Дошкільний навчальний заклад ( ясла- садок) №1 «Дзвіночок»

комунальної власності Сарненської міської ради

***Брейнстормінг***

***«Життя в позитиві»***

***з елементами тренінгу для батьків***

***на тему:***

***«Розуміння шляхів виховання дитини, як умова формування конструктивного діалогу в родині»***



Підготувала і провела

практичний психолог :

**Козій І.В.**

2020р

**Мета тренінгу:** сприяти становленню батьківської компетентності шляхом усвідомлення і осмислення механізмів діалогічного спілкування та формування вмінь і навичок конструктивної взаємодії з дітьми у сім’ї.

**Час проведення:** 1 год. 45 хв.

**Завдання:**

* Сприяти усвідомленню основних засад психічного розвитку дитини.
* Сприяти критичному осмисленню стійких стереотипних установок у сімейному вихованні.
* Розширити і збагатити знання щодо ролі емоційної сфери у становленні особистості дитини та відпрацювати навички емпатійного реагування на дитячу поведінку.
* Розвивати вміння будувати діалогічну взаємодію при вирішенні проблемних сімейних ситуацій.
* Виховувати педагогічну компетентність батьків.

**Зміст тренінгу**

(Ведуча вітає учасників, представляє себе, як тренера сьогоднішнього тренінгу.)

**1. Вправа «Знайомство»**

Мета: познайомити учасників між собою, налаштувати на активну участь.

Час:10 хв.

Психолог. Доброго дня і здоров'я вам бажаю! Сьогодні ми з вами поспілкуємося в тісному, родинному колі, адже дитячий сад - це одна велика, дружна сім'я. Але спочатку нам потрібно познайомитися ближче. Зробимо це за допомогою презентації.

Перед вами на столах є аркуші паперу, кольорові олівці. Ваше завдання - за 5 хвилин створити малюнок своєї сім`ї. Після виконання учасникам необхідно розповісти про свою родину, традиції, які в ній панують.

**2. Вправа "Правила роботи в групі"**

Мета: акцентувати увагу учасників на дотриманні правил роботи у групі.

Час: 5 хв.

Тренер знайомить учасників з загальними правилами групової роботи та акцентує увагу на необхідності їх дотримання вроботі тренінгової групи. Психолог зачитує кожне правило (якщо група додає чи знімає певні правила, то тренер відображає це на плакаті):

• "тут і тепер";

• відкриті новим враженням;

• приймаємо іншого, як себе;

• нікого не критикуємо;

• бути чесним із самим собою;

• підтримуємо один одного;

• не обговорюємо поза групою те, що відбувається в ній.

**3. Вправа "Очікування"**

Мета: визначити сподівання та очікування учасників від роботи в групі.

Час: 10 хв.

Обладнання: прикріплений плакат із зображенням хлопчика і дівчинки, які стоять на галявині.Учасникам роздають стікери, вирізані у формі квіточок і психолог просить написати на них свої очікування, прочитати і приклеїти на плакаті.

**4. Міні-лекція „Три шляхи у вихованні ”.**

Мета: ознайомити учасників з різними підходами у сімейному вихованні.

Час: 15 хв.

**МІНІ-ЛЕКЦІЯ „ТРИ ШЛЯХИ У ВИХОВАННІ”**

Батькиувсьомусвіті, виховуючисвоїхдітей, можутьітиоднимзтрьохшляхів: влади, поступливостіабодіалогу. Ось коротка характеристика цих шляхів.

**«ВЛАДА»**

Цей шлях опирається на переконання дорослого, що батьки завжди краще знають і мають рацію, демонструють дитині, хто головний. Дитина повинна підкорятися їхній волі, найкраще без дискусії. Батьки найчастіше виступають у ролі контролера, екзекутора, судді, володаря, поліцейського, а іноді й ката. Такий образ батьків викликає у дитини почуття страху, злості, гніву, жалю, несправедливості, кривди, приниження, сорому. У дитини з’являється переконання, що батьки її не розуміють, можливо, не люблять.

У поведінці дитини може з’явитися опір, брехня, покора, агресія, ворожість, бунт або лицемірство. Дитина може думати: „ніхто не прислухається до моєї думки, а, значить, мої думки дурні та нічого не варті. Я ні на що не здатна, якщо мене треба постійно контролювати, слідкувати за мною, перевіряти. Тільки батьки знають, що добре для мене.”

Можливінаслідкидлядитини – відсутністьбажаннязмінюватися, залежністьвіддумкитаоцінокінших, нездатністьтворчомислити, самостійновирішуватипроблеми, заниженасамооцінка, відсутністьвіриувласніможливості. Можливі наслідки для батьків – почуття безсилля, нездатності вплинути на ситуацію, що посилюють незадоволення дитиною та собою як батьками. Наслідки для родини – холодність, неприязнь, емоційна відчуженість, ворожість, конфлікти. Родина перетворюється на поле битви.

**«ПОСТУПЛИВІСТЬ»**

На цьому шляху батьки заради „святого спокою” поступаються дитині, хоча це суперечить їхнім відчуттям і потребам. Вони підкоряються волі дитини, щоб уникнути конфронтації. Постать батьків поступлива, але наелектризована злістю, роздратуванням щодо „самолюбивої, сповненої бажань і претензій” дитини.

Дитина почувається у виграші - „Я перемогла”. Це породжує змішані почуття: тріумф, почуття провини, невпевненість, викликані відсутністю опору з боку дорослого. Вона може думати: „Всі повинні мені підкорятися”, „Найважливіші мої почуття і потреби”, „Батьки все зроблять заради мене, варто тільки бути впертою”. Свою волю дитина диктує за допомогою крику, плачу, шантажу, тиску.

Можливі наслідки для дитини – відсутність почуття безпеки через своєрідну зміну ролей – батьки виявляються „слабкими”, а дитина „сильною”. У дитини може розвинутися імпульсивний спосіб реагування, егоїзм, нездатність підпорядковуватися авторитетові, суспільним та етичним нормам, а також працювати в колективі (виникають проблеми в садочку, школі, з ровесниками).

Можливі наслідки для батьків – неприязнь до дитини, безсилля, незадоволення собою як батьками, незадоволення з приводу постійних поступок дитині всупереч своїм потребам та почуттям. Наслідки для родини – відчуженість, холодність, неприязнь (батьки не можуть витримувати поведінку своєї дитини, їм не подобається бути з нею).

**«ДІАЛОГ»**

На шляху діалогу батьки передають дитині важливі для них цінності, враховуючи почуття та потреби дитини, а в ситуації конфлікту шукають спільне рішення, яке б задовольняло всіх зацікавлених. Батьки поважають почуття, потреби та думки дитини. Допомагають дитині розкривати свої можливості, сприяють ставленню її адекватної самооцінки. Також батьки поважають свої потреби та почуття, можуть твердо сказати „ні”, коли ситуація вимагає цього. Тому дитина може бути задоволена сама собою, відчувати повагу до власної думки та думки батьків (вчителів, інших людей), мати високе почуття власної вартості та відповідальності за свої вчинки. Дитина може думати: „Я можу сама приймати рішення, я можу бути відповідальною, я здатна багато на що і хочу спробувати свої сили, а якщо в мене не вийде, - спробую ще раз”.

Можливі наслідки для дитини – бажання співпрацювати з батьками, їй подобається бути з ними. У дитини розвивається впевненість у собі, повага до потреб і почуттів інших. Можливі наслідки для батьків – задоволення собою як батьками, почуття близькості, радість від перебування разом з дитиною, приязні стосунки з нею. Можливість виразити своє незадоволення (гнів, розчарування, злість), не ображаючи дитину. Наслідки для родини – менше конфліктів, бо вони вирішуються вчасно і за допомогою діалогу. Дитина вчиться самостійності та відповідальності. Розвивається конструктивні діалогічні стосунки між батьками та дітьми, формуються міцні емоційні зв’язки та вміння виявляти взаємну турботу та повагу.

Тож любімо, цінуймо своїх дітей. Поки є час, поки все можна змінити!

**5. Рольова гра „Застосування трьох шляхів у вихованні”**

Мета: проаналізувати різні виховні підходи батьків стосовно дитини, сприяти розумінню необхідності використання діалогу у сімейному вихованні.

Час: 20 хв.

Обладнання : фігурки з кольорового паперу у відповідності до кількості учасників – зірочки, сонечка, квіточки для об’єднання в групи; картки з написами „Влада”, „Поступливість”, „Діалог”.

**Хід проведення**

За допомогою кольорових фігурок тренер об’єднує учасників у три групи, кожна з яких вибирає картку з надписом „Влада”, „Поступливість”, „Діалог”.

Завдання: у відповідності з написом на картці придумати проблемну ситуацію у сім’ї та за допомогою рольової гри продемонструвати її. Час на підготовку – 20 хв.

Кожна група по черзі розігрує проблемну ситуацію в сім’ї, де батьки застосовують певний виховний підхід: „Влада”, „Поступливість”, „Діалог”.

Учасники вгадують, який це був підхід і чому саме вони так вважають. Таким чином, учасники краще усвідомлюють отриману інформацію, розуміють особливості кожного виховного підходу, його недоліки та переваги.

**6. Психогімнастика:**

Потрібно виконувати вказівки котрі записані на аркуші паперу, кожна зміна вказівки супроводжується під музику, коли гратиме інша мелодія переходимо до наступного завдання , виконуємо поступово та активно:

Сядь зручно і розслабся,

Завдання виконать старайся,

Пластилін в руки бери,

Ніби бісером плети.

Візьми в руки олівці,

Намалюй спіральку.

Встань, покрутись

І назад повернись.

Під стільчиком своїм

Ти візьми цукерку.

Їсти її не спіши,

А в сторону відклади.

А ось там на столі,

Ти записочку знайди,

Виконай цю дію,

Ти справишся я вірю!

Ну, що скажу я стоп!

Але якщо зможеш, на кінець затанцюй хіп-хоп!

Скажи: раз, два, три,

Я виходжу з гри!

Гра ще хвилиночку триває,

На тебе цукерочка чекає.

Смачного!

**7. Метафора „Річка та береги”**

Мета: на емоційно-смисловому рівні допомогти учасникам усвідомити роль батьківського впливу на становлення особистості дитини.

Час: 5 хв.

Хід проведення

Тренер розповідає метафору.

„Мені подобається порівнювати дитину з водою. Це річка весела та стрімка, бурхлива, або ж глибока та повільна. Вона пливе собі, куди їй заманеться, рухається вільно та невимушено. Але рух кожної річки визначає її русло, ті береги, яких ми називаємо “батьками”. Вони, завжди ніби попереду, визначають основне спрямування її руху. Якщо батьки знають, як виховувати дитину, мають свої стійкі ціннісні настанови, розуміють, що є важливим для дитини, - то це береги міцні, надійні. Тоді і річка почувається захищеною та більш впевненою.

Де ви бачили такі береги, які б тиснули на річку чи змушували її плисти в інший бік? Річка пливе вільно у відповідності до своєї природи, але береги дещо скеровують її рух. Річка, яка не має берегів розтікається, поступово перетворюючись на болото. Так і дитина, яка не відчуває підтримки, розумного контролю з боку батьків не має життєвих орієнтирів, чіткого самоусвідомлення своїх справжніх бажань та потреб. Тому часто потрапляє під чужий вплив або тиск оточення.

Діти наслідують своїх батьків, вони ніби віддзеркалюють їхню поведінку, манери спілкування, але, головне, – засвоюють саме ті цінності, ті головні життєві принципи, які сповідують батьки. Тому помиляються ті батьки, які впевнені, що дитина буде робити так, „як я говорю”. Насправді, ж вона буде робити так, „як я роблю”. Тому батькам важливо бути послідовними у думках, переконаннях та діях.”

**8. Соціальний відеоролик «Діти бачать – діти чують»**

**9. Творче завдання „ Спогади дитинства”**

Мета: сприяти актуалізації дитячого досвіду батьків для усвідомлення і розуміння проблем, які зараз переживає дитина.

Час: 15 хв.

Хід проведення

І етап. Тренер пропонує учасникам озирнутися на своє минуле і пригадати своє дитинство у віці, в якому зараз їхня дитина.

Завдання:

1.Пригадайте себе у віці Вашої дитини.

2. Що для Вас було важливим?

3.Яким був Ваш характер, особливості поведінки?

4.Повертаючись у сьогодення, пригадайте ті вчинки Вашої дитини, які вам не подобаються і уявіть, як би Ви вчинили на її місці.

5.Спробуйте знайти в кожному з цих вчинків такі сторони, які можуть викликати у Вас розуміння чи навіть відчуття радості, задоволення.

6. Визначте в кожному конкретному випадку, що саме нагадує про Ваші вчинки в минулому.

7. Подумайте про те, як саме поведінкові прояви дитини відображають її індивідуальність та до чого вона прагне.

ІІ етап. Учасники розповідають про свої спостереження.

Тренер підсумовує: Не забувайте, що одна із переваг батьків – радіти приємним сюрпризам своєї дитини.

Бажання батьків дозволяти дитині робити те, *ЩО ВОНА ХОЧЕ,* і бути *КИМ ВОНА ХОЧЕ,* - і є, в кінцевому рахунку, проявом любові до неї.

Звичайно, батьки інколи прагнуть попередити неприємності у житті дитини, відгородити її від помилок, але у цьому випадку найбільшою помилкою батьків є позбавлення дитини досвіду та здатності самостійно пізнавати життя.

**10.Метафора „Лялечка - метелик”**

„Якщо ми будемо прискорювати розвиток лялечки, вона ніколи не перетвориться в метелика і може загинути. Перетворення метелика з лялечки повинно пройти усі стадії”.

**11. Тренувальна вправа „ Як звертатися до дитини”**

**(бочонок «особливості спілкування батьків та дітей»)**

Мета: розглянути особливості спілкування батьків та дітей і відпрацювати комунікативні вміння.

Обладнання : картки з фразами

Хід проведення

Тренер пропонує попрактикуватися взаємодіяти з дитиною на основі „правильних” і „неправильних” звернень. Учасник отримує 2 картки з різними зверненнями і повинен з різною інтонацією сказати фразу відповідно до ситуації.

**1. А.** Говорите з жахом: „Залиш! Не чіпай цей молоток! Це чоловіча справа!

**В.** Говорите спокійно та доброзичливо: „О! Я бачу, ти хочеш забити цей цвях. Подивись, молоток треба тримати так, а цвях отак…”

**2. А.** Дитина хоче допомогти Вам скласти пазли. Ви сердитеся, відкидаєте її руки і кажете: „Залиш! Ти їх зіпсуєш! Якщо ти знищиш пазли, я буду змушена за них заплатити!!! Іди робити уроки!”

**В.** Візьміть дитину за руку і скажіть рішучим тоном: „Мені важливо, щоб ти ретельно намилила руки, помила і витерла їх насухо! Потім прийдеш і ми разом складемо пазли. Руки повинні бути чистими, бо ми маємо віддати пазли в ідеальному стані.”

**3. А.** Говорите зі стурбованістю у голосі: „Почни, нарешті, вчити цей вірш. Ти ж знаєш, що ти слабша учениця і потребуєш більше часу на навчання!”

**В.** Скажіть з радістю у голосі: А пам’ятаєш, як у минулому році ти боялася того довгого вірша Тараса Шевченка, але ж вивчила на таку гарну оцінку! Мужності! Вивчиш і зараз!”

**4. А.** Кричите: „Перестань його бити! Ти поводишся, як бандит! Що з тебе виросте!”

**В.** Зловіть дитину за руку і скажіть рішучим тоном: „Мені не подобається, що ти його б’єш! Битися не можна! Скажи брату словами, чого ти хочеш. Я вірю, що ти зможеш захистити себе у гідний спосіб!”

**5. А.** Говорите жалісливим тоном: „Синочку, чому ти такий лінивий! Ти ж такий здібний. Якби ти не був таким лінивим, то міг би добре вчитися. Я справді не знаю, в кого ти такий вдався!”

**В.** Говорите рішуче, але доброзичливим і діловим тоном: „Синочку, ти досить розумний та здібний для того, щоб осягнути це! Я чекаю рішучих змін у школі”.

**6. А.** Говорите незадоволено та з гнівом до дитини, яка не хоче виступати на публіці: „Перестань боятися! Тут нічого боятися та соромитися! Ти вже велика, а поводишся, як мала дитина! Ну давай! Не бійся!”

**В.** Говорите спокійним голосом із розумінням: „Ти боїшся…? Ти напевно трохи засоромилась…? Розповідати вірш на публіці – це дуже складна справа навіть для справжніх акторів… Це називається хвилюванням. Але, напевно, ти скоро переможеш цей страх! Ти переконаєшся…”

Після програвання кожної пари учасники обговорюють, чому до дитини краще звертатися за допомогою одних фраз та чим інші звертання можуть їй нашкодити.

Самооцінка дитини завжди залежить від звернень до них дорослих, зокрема батьків. Часто батьки в родинах при звернені до дітей використовують принизливі слова (ярлики): невдаха, неохайний, неуважний…

Відомо, що при постійних таких звертаннях у майбутньому дитина до цього звикає і вважає себе такою, а це невпевненість в собі, зниження самооцінки.

**12.Творче завдання „Вірш про себе”**

Мета: розвивати позитивне ставлення досебе, почуття власної гідності.

Обладнання : бланки з незакінченими реченнями

Хід проведення:

Тренер роздає кожному учаснику його виконане домашнє завдання і просить зачитати „Вірш про себе”, продовжуючи перші його рядки.

**Вірш про себе**

Я, ніби пташка, тому що……………………………………………..

Я перетворююсь на тигра, коли…………………………………..

Я можу бути вітерцем, тому що…………………………………

Я, ніби мурашка, коли…………………………………………………..

Я склянка води……………………………………………………………..

Я почуваю, що я шматочок таючого льоду…………………..

Я – прекрасна квітка…………………………………………………….

Я почуваю, що я скала…………………………………………………..

Я – стежка…………………………………………………………………..

Я, ніби риба…………………………………………………………………..

Я – цікава книжка………………………………………………………….

Я – пісенька……………………………………………………………………

Я – миша………………………………………………………………………..

Я, ніби буква „О”………………………………………………………….

Я – світлячок…………………………………………………………………

Я відчуваю, що я смачний сніданок…………………………………

Невже це, насправді, Я!!!

**13.Історія для натхнення**

Мета: показати важливість батьківського часу для дитини та сприяти усвідомленню ролі батьківства на ціннісно-емоційному рівні.

Хід проведення

Тренер розповідає історію для натхнення:

„ Якось один чоловік повернувся пізно додому з роботи, як завжди втомлений і знервований та побачив, що на порозі його чекає п’ятирічний син.

Тату, можна в тебе щось спитати?

Звичайно, що сталося?

Тату, а яка в тебе зарплатня?

Це не твоя справа! — обурився батько. — І навіщо це тобі?

Будь ласка, ну скажи, скільки ти отримуєш за годину?

Ну, взагалі, 500. А що?

Тату, — син подивився на нього знизу вверх дуже серйозними очима.

- Тату, ти можеш мені позичити 300?

Ти запитував лише для того, щоб я дав тобі грошей на якусь дурну іграшку? – закричав той. — Негайно йди до себе в кімнату і лягай спати! Не можна ж бути таким егоїстом! Я працюю цілий день, страшенно втомлююсь, а ти себе так поводиш. Малюк тихо пішов до себе в кімнату і закрив за собою двері.

А його батько продовжував стояти на порозі та обурюватися проханням сина: „Та як він сміє питати мене про зарплатню, щоб потім попросити грошей?”

Згодом він заспокоївся і почав роздумувати: „Може йому й дійсно щось дуже важливе потрібно купити. Та грець з ними, з тими трьома сотнями, адже він у мене ще ні разу не просив грошей”.

Коли батько зайшов у дитячу кімнату, його син уже був у ліжку.

Ти не спиш, синку, — запитав батько.

Ні, тату, — відповів хлопчик.

Я, здається, тобі дуже грубо відповів, у мене був важкий день, просто зірвався. Пробач мені. Ось тримай гроші, які ти просив.

Хлопчик сів на ліжку та посміхнувся. Ой, тату, дякую! – радісно вигукнув він. Потім хлопчик заліз під подушку і дістав декілька зім’ятих банкнот. Його батько, побачивши, що в дитини вже є гроші, знову обурився. А малюк склав всі гроші разом, ретельно перерахував купюри і подивився на батька.

Навіщо ти в мене просив грошей, якщо вони в тебе вже є? – пробурмотів той.

Тому що в мене було недостатньо. Але тепер мені як раз вистачить, — відповів хлопчик. – Тату, тут рівно 500. Можна я куплю годину твого часу? Будь ласка, прийди завтра з роботи раніше. Я хочу, щоб ти повечеряв разом з нами”.

Я дякую Вам, я впевнена що після сьогоднішньої зустрічі остані слова ніколи не промовить ваша дитина.

**14.Вправа "Очікування"**

Мета: вияснити наскільки справдились очікування учасників заняття.

Повернімось до наших очікувань, якщо вони здійснились, формують букетик із квіточок для хлопчиків (батьки хлопчиків) та дівчатка (батьки дівчаток). Якщо очікування не справдилися, квіточки залишаються на галявині.

**Дякую всім за участь.**

**Рольова гра „Застосування трьох шляхів у вихованні”**

Мета: проаналізувати різні виховні підходи батьків стосовно дитини, сприяти розумінню необхідності використання діалогу у сімейному вихованні.

Час: 20 хв.

Обладнання : фігурки з кольорового паперу у відповідності до кількості учасників – зірочки, сонечка, метелики для об’єднання в групи; картки з написами „Влада”, „Поступливість”, „Діалог”.













