**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА № 1 «СКАЗКА»**

**352630 г. Белореченск, переулок Родниковый, 4**

**Тел.(861-55) 76-7-58**

**Апресян Елена Мартиковна**

**педагог-психолог МАДОУ Д/С1**

**План-конспект тренинга**

**«ФОРМИРОВАНИЕ**

**ПОЗИТИВНОГО НАСТРОЯ »**

**Вместо критики - признание успехов.**

**Цель:** Обучение родителей способам эффективного взаимодействия с детьми.

Изменение родительских позиций.

Гармонизация стиля воспитания.

Формировать у каждого участника навыки поддержки детей.

**Задачи:** Усиление способности родителей к пониманию их собственной семьи; признание прав ребенка, развивать способность участников тренинга видеть, понимать и активно использовать широкий и разнообразный спектр коммуникативных средств в общении со своим ребенком, формировать метод комплимента и похвалы в воспитании детей.

ВВЕДЕНИЕ В ТРЕНИНГ.

 Психолог приглашает родителей (8-10 участников) занять места на стульях, расположенных по кругу. Напоминает о групповых правилах и ритуалах (активность, добровольность, конфиденциальность, уважение к говорящему).

**Упражнение 1. «Приветствие**».

Участникам предлагается по очереди представиться : «Здравствуйте, меня зовут…..» и выбрать цвет своего настроения на данный момент, который лежит на столе, и сделать браслет из этой бумаги.

**Упражнение 2. « Я Ребенок »** Бросая мяч, участники обращаются друг к другу с фразой «В детстве я была…» в ответ каждый произносит свою характеристику. Это упражнение помогает участникам глубже познакомиться, кроме того, способствует активизации детского эго-состояния родителей, что создает базу для дальнейшей работы.

 Психолог рассказывает о сути понятия «установки» и ее влиянии на восприятие реальности: «На наши взаимоотношения с детьми оказывают влияние установки, сформированные еще в детстве нашими родителями, независимо от нашего желания – пока мы не осознаем их. Если же установка осознана - она перестает верховодить нами, мы можем ее изменить».

**Упражнение 3. «Волшебный камень» Дети в нас…**

Психолог под музыку предлагает родителям закрыть глаза, сесть поудобней, расслабиться, дышать ровно и спокойно…..Представить себе белый экран, сосредоточиться на нем, вообразить, что вы видите камешек, возьмите его в руки, держите его аккуратно, рассмотрите его, ведь этот камешек вы … мысленно раскрасьте его так как вам хочется… Рядом еще один камешек, поменьше, это часть вас, он похож на ваш, а теперь откройте глаза и перенесите, свой рисунок на камни, возьмите один большой, другой поменьше которые лежат перед вами. Предлагается выбрать материалы, которым будут рисовать.

Каждому участнику предлагается рассказать о своих камешках и ответить на три вопроса:

1. «Что я чувствую?»
2. «О чем я думаю?»
3. «Что я хочу сделать?»

**Упражнение 4. «Позитивные установки»**. Участникам раздаются карточки с разными установками, написанными в негативном ключе, задача изменить эти установки на позитивные. В ходе обсуждения отмечают эффективные и неэффективные в сфере детско-родительских взаимоотношений.

 **Упражнение 5. « Комплименты».**

Психолог говорит: «Наша работа подошла к концу, и я думаю, что каждый из вас внес свой вклад в достижение общих целей. Я предлагаю следующее: пусть каждый по кругу даст своему соседу слева положительную обратную связь о его поведении в ходе нашего занятия. У вас есть 2 минуты для того, что бы подумать и вспомнить, что вам действительно понравилось в действиях своего соседа слева.

 Сейчас я сама начну это упражнение.

После того, как все выскажутся, психолог предлагает сделать следующее:

**«Пусть то, что вы услышали, продолжает звучать внутри вас**… Посмотрите молча научастников, вместе с которыми вы сегодня работали…

 Уясните для себя, что вы чувствуете в этот момент… ( 2 минуты)

На прощание, возьмите с собой камни и может вы еще увидите то, что не увидели в них сейчас …… давайте скажем друг другу: «До свидания».