**Тренинг для родителей «Отношения с детьми»**

**Цель тренинга:**

Психолого – педагогическое просвещение родителей

**Задачи:**

1. Стимулировать размышление о семейных ценностях и обсуждение в семейном кругу их значимости.

2. Вызвать понимание уникальности семьи среди других союзов, чувство гордости от принадлежности к ней.

3. Создавать активную творческую атмосферу и позитивный настрой в группе.

**Ход занятия**

**УПРАЖНЕНИЕ 1**

Приветствие участников тренинга.

Принятие правил, по которым будет работать группа, которые нельзя нарушать в процессе всего занятия.

( Правила записываются на доске)

**УПРАЖНЕНИЕ 2.**

По кругу участники по очереди:

- Назовите свое имя и как хотите, чтобы вас называли в группе.

- Семейное положение, профессия, несколько слов о своем ребенке.

- Пожелания себе как родителю.

- Чего ожидаете от этого занятия?

**УПРАЖНЕНИЕ 3.**

Сейчас поиграем в ассоциации. Я подойду к каждому из вас и начну фразу, а вы постараетесь ее закончить. Отвечать надо быстро, первое, что пришло в голову:

- Это было давно, но я…

- Мой идеал ребёнка…

- Мне в моей жизни встречались…

- Была ситуация, когда я…

- Моя любовь к детям…

- Как здорово, что в моей жизни есть…

- Ребенок дал для меня…

Мне стыдно за то….

Вчера я сказала ребенку…

Всё таки прекрасно, что…

Какие чувства вызвало это упражнение? Участники делятся впечатлениями

**УПРАЖНЕНИЕ 4.** Релаксация.

Сейчас сядьте поудобнее, закройте глаза, расслабьтесь, слушайте меня и постарайтесь окунуться в ситуацию.

Представьте, что вам 5-6 лет и вы с мамой за руку идете на остановку автобуса. Вас переполняют эмоции, что вот- вот вы окажетесь в зоопарке, куда собирались съездить уже давно, и вот сегодня мама повезла вас туда. Вот подъехал автобус и вы с мамой сели на самые удобные места у окна. Вы смотрите в окно и видите там знакомые пейзажи, проезжаете мимо хорошо вам знакомых деревень. Вдруг вы видите на остановке знакомое лицо, всмотритесь в него внимательнее, кто это? Наконец то автобус останавливается, вы приехали в зоопарк! Вы соскакиваете с места и выбегаете на улицу, забыв про то, что нужно взять маму за руку. Опомнившись через несколько минут, вы начинаете лихорадочно оглядываться, но мамы рядом нет, вас охватывает паника, подступает леденящий ужас…

Откройте глаза и постарайтесь описать свои эмоции и ощущения.

**УПРАЖНЕНИЕ 5**. Снежинка

**УПРАЖНЕНИЕ 6.**

Знакомство с письмами детей родителям, обсуждение.

**УПРАЖНЕНИЕ 7.**

Письмо ребенку.

**УПРАЖНЕНИЕ 8.** Релаксация

«Храм тишины»

**УПРАЖНЕНИЕ 9.**

Стоя в кругу, держимся за руки.

- Какое впечатление от работы?

- Какие чувства возникают сейчас?

- Всем спасибо, до свидания!

Педагог психолог: Панфилова Т.А.