и умения. Способность к эмоциональным переживаниям проявляется сразу после появления ребенка на свет, а период дошкольного детства считают «золотым веком» эмоциональной жизни. В течение первых шести лет закладывается основа развития эмоционально-чувственной сферы человека, что является залогом его нормального психического развития, гарантии взросления гармоничной личности.

Для полноценного эмоционально-ценностного развития дошкольников педагогам следует знать не только индивидуальные особенности развития каждого ребенка, но и то, на что именно нужно обращать внимание в каждом возрастном периоде.

Процесс устранения отклонений в эмоциональной сфере дошкольника тяжелый и длительный. Однако систематическая всесторонняя работа в этом направлении дает

положительные сдвиги. Развивая детские эмоции, создавая условия для получения им как можно больших эмоционально положительных переживаний в коллективных играх, общении, творчестве, обучая ребенка регулировать свое поведение под влиянием эмоций, находить оптимальный выход из конфликтных ситуаций, можно добиться того, что ребенок со временем будет получать удовольствие от общения со сверстниками и взрослыми. Положительные навыки общения станут привычкой, появится вера ребенка в свои силы, он научится принимать, понимать и сравнивать своих сверстников.

Упражнение «Тренируем эмоции»

Предлагаем нахмуриться, как: осенняя туча, разъярённый человек, злая волшебница.

Улыбнуться, как: кот на солнышке, само солнце, Буратино, хитрая лиса, радостный ребенок, как будто вы увидели чудо.

Разозлиться, как: ребенок, у которого забрали мороженое, два барана на мосту, человек, которого ударили.

Испугаться, как: ребенок, который потерялся в лесу, заяц, увидел волка, котенок, на которого лает собака.

Выразить усталость, как: папа после работы, человек, поднявший что-то тяжелое, муравей, что волочет большую муху

Изобразить: туриста, который снял тяжелый рюкзак, ребенка, что хорошо потрудился, помогая маме, уставшего воина после победы.

Упражнение «Сказочный вернисаж».

Цель: активизировать образную память и творческое воображение, развивать скорость и гибкость мысли, умение рассуждать нестандартно.

Психолог: «Все мы родом из детства. И всегда с любовью и нежностью вспоминаем сказки, которые слышали дома, в детском саду, в школе. Ведь сказка - это основа развития эмоциональности. Сказка дарит радость и взрослым, и детям. Поэтому сейчас мы выполним упражнение «Сказочный вернисаж». Итак, начинаем».

В какой известной сказке серая неприветливая личность осуществляет коварный план убийства двух человек, и только благодаря своевременному вмешательству общественности все заканчивается хорошо?

(Красная шапочка.)

Назовите сказку, в которой различные по своему социальному статусу герои занимали поочередно помещение, созданное в необычном архитектурном стиле. И все было бы хорошо, если бы в дом не вернулся его прежний владелец со своим охранником. Вот героям сказки и пришлось оставить незаконно занятую территорию.

(Теремок)

Назовите сказку, в которой говорится о спортсмене, который отправляется на соревнования по бегу с препятствиями. Хитрость и выдержка помогли ему очень близко подойти к финишу, однако финал - трагический. Проявив слишком большую самоуверенность, он погибает. (Колобок.)

Рефлексия «Все в твоих руках».

На листе бумаги каждый обводит свою левую руку. Каждый палец - это определенная позиция, по поводу которой необходимо высказать свое мнение.

Большой - для меня было важным и интересным ...

Указательный – на этот вопрос я получил конкретную рекомендацию ...

Средний - мне было трудно (мне не понравилось) ...

Безымянный - моя оценка психологической атмосферы ...

Мизинец - для меня было недостаточно ...

Добавить комментарий

5. «Перебежки»:

- Встать и поменяться местами тем, у кого один ребенок;
- Встать и поменяться местами тем, у кого хорошие отношения с детьми;
- Встать и поменяться местами тем, кто часто играет с ребенком;
- Поменяйтесь местами, кто спрашивает совета у своего ребенка;
- Поменяйтесь местами, кто может извиниться перед своим ребенком;
- Поменяйтесь местами, кто играет в игры, которые придумывает сам ребенок;
- Поменяйтесь местами те, кто читает книжки своему ребенку

6. Упражнение «Ребенок-статуя»

Психолог. Как вы думаете, сколько Вы общаетесь в день со своим ребенком (дорога в сад и обратно не учитывается)? Исследователи утверждают, что общение с детьми в день длится 15-20 минут.

Что значит: принимать ребенка безусловно? Это, значит, любить его просто потому, что он есть, ведь когда он родился, родители ничего от него не требовали и не ждали. А сейчас он подросток, и отношение к нему меняется – это верно. Но, бывает, настолько, что трудно поверить, что он для родителей в радость.

Я предлагаю сейчас разыграть сценку, которая называется «Статуя ребенка». Для этого нужен один желающий, который сыграет роль ребенка.

Когда вызвавшийся родитель выходит сыграть роль ребенка, я ему предлагаю выбрать себе среди присутствующих любого человека, в котором он увидит поддержку. Затем я прошу встать поддерживающего за спиной «моего ребенка», приложить руки к его спине и ни в коем случае не отпускать их во время всего действия.

Затем я раздаю присутствующим родителям фразы, которые они будут произносить по моему сигналу.

Ведущий: Ты – маленькая девочка. Мама спешит в детский сад, вам надо успеть на автобус. А ты очень энергичный ребенок, очень любознательный, задающий кучу вопросов, даже в тот момент, когда вы вприпрыжку бежите к автобусу. Мама берет тебя за руку, и вы побежали.

– Мама, а что там такое, посмотри! – говорит девочка.

– Некогда, смотри под ноги, вечно спотыкаешься! Что ты крутишь головой? Смотри на дорогу. Перестань глазеть по сторонам! – я тебе отвечаю.

И в этот момент, как только я произношу подобную фразу, ребенок может воспринять ее буквально – он закрывает глаза, как приказала мама. (Я достаю шарфик и завязываю дочери глаза.) И мы дальше спешим в детский сад. Забегаем в автобус, и мама встречает там свою подругу, начинает с ней обсуждать прошедший день. Дочь внимательно слушает, а потом говорит:

– Мама, мама, а кто такой дядя Юра?

– Ты что вмешиваешься во взрослый разговор? И вообще, ты чего уши развесила, как не стыдно подслушивать! Закрой быстро свои уши!

(После этой фразы я завязываю девочке уши шарфиком.) Мы выходим из автобуса, распрощавшись с моей подругой, и бежим по дороге. При этом мама постоянно поглядывает на часы, чтобы не опоздать.

– Ой, какой сегодня день, будет здорово! Мам, меня Машка ждет, я ей пообещала принести ластик, тот, что...

– Отстань! Ты что разболталась, некогда сейчас, мы опаздываем. Да можешь ты, в конце концов, помолчать! Быстро рот закрой!

(Я завязываю рот еще одним шарфиком.) Хватаю ребенка за руку, и мы двигаемся дальше. Девочка уже молчит, но начинает поднимать на ходу какую-то веточку. Я бью ее по рукам и говорю, какая она непослушная:

– Что у тебя за руки, что ты их все время куда-то суешь, не можешь без этого! Выброси, я тебе сказала! Убери руки!

(Завязываю руки шарфиком.) Но тут дочь начинает скакать, задирая ноги. Я в ужасе кричу на нее:

– Ты где этому научилась? Это еще что такое? Перестань дрыгать ногами! Стой смирно!

(И в этот раз я завязываю ноги.) Мама смотрит на часы, нервничает, что вы не успеваете, и начинает подгонять ребенка:

– Что ты тянешься, копуша, делай шаг шире, ты что, ходить разучилась? Иди быстрее! Дай руку! Не руки, а крюки – ни писать нормально, ни держать ничего не умеют! Гляди на дорогу, не спотыкайся, что ты как слепец идешь! Да не молчи ты, я с тобой разговариваю, глухомань!

(И в этот момент я прошу всех в кабинете произносить громко те фразы, которые принадлежат им.) Ребенок начинает хныкать. Мама почти орет на нее:

– Что реवेशь?! Что ты плачешь, я тебя спрашиваю, ворона. Нечего реветь! Позоришь только меня! Я кому сказала – перестань реветь, ты слышишь меня!

(На этих словах я очень сильно перевязываю живот.) И продолжаю пилить свою дочь за то, что она ничего не умеет.

Мама недовольна всем, что она делает, забыв о том, что сама же все ей завязала, да еще хочу, чтобы у нее все получалось, и причем – обязательно хорошо.

Затем я спрашиваю у дочери, что ей хочется развязать. Чаще всего – это живот, так как он туго перевязан, и это самое «больное место». Ей все запретили, да еще и плакать нельзя, то есть наложили запрет на чувства. Ребенку это труднее всего перенести. Каждый имеет право чувствовать то, что он чувствует. Но родители часто способны отобрать это право.

Затем я развязываю по очереди то, о чем просит девочка.

И, когда все уже развязано, я спрашиваю ее, что она чувствовала на протяжении всего действия? О чем она думала? Каково ей было, когда все вокруг начали приказывать ей?

Звучат слова о душевной боли и очень часто о ненависти к матери и к залу, который я просила произносить громко определенные фразы. Спрашиваю, что являлось поддерживающим моментом в сценке, что помогало вынести несправедливые слова матери? Оказывается, что тот человек, который стоял сзади и все время поддерживал.

«Ведь очень часто в жизни это бывает посторонний человек. И хорошо, что он оказывается рядом в нужный момент. А каково тому ребенку, у которого даже такой поддержки нет?»

Я благодарю «поддержку» и прошу занять место в зале, а затем беру за руку того родителя, который исполнял роль ребенка, и говорю: *«Вот в такое состояние мы вгоняем своего родного мальчика или девочку и при этом преследуем благородные цели воспитания. Ребенку невыносимо слышать такие слова от родных папы и мамы, но ведь бывает и так, что такие слова он слышит и не от родных, а от чужих людей: от прохожих, от друзей, от учителей. Что тогда делать? Как себя вести? Что предпринять?»*

7.Беседа «Объятия»

Если вы видите своего ребенка в таком состоянии, первое, что вы можете и должны сделать, – это обнять его, прижать к себе и держать возле себя столько, сколько нужно ребенку. (Я обнимаю того родителя, который исполнял роль моего ребенка.) Когда ему будет достаточно, он сам отойдет.

При этом вы ни в коем случае не похлопывайте его по спине и не поглаживайте, будто бы «все это такие мелочи, что до свадьбы заживет». Вы просто его обнимайте.

Говорят, что руку ребенка надо держать до тех пор, пока он ее сам не отнимет. Ребенок должен знать, что родители его всегда поймут и примут, что бы с ним ни случилось.

Ребенку подобные знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища растущему организму. Они питают его эмоционально, помогая психологически развиваться. Если же он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, отклонения в поведении, а то и нервно-психические заболевания.

8.Упражнение «Правила для ребенка»

Цель: установление ограничений для детей.

Психолог. Из 15-20 минут общения с ребенком в день 12-15 минут приходится на указания, наставления, запреты.

Как мы уже говорили, часто общение с ребенком ограничивается указаниями и запретами. Конечно, есть много ситуаций, когда родители вынуждены устанавливать определенные 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 ребенка, не употребляя частицу «НЕ» и «Нельзя». Например:

- Нельзя переходить улицу на красный свет / Нужно переходить улицу только тогда, когда светит зеленый огонек светофора.
- Не спеши во время еды / Будем есть неторопясь.
- Не кричи так громко / Будем разговаривать тише
- Нельзя говорить с «набитым» ртом.
- Нельзя долго смотреть телевизор.
- Не рисуй на стене / Рисуй на бумаге.
- Не ковыряй пальцем в носу
- Нельзя перебивать разговор взрослых.
- Не суй руки в розетку
- Не вертись за столом!
- Не разбрасывай игрушки!
- Не копайся так долго, мы опаздываем!
- Не бери в рот эту грязь!

- Не включай телевизор так громко.
- Не смей обижать своего братика (сестру)!
- Успокойся.

9. Рефлексия

Участники: группа родителей дошкольного возраста 8-12 человек.

Оборудование: бейджики (по кол-ву участников), магнитная доска, проектор, магнитофон, музыкальные записи, бумага ф. А4, карандаши (фломастеры).

Время: 2–2,5 часа.

Место проведения: музыкальный зал.

Ход тренинга

Звучит легкая музыка. Родители рассаживаются по кругу. Ведущий подходит к каждому из родителей, знакомится, оформляет «общую визитку» – пишет имя родителей на большом листе (в виде цветка).

Ведущий. Добрый вечер, дорогие родители. Я благодарю вас за то, что вы пришли на тренинг. Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу.

Психологический тренинг – это тренировка души, разума, тела. Человек усваивает 10% того, что слышит, 50% того, что видит, 90% того, что сам делает.

*В ходе работы нам предстоит друг с другом общаться, поэтому просьба ко всем участникам: подписать и прикрепить **визитки-бейджики**, чтобы все знали, как к вам обращаться.*

Тема сегодняшнего тренинга: «Тропинка родительской любви».

Знакомство.

Упражнение «Доброе тепло» (10 мин.)

Цель: содействие сплоченности в группе, создание доброжелательной атмосферы.

Сейчас я предлагаю вам познакомиться друг с другом.

Встаньте в круг и возьмитесь за руки. От меня вправо (влево) пойдет «тепло», то есть я легонько прикоснусь своим плечом к плечу соседа, называя своё имя, написанное на визитке-бейджике, и вспоминая, как ласково называли меня в детстве, мой сосед так же – к следующему, и так по кругу. Давайте попробуем.

А теперь то же самое, но с закрытыми глазами. Посмотрим, как группа дружно сработает.

Сложно было выполнять задание? Почему? Каковы ваши ощущения после выполнения задания?

Давайте продолжим наше знакомство:

Найди пару. (2 мин.)

Давайте пофантазируем: Теплая осень, листва опадает, разноцветные листья лежат на земле. Вы гуляете по лесу, листва шуршит под вашими ногами. Перед вами красивейшее озеро, вода блестит, и вам хочется поплыть на лодке и насладиться запахом леса, воды и этой красотой. Обручи – это лодки. Под музыку вы будете ходить по берегу замечательного озера, вокруг которого осенний разноцветный лес, когда мелодия перестает звучать, необходимо выбрать себе лодку, их количество ограничено. Никто не должен остаться на берегу.

Вопросы: *Что вы почувствовали, играя в эту игру? Какое настроение у вас?*

Основная часть

Ведущий.

Вот в такой доброй и теплой атмосфере, наверное, и следует говорить о самом важном в жизни каждого человека – о родительской любви. Все считают себя любящими родителями, и это вполне естественно. Мы действительно обожаем своих детей, и лучшее подтверждение этому то, что мы чувствуем в душе постоянную любовь. Но детям важно еще одно – как мы проявляем это чувство.

Родительство, наверное, является наиболее глубокой ответственностью, которую только может принять на себя взрослый человек.

Наиболее важно, особой ролью родительской деятельности является любить и воспитывать своих детей, а также формировать в них чувства высокого самоуважения и уверенности в себе.

Общение и отношения с другими людьми зарождаются и развиваются в детском возрасте. Для ребенка взрослые являются образцом во всем. Дети хорошо усваивают то, что представлено наглядно, все хочет познавать на собственном опыте. Его особенно привлекают те действия, которые взрослые пытаются скрыть от него. Запоминает малыш не все, а только то, что его поразило. Они всегда стараются подражать взрослым, что порой опасно. Не умея отличать плохое от хорошего, они стремятся делать то, что взрослые запрещают им, но позволяют себе. В связи с этим в присутствии детей нужно воздерживаться от таких действий и поступков, которые не могут послужить для них хорошим примером.

Речь детей лучше развивается в атмосфере любви, спокойствия, когда взрослые внимательно слушают их, общаются с детьми, читают им сказки и обсуждают прочитанное.

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.

Сегодня мы с вами должны понять, что 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, и ребенок должен чувствовать любовь.

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

Итак, давайте пойдём с вами по тропинке родительской любви.

Целью тренинга является: способствование улучшению детско-родительских отношений и формирование навыков эффективного взаимодействия.

Наша задача – показать родителям степень понимания своего ребенка, помочь глубже осознать свои отношения с детьми и эмоционально обогатить их.

Правила работы в группе.

Цель: акцентирование участников на соблюдении правил работы в группе и регламентации работы.

Ведущий. Участники тренинга все делают сами. Чтобы наша встреча была продуктивной, нужно придерживаться определенных правил.

Мы не будем давать друг другу оценок, не будем никого обсуждать. Мы создадим атмосферу безопасности, доверия, открытости. Это позволит вам экспериментировать, не стесняясь ошибок.

Правила напечатаны на листах (могут быть написаны на доске), давайте обсудим и выберем те, которые подходят нам для эффективного взаимодействия:

- Обращение по имени, и на ты.
- Не давать друг другу оценок, никого не обсуждать.
- Слушать, не перебивать.
- Конфиденциальность.

- Правило участия – я принимаю участие в играх.
- Правило спасательного круга – если мне трудно во время тренинга, я могу взять паузу (___раз).
- Правило хорошего настроения.
- _____(могут добавлять участники тренинга свои правила).

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

Упражнение «Мои ожидания»

Цель: определение ожиданий участников от работы в группе.

Ведущий. Уважаемые родители! Перед вами стикеры, вырезанные в форме сердца. Нарисуйте символ, который характеризует Вашу семью и запишите на них свои надежды и ожидания от нашей встречи. Далее следует озвучить их и прикрепить к плакату «Тропинка родительской любви», на котором изображена тропинка, протянувшаяся от дома ввысь «Родительской любви» Стикеры надо прикрепить в начале пути, около дома.

Рисунок 1.



Упражнение «Погружение в детство»

Звучит тихая, легкая музыка.

Ведущий. Сядьте поудобнее, ноги поставьте на пол так, чтобы они хорошо чувствовали опору, спиной обопритесь на спинку стула. Закройте глаза, прислушайтесь к своему дыханию: оно ровное и спокойное. Почувствуйте тяжесть в руках, в ногах. Поток времени уносит вас в детство – в то время, когда вы были маленькими. Представьте теплый весенний день, вам три-четыре года. Представьте себя в том возрасте, в котором вы лучше себя помните. Вы идете по улице. Посмотрите, что на вас надето, какая обувь, какая одежда. Вам весело, вы идете по улице, а рядом с вами близкий человек. Посмотрите, кто это. Вы берете его за руку и чувствуете ее тепло и надежность. Затем вы отпускаете руку и убегаете весело вперед, но недалеко, ждете своего близкого человека и снова берете его за руку. Вдруг вы слышите смех, поднимаете глаза и видите, что держите за руку совсем другого, незнакомого вам человека. Вы оборачиваетесь и видите, что ваш близкий человек стоит сзади и улыбается. Вы бежите к нему, снова берете за руку, идете дальше и вместе с ним смеетесь над тем, что произошло.

А сейчас пришло время вернуться обратно в эту комнату. Когда будете готовы, вы откроете глаза.

Рефлексия

- Удалось ли окунуться в детство?
- Почувствовали ли вы надежное плечо, сопровождающее вас в детстве?

- Что для вас значит «надежное плечо»?
- Какие чувства у вас были, когда вы потеряли поддержку?
- Что хотелось сделать?

Упражнение «Ролевые игры»

Задание для группы №1. (Время выполнения – 5 минут).

Выбирается родитель и ребенок.

От имени ребёнка расскажите, как умудрились намочить всё, что только было возможно из своей одежды в единственной весенней луже, в тот момент, когда мама разговорилась с неожиданно подошедшей подружкой. Подсказка: рассказывайте от имени ребёнка, озвучивая возможный ход его мыслей.

И реакция мамы, когда она увидела промокшего ребенка...

Резюме. Я думаю, напоминание об этой возможности взрослых – проникать в мир детей, поможет грамотнее организовывать процесс воспитания, плодотворнее построить взаимодействие в семье.

Задание для группы №2. (Время подготовки – 5 минут)

Выбирается родитель и ребенок.

Уважаемые родители! Вы очень спешите, прибежали в детский сад за своим ребёнком. На улице Вас ждёт машина, а дочь (сын) капризничает, не хочет одеваться.

Ваша реакция, действия и т.д.?

Резюме. Данные ролевые игры не только иллюстрируют возможные ситуации, но и позволяют задуматься каждому, а как бы я поступил, реагируя на поведение моего ребёнка, чему бы я смог его научить.

Упражнение для поднятия настроения, снятие усталости.

Звучит музыка. Родители вместе с ведущим исполняют «Танец Маленьких утят».

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».

Я предлагаю вашему вниманию посмотреть видеоролик «Счастье – это просто» ([Приложение 1](#)). Автор видеоролика Алиса Пашкова.

Рефлексия.

- Что вы чувствуете сейчас?
- Какие чувства вы испытывали во время просмотра видеоролика?
- Захотелось что-нибудь сделать?
- Изменили ли вы мнение о своих отношениях со своим ребенком?

Ведущий: Зачастую родители и воспитатели, делая замечания малышам в опасных для их 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 делать наоборот (Например. Что будет делать ребенок на слова: «Не подходи к телевизору!»).

Обращение к ребенку должно быть позитивным, т.е. предполагать ответное действие, а не бездействие.

Упражнение «Недетские запреты»

Выбирается один участник и садится на стул в центре круга. Все остальные по одному подходят к нему и говорят, что они ему запрещают делать, – то, что участники чаще всего говорят своему ребенку. При этом лентой завязывают ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» – завязывается рот, «Не бегай» – завязываются ноги и т.д.

После того как выскажутся все участники, сидящему предлагается встать. Так как он не сможет встать, то его нужно развязать. Для этого каждый участник подходит к ленте, которую завязал, и снимает запрет, то есть говорит, что делать можно. Таким образом, суть запрета остается. Например: «Не кричи – говори спокойно».

Рефлексия

Рефлексия участника, игравшего роль ребенка:

- 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?

Рефлексия участников, игравших роль взрослого:

- Что вы чувствовали, когда видели обездвиженного ребенка?
- Что вам хотелось сделать?
- Легко ли найти слова, позволяющие переформулировать запрет?
- Какие чувства вы испытываете сейчас?

Ведущий: Известно, что готовых рецептов воспитания не существует. Как действовать взрослому в той или иной ситуации, решать только ему. Однако можно проиграть, как в театре, сложные ситуации, обсудить их и попытаться понять, что испытывает ребенок в том или ином случае.

У ребенка представления о мире еще не сформированы, а жизненный опыт ничтожно мал. Наша задача – **задача взрослых людей**, окружающих ребенка, – помочь ориентироваться в еще непонятном для него мире, объяснить, что опасно и непозволительно, а что допустимо и даже необходимо для малыша. Кто, если не взрослый, защитит ребенка, предостережет от опасностей и в то же время научит разбираться в бесконечных “нельзя” и “можно”! Чтобы научить этому детей, родителям самим нужно отлично в этом разбираться.

Упражнение «Запрещаем – разрешаем»

На доску крепятся три цветных листа, соответствующие зонам запрета.

- зеленый символизирует зону «Полная свобода»;
- желтый – зону «Относительная свобода»;
- красный – зону «Запрещено».

Участникам тренинга предлагается составить список возможных действий детей, распределив их по трем основным зонам. Полученные варианты анализируются: родители совместно с ведущим (психологом, педагогом) прогнозируют возможные ситуации и допущенные ошибки.

Ведущий: Как много сердечного тепла бывает загублено из-за неспособности понять другого и самого себя. Скольких драм, больших и малых, не происходило бы, обладай их участники и окружающие умением сочувствовать, прощать, любить. Любить тоже надо уметь, и это умение не дается матерью-природой.

Самый большой дефицит, который испытывают наши дети, – это **дефицит ласки**. Родители порой не находят времени, забывают или, может быть, даже стесняются приласкать ребенка просто так, повинуясь какому-то внутреннему порыву. Боязнь избаловать детей заставляет родителей быть чрезмерно суровыми с ними.

Это задание позволит каждому из нас проявить чуть больше ласки, внимания, любви.

Упражнение «Солнце любви»

Каждый участник рисует на листке бумаги солнце, в центре которого пишет имя ребенка. На каждом лучике солнца необходимо перечислить все прекрасные качества своих детей.

Затем все участники демонстрируют свое «солнце любви» и зачитывают то, что написали.

Предлагаю вам взять это Солнышко домой. Пусть теплые лучики его согреют сегодня атмосферу вашего дома. Расскажите вашему ребенку о том, как вы оценили его качества – подарите ребенку теплоту, ласку и внимание.

Рефлексия

Ведущий. Наша встреча завершается, поэтому давайте определим, сбылись наши ожидания. Если да, необходимо переставить стикеры на дороге Родительской любви. Путь по тропинке родительской любви не заканчивается, шагайте вместе со своими детьми с любовью, заботой и надеждами. Счастливого пути!

По окончании тренинга родители с ведущим пьют чай за круглым столом!

До новых встреч!

Психология

Автор: Крюкова Ирина Дмитриевна

27.10.2015 21:43



РАЗВИТИЕ ДЕТЕЙ В ДОУ».

МАСТЕР-КЛАСС ДЛЯ ПЕДАГОГОВ «ЭМОЦИОНАЛЬ

Муниципальное казённое дошкольное образовательное учреждение детский сад общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по художественно-эстетическому направлению развития детей №5 с.Арзгир Арзгирского района Ставропольского края

Педагог-психолог МКДОУ д/с №5: Крюкова И.Д. с.Арзгир 2014год

Цель. Показать важность эмоциональной готовности детей к общению с окружающим миром.

Задачи:

1. Установить эмоциональный контакт между всеми участниками;
2. Дать определение понятия эмоции;
3. Научить понимать эмоциональное состояние детей;
4. Познакомить участников мастер-класса с опытом работы по применению игровых технологий.

Скачать презентацию

Жизнь не часто бывает сказкой,

Всё бывает, увы, не так.

На лицо надеваем маску,

Закрываясь от глаз зевак.

И никто никогда не знает,

Что у каждого за душой:

Дружба ненависть закрывает,

Злость улыбкою убивает.

А в реальности что бывает,

Остается только с тобой.

Все люди без исключения, попадая в какие-либо жизненные ситуации, испытывают разнообразные эмоции – ведь печаль, злость, удивления, брезгливость, сочувствия, восторг и т.д. Но всегда ли искренни, правдивы и настоящие эмоции? Взрослые люди хорошо владеют своими эмоциями, пряча свои чувства под маской. А дети? Они естественны и непосредственны в своём поведении. Они не могут скрывать свои чувства и эмоции так, как это делает взрослый человек. Ребёнок искренне переживает успехи и неудачи, которые происходят в его жизни. Так что же нужно сделать нам, взрослым, для того, чтобы в наших детях вызвать подлинность и открытость чувств, их эмоциональных проявлений.

Если познавательной деятельности детей уделяется много внимания, то развитию эмоциональной сферы проявится недостаточно внимания. Учитывая то, что сама по себе эмоциональная сфера не складывается — ее необходимо развивать. Современные дети стали меньше контактировать со взрослыми и сверстниками, а всё большее предпочтение отдали телевизорам и компьютерам. А ведь далеко не секрет, что именно общение по большей части обогащает эмоциональную составляющую. Дети разучились понимать эмоции и чувства других людей, в их поведении присутствует детская жестокость, враждебность, агрессия.

Что входит в понятие «современный ребенок? Современный ребёнок взрослеет намного раньше, чем родители, понимает с полуслова, хватает все на лету, активен с утра до вечера...

Ребенок — это дитя своего времени, нормы его развития осуществляются (или не осуществляются) в определенных условиях развития, которые определены установками связанных с установками и убеждениями окружающих его взрослых.

Нужно ли воспитателям и родителям перестраивать аспекты в воспитании? Что делать с обычными традиционными методиками, как совмещать их с инновациями?

Трудность изучения особенностей развития детей состоит в том, что традиционные методы и методики диагностики и диагностики из себя и не могут передать **«актуального уровня развития»** детей. Поменялось сознание детей, так как поменялось общество.

В каждом ребенке заложена энергичная, инициативная, неутомимая деятельная натура, но как проявится она в будущем здесь всё будет зависеть от условий воспитания и обучения. Первый вопрос ребёнка: **«зачем?»** — заменил вопрос **«почему?»**. Прежде у детей доминировал подражательный рефлекс, и они стремились повторять действия взрослых, то у современных детей доминирует рефлекс свободы — они сами выстраивают стратегию своего поведения. Если ребенок понимает и принимает смысл поступка или действия, которое должен совершить, то он будет его выполнять. Если нет, то откажется, выражая протест — вплоть до агрессии.

Развитие положительных эмоций необходимо рассматриваться как одно из важнейших задач воспитания детей, особенно актуально в период дошкольного детства – который является одним из самых важных этапов в жизни маленького человека.

Определяющей задачей в воспитании и развитии детей представляется создание условий, гарантирующих формирование и укрепление их здоровья.

Одним из компонентов здоровья человека в целом выделяют психологическое здоровье.

Общий образ психологически здорового человека — это в основном счастливый, созидательный, креативный, жизнерадостный, оптимистичный, веселый, открытый человек, познающий себя и окружающую действительность не только разумом, но и чувствами, эмоциями, интуицией. Жизнь такого человека наполнена смыслом, он открыт миру, находится в постоянном развитии, самосовершенствовании.

Обеспечение психологического здоровья в дошкольном возрасте возможно с помощью реализации психологической поддержки детей.

Работа с детьми по формированию психологического здоровья включает в себя:

1. Овладение детьми языком эмоций

Мимика.

Пантомимика.

Закрепление в эмоциональной сфере положительных эмоций

Обучение детей адекватному выражению эмоций (*соответственно ситуации*).

2. Коррекция агрессивности

Коррекция драчливости у дошкольников.

Снятие конфликтности в общении детей.

Снятие вербальной агрессии.

Преодоление импульсивности.

3. Формирование у дошкольников уверенности в себе.

Снятие тревожности.

Коррекция страхов.

Формирование адекватной положительной самооценки.

Формирование у детей уверенности в собственных силах.

4. Формирование социальных навыков у ребенка

Развитие умения понимать и принимать позицию другого человека.

Овладение коммуникативными навыками. Задачи:

Развитие эмпатии.

Развитие дружеских взаимоотношений.

5. Формирование у дошкольников нравственного сознания и поведения

Формирование нравственного сознания.

Формирование у детей ценностного отношения к моральной стороне поступков.

Формирование умений детей конструктивно общаться со сверстниками. Развитие взаимопонимания и заботливых отношений к близким людям.

Практическая часть:

Мой опыт работы показал, что поведение ребёнка, процесс развития его эмоционального мира является серьёзным признаком в осознании мира маленького человечка и говорит о его психическом состоянии, благополучии, возможных перспективах развития. Поэтому педагогам, воспитателям, родителям необходимо всегда налаживать благоприятные эмоциональные отношения с детьми.

- Давайте представим, уважаемые педагоги, что мы ненадолго станем детьми и находимся в своём любимом саду.

Приветствие (Цель: активизация положительных эмоций, настрой на совместную работу):

Для того чтобы отвлечься, взбодриться, я хочу предложить вам поиграть со мной в одну очень интересную игру. В этой игре вам необходимо выполнять мои команды очень быстро. Итак, начинаем. В течении нескольких секунд, найдите себе партнёра и пожмите ему руку. Сейчас я буду говорить вам, чем вы будете очень быстро касаться своего партнёра:

- Нога к ноге!

- Нос к носу!

-Щека к щеке!

Теперь очень быстро подберите себе нового партнёра и крепко сожмите руку. поприветствуйте друг друга такими частями тела:

- левое колено к левому колену!

- правая ладонь к правой ладони!

- левое плечо к правому плечу!

Анализ: Скажите, как вам показалась наша игра?

-Какие чувства вы испытали во время игры? *(ответы).*

-Веселье, азарт, восторг, другими словами как назвать эти состояния?

(Эмоции).

- Сразу же рождается вопрос: Что же это такое — эмоции? *(ответы).*

Эмоции — это необыкновенный узорник чувств, ощущений, переживаний и волнений, благодаря которым ребёнок взаимодействует с окружающей действительностью, параллельно понимая и осознавая её. Эмоции являются важной частью психической жизни человека, и прежде всего ребенка».

-Все эмоции подразделяются на два вида.

-На какие? *(положительные и отрицательные).*

Все люди – существа эмоциональные. Но дети, по мере их небогатого жизненного опыта, могут намного ярче отобразить свои эмоциональные проявления. Вследствие этого мы можем наблюдать отношение ребёнка к окружающей действительности, событиям, людям. Дети не способны прятать своих чувства и эмоций. Психологами установлено, что у детей происходят серьёзные преобразования в эмоциональной сфере, меняются взгляды на мир и взаимоотношения с окружающими людьми. Ребёнок ярко и естественно отзывается на все, что происходит вокруг него.

Старшие дошкольники со временем начинают осознавать и контролировать свои чувства, являющиеся своеобразным индикатором наиболее значимых потребностей.

Наши дети познают мир через яркие образы, конкретно и наглядно. А многие свойства обычных на взгляд взрослого вещей, которые давно для него стали привычны и понятны, на маленького человечка могут произвести самое неожиданное впечатление.

- Так как же мы можем подействовать на развитие эмоций у детей? (*ответы*). Самый действенный приём – это игра. Поэтому я предлагаю вам обратить внимание на игровые технологии. Но сначала хотелось бы вспомнить, какие эмоции мы знаем. Все мы хорошо знаем игру «**Угадай-ка!**» и я хочу сейчас немного поиграть с вами.

1. Мои глаза слегка прищурены.

Уголки рта слегка приподняты.

Я смеюсь.

Я ...

(*Радость*)

2. Глаза слегка сужены.

Уголки рта опущены.

Я плачу.

Я ...

(*Грусть*)

3. Мои брови нахмурены и сдвинуты.

Зубы стиснуты.

Губы плотно сжаты.

Ноздри расширены и дрожат.

Я сжимаю кулаки.

Я хочу ударить.

Я ...

(*Злость*)

4. Мои брови приподняты.

Рот слегка приоткрыт, округлён.

Глаза широко раскрыты.

Я восклицаю: «**О-о-о!**» или «**Ах!**»

Я ...

(*Удивление*)

5. Мои брови приподняты и слегка сведены к переносице.

Глаза очень широко открыты.

Я хочу защититься, спрятаться, убежать.

Я...

(*Страх*)

6. Когда мне интересно, я сосредотачиваюсь.

Я смотрю внимательно на предмет.

Мои брови слегка сведены.

Я...

(*Интерес*)

7. Я опускаю и отворачиваю голову в сторону.

Я прячу глаза.

У меня краснеет лицо, уши.

Я испытываю ...

(*Стыд*)

Я хочу познакомить вас с пособием **«Весёлый светофор»**. Этот светофор располагается у нас в начале кабинета. При на занятие, дети подходят к пособию и сразу же отмечают своё настроение. Я обязательно фиксирую для себя, с каким настроением ребёнок пришёл на занятие.

Круг красного цвета означает, что у ребёнка плохое настроение, он грустит или печалится. Круг желтого цвета означает у ребёнка, пришедшего на занятие, спокойное, нейтральное настроение, без эмоций. Круг зелёного цвета – это, конечно же, веселье, радость, настроение прекрасное.

Если я вижу, что кому-то из детей необходима помощь, ласка, я делаю все, чтобы ребёнку было хорошо и комфортно на занятии. В основном ребята предпочитают желтый и зеленый круги.

Я хочу пожелать вам сегодня, чтобы и у вас, уважаемые коллеги, от нашей встречи осталось только хорошее **«зеленое»** настроение!

Для того, чтобы создать позитивной микроклимат в группе я использую в своей работе игру **«Ролевая гимнастика»** помощью этой игры дети раскрепощаются, развивается актёрское мастерство, коммуникативная компетентность. помогает познавать чувства другого существа, развивает эмпатию.

Содержание игры: подбираются небольшие и хорошо знакомые стихи.

Предлагается прочитать потешку:

1. В быстром темпе, **«как пулемёт»**.
2. Тихо.
3. В медленном темпе, еле-еле.

Пройти по кругу как: злой волк, малыш, медведь, лиса...

Попрыгать, как: воробушек, стрекоза, кролик...

Игра «Создание рисунка по кругу»

Цель: создание в группе благоприятного микроклимата.

Содержание игры: У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту. Опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернется к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

Положительные эмоции надёжно защищают детей от умственных перегрузок и приносят только пользу, как для физического, так и для психического развития.

- Педагогам дошкольных образовательных учреждений необходимо уметь предотвращать появление и формирование негативных эмоций у детей. Я хочу пригласить вас на экскурсию по Фотогалерее, там мы постараемся вместе с вами показать различные приёмы, которые помогут маленькому человеку преодолеть свои отрицательные эмоции.

1 серия фотопортретов: – Какое эмоциональное состояние испытывают дети на этих портретах? (*страх, ужас*).

- Одна из самых первых эмоций, что чувствует недавно родившийся малыш. Вначале дитя пугается сильных и громких звуков, шумов, звуков, ребёнка пугает новая обстановка, незнакомые люди. По мере взросления ребёнка зачастую рождаются его страхи. Границы между обычным, здоровым, предохранительным страхом и болезненным, нездоровым очень часто бывает расплывчатой и туманной. Но как бы то ни было, страх портит малышу жизнь. Это беспокоит ребёнка и вызывает такие нарушения как тики, навязчивые движения, энурез, заикание, плохой сон, раздражительность, агрессия, плохой контакт с окружающими, дефицит внимания и т.д. К таким последствиям может привести непобежденный детский страх.

- Назовите самые распространенные детские страхи.

Примерные ответы: страх темноты, ночных кошмаров, одиночества, сказочных персонажей, чудовищ, привидений, смерти, боязнь хулиганов, бандитов, войны, катастроф, уколов, боли, врачей и т. д.

- Страхам и фобиям в основном склонны впечатлительные, восприимчивые, ранимые, обладающие большим самолюбием дети. Чтобы помочь малышу справиться с теми страхами, которые его беспокоят, нужна помощь взрослого. В первую очередь нам нужно определить фактор, из-за которого у ребёнка появился данный страх. Как вы думаете, из-за чего какой причине может проявиться детский страх?

Примерные ответы: гиперопека; обособленность родителей; конфликты в семье; отсутствие одного из родителей; суровые наказания и запреты; жесткое обращение и физическое насилие; компьютерные игры; бесконтрольный просмотр телевизионных программ и фильмов; сильный испуг (*особенно в ситуации внезапности*); пребывание в экстремальных ситуациях (*пожары, наводнения, взрывы, землетрясения, теракты и т. д.*).

- Для коррекционной индивидуальной и подгрупповой работы используются разнообразные методики, технологии, игровые упражнения.

- Я хочу предложить вашему вниманию несколько вариантов работы, чтобы помочь ребенку в преодолении проявившихся у него страхов. Все эти упражнения базируются на приёмах художественной экспрессии с применением разнообразных изоматериалов, с помощью которых ребёнок способен преодолеть свой страх и различные эмоциональные расстройства.

1. Упражнение «**Воспитай свой страх**».

- Я предлагаю ребенку нарисовать свой страх, предварительно с ним побеседовав. После того, как рисунок готов, предлагаем перевоспитать страшилку (*для этого нужно сделать его добрым*). Вместе мы придумаем, как это сделать: пририсовать шары, конфеты в руках у страшилки; исправляем злое выражение лица на доброе, улыбочное; одеваем страшилку нарядный, веселый костюм – и другие веселые атрибуты.

- Благодаря этому упражнению ребенок убеждается в том, что страх относителен, с ним можно справиться, изменив его свое отношение к этому страху.

2. Упражнение «**Чужие рисунки**».

- На доске вывешиваю нарисованные другими детьми «**страхи**». Глядя на эти рисунки, дети должны рассказать, чем они думают, боялись авторы этих рисунков и как им можно помочь.

- Данное упражнение предоставляет детям возможность обсудить свои и чужие страхи, попытаться всем вместе найти пути их преодоления.

способы, как с этими страхами справиться.

3. Упражнение «Дом ужасов» (как вариант: «Лабиринт страхов»).

- Я предлагаю детям заселить нарисованный на доске Дом ужасов страшными персонажами. Затем дети по очереди рисуют своих страшилок, «**строя**» тем самым Дом ужасов. Остальные играют роли его обитателей и по заданию автора рисунка выполняют те или иные действия.

- С помощью данного упражнения педагог дает детям возможность актуализировать свой страх, возможность поговорить о нем, понять необоснованность своих страхов.

4. Упражнение «Одень страшилку».

- Это упражнение также дает детям возможность поработать с предметом своего страха, а педагогу – провести коррекцию.

- Для его проведения я заранее вывешиваю на доске черно-белые рисунки какого-нибудь страшного персонажа: Бабы-яги, привидения и т. п. Ребенок должен «**одеть его**» при помощи пластилина. Выбирая пластилин нужного цвета, отрывая маленькие кусочки и размазывая их внутри контура, ребенок «**одевает**» своего страшилку, рассказывает о нем группой. В время рассказа я стимулирую его своими вопросами. Например: что этот персонаж любит и не любит, кого боится, боится его и т. п.

- Таких вариантов упражнений может быть множество. Главное в них – это помочь детям в проявлении осознанных страхов по отношению к предмету страха, научить его справляться с ним.

- Одним из преимуществ этого пособия является то, что для коррекции детских страхов можно использовать в комплексе несколько игровых психотерапевтических техник и упражнений:

1. техники художественной экспрессии, основанные на использовании

различных изобразительных материалов и помогающие детям

справиться с эмоциональными нарушениями;

2. фантазирование, предполагающее направленную визуализацию и

активное воображение;

3. сочинение историй, способствующее, благодаря разнообразным

приемам, развитию вербальных навыков.

2 серия фотопортретов:

- Перейдем ко второй серии фотопортретов. Какое эмоциональное состояние испытывают дети на этих портретах? (*грусть, печаль*).

- Печаль и грусть – это особые эмоции, они имеют свое своеобразное выражение и свои исключительные, необыкновенные особенности; эти эмоции причисляют к отрицательным проявлениям. Они основываются на различных трудных ситуациях с которыми встречаются люди изо дня в день. – Из-за чего ребёнок может печалиться?

Примерные ответы:

1. Разочарование, вызванное крушением надежд и ожиданий.
2. Неудача в достижении поставленной цели.
3. Индивидуальная предрасположенность к печальным переживаниям (*может носить как биологический, так и социальный характер*).
4. Восприятие ребенком своей социальной роли (*восприятие и оценка себя, видение мира и своего будущего в нем*).
5. Потеря или поломка значимой, любимой вещи или предмета и т. д.

- В дошкольном возрасте у детей часто изменчиво настроение. Хотя негативные переживания непродолжительны, захватывают ребенка полностью, с чем бывает трудно справиться в одиночку. Выйти из этого состояния может по

педагог.

- Для того, чтобы снять напряжение, избавиться от отрицательных эмоций, укрепить дружеские взаимоотношения, использую в своей работе такое пособие, как **«Настроение»**. Вначале мы с детьми на большом листе ватмана рисуют гуашью или красками свое настроение (в виде лужайки). Затем дети достают из корзины лепестки различных цветов. Каждый цвет соответствует какому-либо настроению, и все мы формируем один большой цветок на нашей лужайке. По окончании работы мы анализируем то, что у нас получилось, и выясняем, какое же настроение царит в нашей группе.

- Можно предложить детям собрать цветок для ребенка, у которого плохое настроение, используя те цвета, которые поднимут ему настроение, сказать ему ласковые слова.

- Для того, чтобы стимулировать положительные эмоции, исключить или снять негативные переживания, можно применить такую игру, как **«Волшебный стул»**. Ребенку, у которого плохое настроение предлагается сесть на стул, а другие дети выполняют для него различные задания. Например, сказать грустному ребёнку все ласковые слова, которые они знают, украсить оригинально чем-нибудь его стул. Когда ребята подходят малышу, сидящему на волшебном стуле, говоря нежные слова, украшают стульчик чем-то необычным, играют с ним, то от грустного настроения их товарища не остаёт следа.

3 серия фотопортретов. — Какое чувство объединяет детей на этих фотографиях? (*гнев, ярость, злость*).

- Гнев, злость, негодование, ярость – одни из главных эмоций человека, вместе с тем и малоприятные.

- Слово **«гнев»** на Руси начали использовать с 11 века. Оно произошло от слова **«гной»**. Так говорили о состоянии больного человека, у которого тело было покрыто гнойными раками. Позже у этого слова появился синоним – **«ярость»**.

- Как утверждала Вирджиния Квинн: «У гнева существует 4 основных способа выражения»:

1. Прямо заявить о своих чувствах, при этом давая выход отрицательным эмоциям.
2. Выразить гнев в косвенной форме, вымещая его на человеке или на предмете, который представляется разгневанному неопасным.
3. Сдерживать свой гнев, **«загоняя»** его внутрь. В этом случае постепенно накапливающиеся отрицательные чувства будут способствовать возникновению стресса.
4. Задерживать негативную эмоцию до момента ее наступления, не давая ей возможности развиваться, при этом человек пытается выяснить причину гнева и устранить ее в кратчайший срок.

- Сегодня я хочу рассказать вам о тех из них, которые использую, чтобы помочь детям избавляться от переживания негативных чувств и настроений, научиться управлять эмоциями, контролировать свое поведение, уметь общаться с другими.

- Маленькие дети не всегда способны выразить своё эмоциональное состояние. Для того, чтобы помочь ребёнку избавиться от гнева, хорошо использовать игровые приёмы.

Я использую в данном случае такое пособие, как **«Мешочек для крика»**. У меня этот мешок сшит из крафт-бумаги непрозрачной ткани, украшен различными аппликациями, сверху пришит шнурок. Показ мешочка.

- Итак, если ребенок агрессивен, дерётся, кричит, я даю ему мешочек, и предлагаю отойти в сторонку и громко покричать в мешочек. Затем волшебный мешочек завязывается и убирается. Ребёнку даётся установка, пока мешочек у него, не кричать столько, сколько захочешь, но если мешочек отпустил, то общаться с окружающими он должен со спокойствием, обсуждая то, что произошло.

Ещё у нас есть такое пособие, как **«Подушечка для битья»**.

Есть подушка для спанья,

Есть подушка для шитья,

А у нас, ребята, в группе

Есть подушка для битья.

Будут кулачки чесаться

Или ты захочешь драться,

Подойди к подушке той

И ударь её рукой...

Можешь бить за всё на свете,

Ведь подушка не ответит.

- Следующее пособие – **«Коврик злости»**. С его помощью тоже можно избавиться от гнева. Если на занятие пришел ребенок в плохом расположении духа, агрессивно настроен на окружающих, то ему предлагается коврик, который избавляет от злости. Это обычный коврик с ярким, неоднородным верхним слоем. Можно изготовить коврик самостоятельно: из толстой шерстяной пряжи, колготок, бантов и т.д. (*Показываю коврик*). Ребёнку предлагается снять обувь, наступить на коврик и вытирать об него ноги до того времени, пока ему не захочется улыбнуться.

- Также я часто использую следующее интересное пособие, это – **«Мусорное ведро»**. В это ведро мы с ребятами выбрасываем все лишние, бесполезные, негативные проявления, которые нам мешают и мы хотим от них освободиться.

Уважаемые коллеги, предлагаю вам представить, что ненадолго мы с вами стали детьми. Сейчас мы с вами выполним упражнение. (*Ведро ставится в центр круга*).

- Как вы думаете, для чего люди используют мусорное ведро и зачем нужно всё время очищать его от мусора?

- Правильно, если мы не будем избавляться от мусора, по-прежнему займёт все пространство, будет трудно дышать, трудно будет двигаться, в конце концов так можно и заболеть. То же происходит и с чувствами – у всех нас накапливаются разные чувства и мысли, которые зачастую бывают ненужными и бесполезными. Когда мы накапливаем в себе отрицательные эмоции, чувства, переживания, например, обиду, грусть или печаль, злость или ненависть. Для человека это не только бесполезно, и даже может быть опасно для здоровья.

- Я принесла вам бумагу разных цветов. Выберите себе любой цвет. Держа в руках бумажный лист, закройте на минуту глаза и представьте, что это ваши старые обиды, грусть, печаль, может злость или страхи... Можете смять их в комки или порвать на маленькие кусочки. Теперь выбросите в ведро все неприятные чувства, переживания, которые в вас накопились, хотели бы от них освободиться. К примеру, я выбрасываю все свои опасения, комплексы и неуверенность, и мне становится легче. А что выбросите вы?

- Что вы чувствовали, когда выбрасывали ваши обиды, грусть, гнев? Что вы чувствуете сейчас? Кому сейчас стало легче, радостнее, спокойнее? Из понравившейся бумаги можете сейчас сделать салют и подбросить высоко вверх. (*Звучит музыка*.)

- С этим салютом вы передали свою частичку добра, искорку радости друг другу.

- С помощью такого упражнения дети учатся избавляться от отрицательных эмоций, не оставлять их в себе, что, зачастую, очень сложно сделать нам, взрослым людям, но чему просто необходимо учиться.

Игра «Волшебные шары».

В заключение нашей экскурсии, я хочу подарить всем вам воздушные шары, на которых каждый из вас фломастером нарисует ту эмоцию, которую вы получили от нашего занятия.

Улыбка на лице как много это значит,

Когда смеются все, когда никто не плачет.

Ход семинара-практикума

1 часть. Вступление. Добрый день дорогие родители! Я рада всех Вас видеть сегодня в таком замечательном расположении духа. Я верю, что данный семинар подарит ценные знания и положительные эмоции.

Хотелось бы начать с вопроса. Как вы думаете, какой он – современный ребенок? (*Ответы родителей*).

Да, сейчас эпоха гаджетов, детей все меньше интересует окружающая действительность; да, в какой-то мере дети меньше подчиняются установленным

правилам, им сложнее себя вести так, как нам бы хотелось. Бывают плаксивые, взрывные, импульсивные, агрессивные, застенчивые, хитрые... но все же они дети и у них кроме нас нет никого.

Могущественный взрослый, который рука об руку идет вместе с ребенком познавать этот огромный мир... Но и взрослый, не всегда просто идет, иногда ведет, подталкивает, тащит, несет в этот мир, в который ребенок может и не стремился... Но мы то хотим...

Упражнение «Карлик и Великан»

Ход упражнения: Приглашаются 2 взрослых: один из взрослых встает на стул - Великан, другой садиться на корточки - Карлик. Диктуются условия взаимодействия: Жил-был большой Великан и у него был маленький красивый и самый любимый Карлик, но к сожалению Карлик очень любил кушать на белом и пушистом ковре, оставляя там горы крошек, его это радовало, а вот большого Великана это постоянно очень расстраивало. Великану необходимо уговорить Карлика, не мусорить на его любимом ковре.

Вопросы участникам: Испытывал ли трудности Великан при выполнении инструкции? Захотелось ли Карлику послушать Великана?

Сложно ли было находиться в роли Великана? Карлика? Комфортно ли находиться в позиции взаимоотношений «сверху-вниз», «снизу-вверх»?

Вопросы зрителям: Как можно было подступить к Карлику? Чьи в нашей жизни отражает эта ситуация?

Совершенно верно, так, чаще всего мы взаимодействуем со своими детьми, иногда это выходит, иногда не совсем получается.

Поэтому в ваших группах были пополнены информационные уголки письмом-пожеланием «письмо Ребенка к взрослому» о том, как бы дети желали, чтобы родители себя вели по отношению к ним. Рекомендую ознакомиться.

Памятка родителям от ребенка

- 1) Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
- 2) Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Отыграюсь на вас за это, став «плаксою» и «нытиком».
- 3) Не делайте для меня того, что я в состоянии сделать сам.
- 4) Не давайте обещаний, которых вы не сможете выполнить – это разуверит меня в вас.
- 5) Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня! Если вы будите это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
- 6) Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение четности сравняться с вами.
- 7) Если вы мне говорите, что любите меня, а потом просите что-то сделать для вас, я думаю, что нахожусь на рынке. Но тогда я с вами буду торговаться и, поверьте, я окажусь с прибылью.
- 8) Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех. Я имею право делать ошибки, исправлять их и извлекать из них урок. Но если вы будите меня убеждать, что я ни на что не годен, то в будущем я вообще буду бояться что-то делать, даже зная, что это правильно.
- 9) Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух приглушается в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится на много слабее. Будем нормально, если вы предпримите определенные шаги и поговорите со мной позже.
- 10) Я чувствую, когда вам трудно и тяжело. Не прячьтесь от меня. Дайте мне возможность пережить это вместе с вами. Когда вы доверяете мне – я буду доверять вам.
- 11) Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я стану вашим другом. Запомните, что я учусь больше подражая примерам, а не подвергаясь крышечке.



Памятка родителям от ребенка

- 1) Не бойтесь быть твердым со мной. Я предпочитаю именно такой подход. Это позволяет мне определить свое место.
- 2) Не заставляйте меня чувствовать себя младше, чем я есть на самом деле. Отыграюсь на вас за это, став «плаксою» и «нытиком».
- 3) Не делайте для меня того, что я в состоянии сделать сам.
- 4) Не давайте обещаний, которых вы не сможете выполнить – это разуверит меня в вас.
- 5) Не придирайтесь ко мне и не ворчите на меня! Если вы будите это делать, я буду вынужден защищаться, притворяясь глухим.
- 6) Никогда даже не намекайте, что вы совершенны и непогрешимы. Это дает мне ощущение четности сравняться с вами.
- 7) Если вы мне говорите, что любите меня, а потом просите что-то сделать для вас, я думаю, что нахожусь на рынке. Но тогда я с вами буду торговаться и, поверьте, я окажусь с прибылью.
- 8) Не заставляйте меня чувствовать, что мои поступки – смертный грех. Я имею право делать ошибки, исправлять их и извлекать из них урок. Но если вы будите меня убеждать, что я ни на что не годен, то в будущем я вообще буду бояться что-то

делать, даже зная, что это правильно.

9) Не пытайтесь обсуждать мое поведение в самый разгар конфликта. По некоторым объективным причинам мой слух притупляется в это время, а мое желание сотрудничать с вами становится на много слабее. Будет нормально, если вы предпримите определенные шаги и поговорите со мной позже.

10) Я чувствую, когда вам трудно и тяжело. Не прячьтесь от меня. Дайте мне возможность пережить это вместе с вами. Когда вы доверяете мне – я буду доверять вам.

11) Относитесь ко мне так же, как вы относитесь к своим друзьям. Тогда я стану вашим другом. Запомните, что я учусь больше подражая примерам, а не подвергаясь критике.

2 часть. Теоретическая.

Давайте поговорим о роли общения в жизни ребенка

Особенно велика роль общения в детстве. Для маленького ребенка его общение с другими людьми – это не только источник разнообразных переживаний, но и главное условие формирования его личности, его человеческого развития. Общение с близкими взрослыми – это не только условие, помогающее детям нормально жить и расти, это главный источник, двигатель психического развития. Опыт первых отношений с другими людьми является фундаментом для дальнейшего развития личности ребенка. Этот первый опыт во многом определяет особенности самосознания человека, его отношение к миру, поведение среди людей и самочувствие.

Мы с Вами прекрасно понимаем, что играем важную роль в социализации наших детей: даем им важные установки, комментируем плохое поведение, ругаем, наказываем, но дети все равно ведут себя так, как нам не хочется. Здесь важно понять, что именно в общении нужно изменить, чтобы сделать его продуктивным.

На первую ступень выходит **безусловное принятие ребенка**.

1. Ищите подход к ребенку. Сначала поймите, что ждете от него вы, а затем объедините это с возможностями ребенка. Возможно, ребенок обладает определенным типом восприятия информации, плохо воспринимая ее на слух, или ему трудно усвоить большой текст сразу – ему требуются пошаговые инструкции. Постоянно учитывайте его особенности.

2. Говорите с ребенком на одном языке. Ребенок что-то не понимает, потому что ему плохо объясняют. Учитесь говорить с детьми на их языке.

3. Наблюдайте за ребенком. Люди часто говорят не то, что думают, и скрывают эмоции. Это относится и к детям. Детям трудно скрыть свои эмоции, и при наблюдении становится очевидным, что нравится ребенку, что вызывает у него негатив, а что откровенно ранит.

4. Откажитесь от нереальных задач. Нужно ли мучить ребенка музыкальными занятиями, если у него нет слуха? Ответ очевиден. Это правило должно соблюдаться во всех сферах деятельности. Откажитесь от собственных идей и ожиданий. Важно то, что может ваш ребенок, а не то, что ждете вы.

5. Воспитание не имеет временных ограничений. Воспитание не заключается в нотациях. Воспитательный процесс протекает постоянно – даже тогда, когда ребенка нет рядом. Дети имеют свойство меняться. С возрастом меняются характер, внешность, интересы и склонности ребенка. Учитывайте эти изменения в процессе воспитания.

6. Устанавливайте для ребенка личные границы. Безусловное принятие не означает вседозволенности. Не отказывайтесь от требований к своим детям. Ребенок должен понимать границы своей дозволенности.

Стоит отметить, что не всегда мы находимся в ресурсе, чтобы принять поведение нашего чада. На этом этапе очень важно отследить своё состояние и принять те эмоции, которые вы испытываете. Каждому необходимо подобрать лично для себя

способ выплеска этой энергии: кому то подойдут дыхательные упражнения, кому-то необходимо что-то прокричать, порвать бумагу, побить подушку, кому-то нужно просто поплакать. Есть много различных способов и их необходимо пробовать... Только потом, когда вы снова почувствуете землю под ногами и осознаете, что Вы это снова Вы, вы сможете конструктивно разрешить проблему, связанную с поведением вашего ребенка. Может быть, оно и не было таким ужасным, как вам казалось до этого...

Упражнение «Воздушный шарик»

Ход упражнения: Участники принимают удобную позу, закрывают глаза, дышат глубоко и ровно. «Сейчас мы будем учиться расслабляться с помощью дыхания. Представьте себе, что в животе у вас воздушный шарик. Вы вдыхаете медленно, глубоко-глубоко, и чувствуете, как он надувается... Вот он стал большим и легким. Когда вы почувствуете, что не можете больше его надуть, задержите дыхание, не спеша сочитайте про себя до пяти, после чего медленно и спокойно выдыхайте. Шарик сдувается... А потом-«сдувается вновь... Сделайте так пять-шесть раз, потом медленно откройте глаза и спокойно посидите одну-две минуты».

Упражнение «Лимон»

Ход упражнения: Сядьте удобно: руки свободно положите на колени (ладонями вверх), плечи и голова опущены, глаза закрыты. Мысленно представьте себе, что у вас в правой руке лежит лимон. Начинайте медленно его сжимать до тех пор, пока не почувствуете, что «выжали» весь сок. Расслабьтесь. Запомните свои ощущения. Теперь представьте себе, что лимон находится в левой руке. Повторите упражнение. Вновь расслабьтесь и запомните свои ощущения. Затем выполните упражнение одновременно двумя руками. Расслабьтесь. Насладитесь состоянием покоя. Обсуждение: Участников просят поделиться ощущениями, возникшими в процессе выполнения упражнений, и самонаблюдениями, как по его ходу менялось их состояние.

Приемы активного слушания.

Причины трудностей ребенка часто бывают скрыты в сфере его чувств. Тогда практическими действиями – показать, научить, направить – ему не поможешь. В таких случаях лучше всего... ребенка послушать. Правда, иначе, чем мы привыкли. Психологи нашли и очень подробно описали способ «активного слушания». Что же это значит – активно слушать ребенка?

Активно слушать ребенка – значит «возвращать» ему в беседе то, что он вам рассказал, при этом обозначив его чувство.

Некоторые важные особенности и дополнительные правила беседы по способу активного слушания

1. Если вы хотите послушать ребенка, обязательно повернитесь к нему лицом. Очень важно также, чтобы его и ваши глаза находились на одном уровне. Если ребенок маленький, присядьте к нему, возьмите его на руки или на колени, можно слегка привлечь ребенка к себе, подойти или придвинуть свой стул к нему ближе. Избегайте общаться с ребенком, находясь в другой комнате, повернувшись лицом к плите или к раковине с посудой, смотря телевизор, читая газету, сидя, откинувшись на спинку кресла или лежа на диване. Ваше положение по отношению к нему и ваша поза – первые и самые сильные сигналы о том, насколько вы готовы его слушать и услышать. Будьте очень внимательны к этим сигналам, которые хорошо «читает» ребенок любого возраста, даже не отдавая себе сознательного отчета в том.

2. Во-вторых, если вы разговариваете с расстроенным ребенком, не следует задавать ему вопросы. Желательно, чтобы ваши ответы звучали в утвердительной форме.

3. Очень важно в беседе «держать паузу». После каждой вашей реплики лучше всего помолчать. Помните, что это время принадлежит ребенку, не забивайте его своими соображениями и замечаниями. Пауза помогает ребенку разобраться в своем переживании и одновременно полнее почувствовать, что вы рядом. Узнать о том, что ребенок еще не готов услышать вашу реплику, можно по его внешнему виду. Если его глаза смотрят не на вас, а в сторону, «внутри» или вдаль, то продолжайте молчать – у ребенка происходит сейчас очень важная и нужная внутренняя работа.

4. В вашем ответе также иногда полезно повторить, что именно, как вы поняли, случилось с ребенком, а потом обозначить его чувство.

Обсуждение примерного кодекса общения с ребенком.

1. Всегда стремиться интересоваться жизнью ребенка.
2. Стараться чувствовать эмоциональное состояние ребенка.
3. Находить возможность каждый раз говорить малышу что-то положительное (искренне).
4. Давать возможность прожить те эмоции, которые испытывает ребенок.
5. Стараться быть эмоционально уравновешенным при общении с ребенком (даже, если он в плохом расположении духа).

Вопросы для обсуждения:

1. Согласны ли Вы с данными тезисами?
2. В каких случаях Вы испытываете затруднения?
3. Какие качества, как Вы думаете, необходимо развивать в себе современным родителям?

3 часть. Практическая

Слово педагога-психолога: Родитель несет ответственность за содержание своей речи, за последствия сказанного. Речь может способствовать продуктивному общению или наоборот, препятствовать ему. Чтобы Ваша обращенная речь воздействовала на ребенка необходимо, прежде всего, выбрать тональность, соответствующую тактике общения. Согласно одному из течений в психологии, в каждом человеке есть три «Я»: РОДИТЕЛЬ, ВЗРОСЛЫЙ, РЕБЕНОК. В общении мы часто используем все роли, хотя одна из них более диалогична... Как Вы думаете, какая? Да совершенно верно, это позиция ВЗРОСЛОГО.

Упражнение «Три «Я».

Ход упражнения: Сейчас, каждому из Вас я раздам таблицу с характеристиками данных «Я». Давайте рассмотрим её.

Типы позиций и их характеристики

[Скачать эту работу](#)

Так же на обратной стороне напечатанные различные тезисы, давай вместе определим к какой позиции «Я» они относятся и в какой ситуации имеют место быть. Я тоже много всего хочу...

Вот сколько раз можно говорить...

Маленьким детям нельзя...

Нет, я не могу, пусть папа (мама) поможет...

Я всегда тебя поддержу...

А вот Петя никогда себя так не ведет...

По-моему мнению в этой ситуации ...).

Упражнение «Искусство общения»

Ход упражнения: На группу даются несколько карточек с примерными ситуациями. Участнику, которому попала карта, необходимо прочитать её и подготовить комментарий о том, как можно выйти из сложившихся обстоятельств. Другие участники могут дополнять ответ выступающего собственными комментариями.

Ситуации:

1. Мама сидит в парке на скамейке, к ней подбегает ее малыш в слезах: «Он забрал мою машинку!».

2. Сын возвращаясь из детского сада говорит: «Больше я туда не пойду!».

3. Дочь собирается гулять; мама напоминает, что надо одеться потеплее, но дочка капризничает: она отказывается надевать «эту уродскую шапку».

Слово педагога-психолога: Задумывались ли Вы когда-нибудь, что некоторые наши требования к детям выглядят нелепо, если употребить их по отношению к нам - взрослым? Мы стремимся сделать как лучше для наших детей, но при этом забываем об их внутреннем мире, их переживаниях, их личных границах.

Просмотр короткометражного ролика «Что если дети будут вести себя так же, как взрослые?»

Обсуждение.

Какие чувства Вы испытали при просмотре данного ролика?

Как Вы думаете, как чувствует себя ребенок в момент наших комментариев?

Можно ли применить другие методы воздействия в данных ситуациях?

Упражнение «Формула на сегодня» Д. Карнеги.

Ход упражнения: Педагог-психолог показывает карточки, а родители должны читать с них текст. Фразу «Именно сегодня» повторяют все вместе.

1. Именно сегодня!

Я постараюсь приспособиться к той жизни, которая меня окружает.

2. Именно сегодня!

Я позабочусь о своём организме.

3. Именно сегодня!

Я постараюсь уделить внимание развитию своего ума.

4. Именно сегодня!

Я ко всему буду доброжелательно настроен.

5. Именно сегодня!

Я намечу программу своих дел.

6. Именно сегодня!

Я буду любить и верить, что те, кого я люблю, любят меня. Итак, ваш лучший день сегодня!

Рефлексия.

Какими Вы сейчас уходите?

Была ли данная информация Вам полезна?

Будите ли пробовать применять это в своей жизни?