

Пояснительная записка

Одной из главных задач психолога в дошкольном учреждении является оптимизация отношений между родителями и детьми. Это связано с тем, что личностное, психологическое и общее развитие ребёнка во многом зависит от атмосферы в семье. Эмоциональный мир дошкольника богат и разнообразен. Ребёнок тонко чувствует всё, что происходит вокруг, и его переживания тесно связаны с отношениями с близкими людьми. Поэтому родителям важно уметь разговаривать с детьми, понимать их жесты и эмоции, терпеливо и доступно объяснять суть происходящих событий, значения слов и поступков.

Отношение родителей к детям может зависеть от их понимания процесса воспитания. Привязанность к родителям играет ключевую роль в эмоциональном развитии ребёнка и его взаимодействии с окружающим миром. Некоторые матери, особенно тревожные или властные по характеру, могут чрезмерно привязывать детей к себе, создавая искусственную зависимость от своего настроения. Это может привести к формированию у ребёнка неуверенности в себе и своих силах, особенно в новых ситуациях общения, требующих быстрого принятия решений.

С другой стороны, недостаток эмоциональной заботы со стороны родителей также может негативно сказаться на развитии ребёнка. Часто детей слишком рано отдают в ясли, поручают уход за ними няням, бабушкам, дедушкам или другим родственникам.

Не каждая семья имеет положительный опыт воспитания, и именно неумение родителей создать благоприятную атмосферу для развития и психологического комфорта ребёнка может стать причиной трудностей во взаимоотношениях между родителями и детьми.

Цель программы: гармонизация детско-родительских отношений.

Основные задачи программы:

установление и развитие отношений партнерства и сотрудничества родителей с ребенком;

вооружение родителей знаниями о развитии личности ребенка, о его возрастных особенностях;

повышение уровня педагогической культуры родителей.

Концептуальная основа: идея сотрудничества взрослого с ребенком.

Форма занятий: тренинг, занятия

Методы: игровые методы, беседа, лекция, групповые обсуждения, элементы арт-терапии, коммуникативные игры, релаксационные техники, телесно-ориентированные упражнения, психодрама, психосинтез.

Категория: родители, дети (5-7 лет).

Количество участников: 1 группа – 8 человек

Время проведения: 1,5-2 часа.

Программа состоит из двух частей:

первая часть программы включает 9 встреч, которые направлены на формирование у родителей понимания развития личности ребёнка, основных целей детского поведения, вопросов воспитания, конфликтов, самооценки и других аспектов;

вторая часть программы состоит из 3 встреч и нацелена на практическое применение полученных знаний и навыков. Родители получают возможность отработать новые подходы к взаимодействию со своими детьми на специальных занятиях.

Ожидаемые результаты: отношения между родителями и детьми станут более партнёрскими и основанными на сотрудничестве. Родители начнут более осознанно и ответственно подходить к своим обязанностям.

I часть			
№ занятия	Название темы	Содержание	Задачи
1	Знакомство	Оформление бэйджей 1. Упражнение «Самопрезентация» 2. Разминка 3. Упражнение «Ребенок внутри нас» 4. Осознание родительских установок (беседа) 5. Игровое упражнение «Родительские установки». 6. Игра «Пойми меня» 7. Про безусловное принятие 8. Телесно-ориентированное упражнение «Мойка» 9. Упражнение «Я хороший родитель, потому что...». 10. Рефлексия	знакомство участников друг с другом и с правилами групповой работы; -осознание родительских установок, дифференциация их на «мешающие» и «помогающие» в процессе взаимодействия с ребенком.
2	Основные цели детского поведения	1. Разминка «Я думаю, что в детстве ты был(-а)...» 2. Упражнение «Скульптур» 3. Беседа про психологические механизмы «подавления» чувств 4. Упражнение «Принятие наших чувств». Обсуждение. 5. Психодраматическое упражнение «Ребенок-родители». Обсуждение 6. Рефлексия. Поддержка. 7. Домашнее задание.	-обучение навыкам активного слушания; -осознание неэффективных паттернов реагирования в ситуации, когда ребенок преследует «ошибочную цель»
3	Воспитание детей	1. Обсуждение домашнего задания. 2. Упражнение «Поймай меня» 3. Беседа про психологические механизмы сопротивления 4. Лекция «Основные этапы развития личности ребенка». Дискуссия. 5. Ролевая игра «Лишение ребенка трона» 5. Погружение в эго-состояние 6. Арт-упражнение. Обсуждение 7. Рефлексия. Поддержка. 8. Домашнее задание.	знакомство с содержанием и условиями благоприятного прохождения основных этапов формирования личности; -осознание своих невербальных и вербальных проявлений эго-состояния «Родитель-свинья»

4	Дисциплина	<ol style="list-style-type: none"> 1. Шейринг 2. Упражнение «Я хороший родитель, потому...» 3. Погружение в детство 4. Упражнение «Дисциплина». Обсуждение 5. Психодраматическое упражнение «Дисциплина». Обсуждение 6. Рефлексия. Поддержка 7. Домашнее задание 	<ul style="list-style-type: none"> - осознание психотравмирующего влияния физического и эмоционального насилия на формирование личности ребенка; - обучение навыку применения принципов логических последствий, предоставления выбора для установления границ дозволенного поведения.
5	Самооценка детей	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение домашнего задания. 2. Психогимнастическое упражнение 3. Беседа про самоуважение 4. «Мозговой штурм» 5. Психодраматическое упражнение «Дети-родители». Обсуждение 6. Упражнение «Похвала» 7. Рефлексия. Поддержка. 8. Домашнее задание 	<ul style="list-style-type: none"> - знакомство с концепцией эффективного и неэффективного одобрения, понятием неформального общения; - обучение навыкам поддержки, закрепление навыков активного слушания; - осознание роли ребенка в семейной структуре.
6	Перенаправление контроля	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение домашнего задания. 2. Телесно-ориентированное упражнение «Сканер» 3. Введение в тему 4. Упражнение «Я хочу или я должен?» 5. Упражнение «Куча» 6. Упражнение «Передай контроль» 7. Рефлексия. Поддержка. 8. Домашнее задание. 	<ul style="list-style-type: none"> осознание неэффективных самодолженствований родителей; - обучение методике передачи ребенку ответственности за свою жизнь.
7	Права родителя	<ol style="list-style-type: none"> 1. Обсуждение домашнего задания. 2. Упражнение «Парное приседание» 3. «О ком я забочусь» 4. Упражнение «Весы» 	<ul style="list-style-type: none"> знакомство с понятием психологических прав личности; - осознание необходимости

		<p>5. Командная игра «Мозговой штурм» 6. Упражнение из психосинтеза «Ребенок внутри меня» 7. Упражнение «Лавина» 8. Рефлексия. Поддержка 9. Домашнее задание</p>	<p>установления равноправных взаимоотношений с ребенком; - овладение навыком использования «Я-высказываний» для решения проблем, непосредственно касающихся жизни родителя.</p>
8	Конфликты и способы выхода из них	<p>1. Обсуждение домашнего задания. 2. Психогимнатическое упражнение 3. Лекция «Отрицательное внимание». Обсуждение 4. Психодраматическое упражнение «Конфликт!» 6. Дискуссия 7. Рефлексия. Поддержка 8. Домашнее задание</p>	<p>- знакомство с понятием «отрицательного внимания»; - осознание своих типичных реакций в конфликтных ситуациях; - обучение конструктивному решению конфликтов.</p>
9	Подведение итогов	<p>1. Шейринг 2. «Социометрия группы» 3. Психодраматическое упражнение на проигрывание актуальных ситуаций. Обсуждение. 4. Рефлексия. 5. Обратная связь</p>	<p>отработка комплексного применения опыта, полученного в тренинге, для решения конкретных педагогических задач; - подведение итогов работы группы, осознание позитивных изменений в сфере детско-родительских взаимоотношений.</p>
II часть			

10	Практикум. Занятия с детьми длительность – не более 40 минут	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Психогимнастическое упражнение «Мой ребенок» 3. Игра «Директор радио» 4. Игра «Угадай по голосу» 5. Игра «Угадай на ощупь» 6. Игра «Художник» 7. Упражнение «Почувствуй тело» 8. Рефлексия. 	<p style="text-align: center;">установление положительного эмоционального и телесного контакта между детьми и их родителями; проживание нового опыта взаимодействия; знакомство с играми.</p>
11	Практикум. Занятия с детьми длительность – не более 40 минут	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Психогимнастическое упражнение 3. Упражнение «Спина к спине» 4. Упражнение «Лодочка» 5. Упражнение «Раскачивание спиной» 6. Упражнение рисунок 7. Рефлексия 	
12	Практикум. Занятия с детьми длительность – не более 40 минут	<ol style="list-style-type: none"> 1. Приветствие 2. Психогимнастическое упражнение 3. Игра «Мама с детенышем» 4. Упражнение «Театр прикосновений» 5. Упражнение «Удержи равновесие» 6. Игра «Слепой и повадырь» 7. Игра «Тряпичная кукла» 8. Рефлексия 	