**Здравствуйте, уважаемые родители!**

 Очень рада Вас здесь видеть. Большое спасибо, что пришли. Я надеюсь на то, что сегодняшняя наша встреча будет полезной, как для Вас, для ваших деток и конечно же для меня.

Сегодня у нас не родительское собрание, а тренинг. Кто имеет уже опыт тренинговой работы? Замечательно.

**Тренинг наш называется: "Мой ребенок идет в школу или родители, без паники!"**

Чем же мы сегодня будем заниматься? То есть у каждой встречи должна быть определенная цель. Цель на сегодня- определится зачем я здесь и настроиться на дальнейшее сотрудничество.

И мы уже сегодня, в первую нашу встречу (хочется верить, что не в последнюю) будем пытаться понять на сколько наши отношения с ребенком гармоничны, психологически здоровы!

Сегодня мало будет теории. Больше практики.

О сложностях!

С какими сложностями я встречаюсь в работе со взрослыми. Это внутренние зажимы, выставление защит, стеснение, боязнь опять стать ребенком. Конечно же, это очень мешает выстраиванию положительного взаимодействия.

Мне очень хочется чтобы на этот час - Вы стали детьми и смогли расслабиться, почувствовав себя комфортно!

Начну традиционно! С знакомства. Понимаю, что многие друг друга уже достаточно хорошо знают. Но все-таки чтобы было нам комфортнее сегодня общаться предлагаю написать свои имена на бейджиках, которые я вам сейчас раздам! Пишите, то как Вы бы хотели, чтобы вас называли сегодня все присутствующие! Меня зовут Светлана Викторовна - это очень официально и на каждый день, но сегодня хочу чтобы ко мне обращались проще, чем обычно - Света. (родители подписывают бейджики).

Спасибо! Молодцы! Ну, что ж первый шаг к сотрудничеству уже сделан. Продолжим!

**1. Психологическое упражнение «Свеча»**

Цель: Создать определенный психологический настрой, расположить участников не только к восприятию информации, но и к продуктивному общению.

Ведущий. Начать встречу мне поможет свеча. Дети нашего детского сада встают в круг, передают свечу из рук в руки, говорят друг другу добрые слова и пожелания, заряжаются положительной энергией до конца дня. Так сделаем и мы с вами. Только присядем на стулья, образуя круг.

Свеча—камертон души: камертон настраивает звучание музыкального инструмента, а свеча настраивает человеческую душу. Этот маленький огонек олицетворяет добрые эмоции и тепло, которое исходит от нас. Он поможет согреть душу каждого. Принимая и передавая свечу, почувствуйте это. (Участники передают зажженную свечу из рук в руки, говорят друг другу комплименты и пожелания.)

**Основная часть.**

Упражнение «Мудрость ангелов»

Цель: преодоление негативных позиций в отношении собственных детей; помощь в осознании качества характера своего ребенка.

Задание 1.

Подумайте, пожалуйста, в течение одной минуты, как можно продолжить фразу «Мой ребенок. »

А теперь свяжите эту фразу с характером своего ребенка и в течение пяти минут письменно 10 раз продолжите ее в разных вариантах, указывая черты характера вашего ребенка. Например: «Мой ребенок аккуратен», «Мой ребенок невнимателен».

Осталась одна минута, вам необходимо завершить работу.

Посмотрите на качества, которые вы написали. Разделите их на две группы:

первая—те, которые вас устраивают в вашем ребенке; вторая — те, которые вы бы хотели изменить в нем.

Посмотрите, каких качеств больше — положительных или отрицательных. Выберите, с какими из отрицательных качеств вы хотели бы сейчас поработать, отметьте их для себя. Отложите на время свои листочки.

Задание 2.

Теперь я предлагаю вам обратиться к своему житейскому опыту. Представьте, что вы сейчас находитесь перед большим современным супермаркетом. В нем три этажа:

• на 1-м этаже продаются товары с заведомым браком, низкого качества;

• на 2-м этаже — обычные товары средней цены и качества;

• на 3-м этаже продаются самые лучшие, качественные, добротные, шикарные вещи.

На каком этаже вы бы хотели приобретать товар? (Родители отвечают по очереди.)

Когда у нас появляется ребенок, мы всегда хотим, чтобы он соответствовал «третьему этажу» - был умный, добрый, посещал музыкальную школу или школу с углубленным изучением иностранного языка. Может быть, воплотил наши несбывшиеся мечты.

Но, к сожалению, в жизни так не бывает. Каждый ребенок уникален. В нем есть что-то от 1-го, 2-го и 3-го этажа.

И ваш ребенок не исключение, вы убедились в этом. В нем есть то, что вам нравится, и то, что вы бы хотели изменить.

Задание 3.

Работа проходит в группах по 5—6 человек. Группы делятся по любому признаку - на усмотрение тренера.

Посмотрите на качества, которые вы выделили в своем ребенке, требующие, по вашему мнению, изменения. Выберите два из них, которые являются для группы более или менее общими.

Я предлагаю вам сейчас прорекламировать эти качества с целью их продажи - то есть в этих качествах, чертах характера надо найти положительные моменты и рассказать об этом так, чтобы другие группы захотели их купить. Время для работы— 10 минут. (Предупредить группу, когда пройдет половина времени и за минуту до окончания работы.) Внимание! Сейчас я предлагаю вам выбрать выступающего и прорекламировать качества характера, с которыми вы работали в группах.

Процедура. Один человек от группы представляет рекламу, участники других групп помечают у себя те качества, которые они захотели приобрести.

Выступление каждой группы.

Сейчас я предлагаю желающим по кругу назвать качества, которые они решили приобрести, по возможности прокомментировав причину своего выбора (например: упрямство, так как это близко к настойчивости.) .

Задание 4.

Обратная связь.

.- Обсуждение в кругу:

- Легко ли вам было выполнять эту работу?

- В чем сложность?

-Увидели ли вы что-то новое в этом качестве, черте характера? - Согласны ли вы с тем, что эти черты характера нужны в жизни человека?

- Насколько после проделанной работы вы их принимаете?

В процессе обсуждения тренер подводит участников группы к пониманию того, что все эти качества необходимы в жизни каждого человека: происходит смена иррациональных родительских установок.

А сейчас послушайте притчу, которая, возможно, поможет взглянуть на старые проблемы по-новому.

Притча о двух ангелах.

Однажды по земле путешествовали два ангела старый и молодой. В один из вечеров, уставшие и обессиленные, они попросились на ночлег в дом к богатому человеку. Он пустил странников, но, будучи скупым и негостеприимным человеком, предоставил им ночлег в сарае.

Там было холодно, темно, сыро. Несмотря на усталость, молодой ангел долго не мог уснуть. А когда ему все-таки удалось погрузиться в сон, его вдруг разбудил какой-то шум.

Проснувшись, он увидел, что старый ангел старательно заделывает дыру в стене. Молодой ангел был удивлен, он несколько раз предлагал старому бросить это дело и постараться отдохнуть перед предстоящей дорогой, но получал упорный отказ.

Утром молодой ангел, не скрывая любопытства, спросил у старого:

— Зачем ты помог этому человеку, ведь он так плохо обошелся с нами?

- Не все является тем, чем кажется, — ответил его спутник.

На следующий вечер, подыскивая ночлег, путешественники остановились у дома бедного человека. Хозяин радушно встретил их, поделился своим ужином и даже предоставил единственную кровать в доме, а сам с женой ушел в сарай.

Утром ангелов разбудил крик хозяина и плач его жены. Оказалось, что в эту ночь умерла их корова — единственная кормилица и надежда семьи.

Молодой ангел, испытывая крайнее удивление, обратился к старому

— Почему ты не поможешь бедному человеку? — сказал он. — В прошлый раз ты помог тому, кто так плохо обошелся с нами, а в этот раз ты бездействуешь, когда в твоих силах спасти эту семью?

На что старый ангел ответил

— Не все является тем, чем кажется!

Продолжая путешествие, молодой ангел никак не унимался, он упрекал старого ангела, обвинял его и не мог смириться с происшедшим.

— Не все является тем, чем кажется, — ответил в третий раз старый ангел. — В прошлую ночь, когда мы были в доме у богатого человека, я увидел в стене сарая клад — и замуровал его, чтобы тот не достался хозяину дома. А в эту ночь приходила смерть за женой бедняка, и я откупил ее, отдав корову.

Анализ.

Надеюсь, что эта притча поможет вам переосмыслить то, что происходит между вами и вашими детьми. Нужно помнить, что нет в мире плохого и хорошего. Все зависит от того, как ты на это смотришь [7, с. 165].

Заключительная часть.

Упражнение «Горная вершина».

Представьте, что вы стоите у подножия огромной горы. Со всех сторон вас окружают каменные исполины. Где-то в вышине, теряясь в облаках, плывут ледяные вершины гор. Как прекрасно должно быть там, наверху! Вы видите, как над вершинами гор кружит орел. Вам хотелось бы оказаться там. И Вы сможете это сделать, ведь у Вас появились крылья и Вы умеете летать. Мгновение — и вы становитесь этим орлом. Расправив свои могучие крылья, вы легко ловите упругие потоки воздуха и свободно скользите. Далеко внизу видны— игрушечные рощицы, крошечные дома в долинах, миниатюрные человечки.

Вы слышите негромкий свист ветра, вы чувствуете прохладу и нежную упругость воздуха. Насладитесь этим полетом.

Вы с легкостью сможете достигнуть самой высокой и недоступной для других вершины. Выберите себе удобный участок и спуститесь на него, чтобы с этой высоты посмотреть на то, что осталось там, далеко, у подножия гор. Какими мелкими и незначительными видятся отсюда волновавшие вас проблемы! Теперь вам легко увидеть способы решения мучивших вас вопросов.

Пауза.

- Взлетите снова и снова испытайте изумительное чувство полета. Пусть оно надолго запомнится вам. А теперь вновь перенеситесь в себя, стоящего у подножия горы. Помашите рукой на прощание парящему в небе орлу, который сделал доступным для вас новое восприятие мира…(Музыка утихает).