**Ребенок – тоже человек!**

**(Мастер-класс родительское собрание для слушателей КРИПКРО, 2014 год)**

**Цель:** развивать мотивацию родителей к улучшению детско-родительских отношений.
**Задачи:**

* помочь в организации знакомства участников;
* обучить родителей методам и приёмам положительных взаимоотношений с детьми ;

**Оборудование и материалы:** плакат с правилами, «Дерево пожеланий», визитки с именами, мячик, платки и бинты, маски с веселым и грустным лицом

**Ход занятия**

**1. *Начало занятия: (приветствие, задачи тренинга):***

- Здравствуйте! Сегодня мы будем учиться распознавать чувства ребёнка, анализировать ситуации.

***Психологический настрой (ритуал встречи):*** Предлагаем Вам написать свои имена на карточках и прикрепить. Образуем круг. Поделимся теплом др. с др., пожелаем успехов и добра!

***2. Диагностика психоэмоционального состояния:***

- Напишите на «облачке» Ваше имя и опустите его в конвертик с весёлой или грустной маской.

***3. Правила работы в группе:***

- Напоминаем Вам правила работы в группе:

1. Активность
2. «Я» - высказывания
3. Не давать оценок
4. Здесь и сейчас (все чувства переживаем здесь и сейчас)
5. Конфиденциальность

- Стараемся соблюдать.

***4. Упражнение на запуск групповой работы:***

- Предлагаем Вам следующее упражнение на знакомство с участниками нашего тренинга, для этого надо представиться, назвать своего ребёнка, и рассказать о том, что Вас удивило в нём за последнюю неделю. Например: Я Лилия, мой сын ученик 2- го класса, меня удивило, то что …

***5.* *Упражнение «Родительские запреты»***

Вызывается один участник, который будет выступать в роли ребёнка. Остальным участникам предлагается вспомнить и назвать наиболее часто употребляемые запреты в отношении детей. Каждый запрет фиксируется на «ребёнке». (например, на запрет: «Не кричи!» - завязываем рот; на запрет «Не бегай!» - завязываем ноги; «Не грызи ногти!» - завязываем руки; «Не смотри долго ТВ!» - завязываем глаза; «Не крутись!» - забинтовываем корпус тела)

***Рефлексия:*** вопросы «ребёнку»:

* Какие чувства Вы испытывали с такими запретами? Какой из запретов Вас больше всего тяготил?
* вопросы участникам: Какие чувства Вы испытали при виде такой картины?

***6. Упражнение «Под другим углом»***

Возьмите, пожалуйста, лист бумаги и положите его перед собой горизонтально. Разделите его пополам вертикальной чертой. Над левым столбцом напишите «Мне трудно с моим ребёнком, потому что...» Над правым столбцом — «У моего ребёнка есть замечательные черты...» Заполните эти столбцы, закончив каждое из начатых двух предложений не менее, чем семью способами. Без вашего желания и согласия никто не будет читать ваши записи. Время на работу — двадцать минут.

Возможно, что эта работа займет и большее время. Ведущему необходимо внимательно наблюдать за участниками группы. В том случае, если он видит, что большинство погружено в размышления над своими записями и в отведенное время не укладывается, ему не следует прерывать ихработу этот процесс важнее, чем соблюдение регламента. По завершении организуется обсуждение.

***Рефлексия:***

1. *Насколько сложным оказалось Выполнение этого задания?*
2. *Было ли для Вас трудным заполнить второй столбец? Почему?*
3. *Удалось ли Вам назвать семь пунктов, описывающих замечательные ребёнка? Почему?*
4. *Появились ли у Вас неожиданные новые мысли о Вашем ребёнке?*
5. *Захотелось ли Вам попристальнее понаблюдать за ребенком и лучше понять его?*

***7****.* ***Упражнение на релаксацию-визуализацию* «Я в роли ребёнка»** (направленное на помощь в решении проблем с ребёнком).

Ведущий просит участников группы поудобнее расположиться в своих креслах, закрыть глаза и расслабиться.

**-** Вы чувствуете себя спокойно и легко. Вы расслаблены... А теперь представьте себе свой дом. Обегите мысленным взором комнату ребёнка. Посмотрите на своего ребёнка, на того ребенка, о котором вы только что думали и описывали ваши трудности взаимодействия с ним и его замечательные черты. Представьте его лицо во всех подробностях, рассмотрите его одежду, понаблюдайте за тем, как он движется, как разговаривает... Оставайтесь совершенно спокойным, расслабленным... Там, раньше, когда-то его поведение и манеры, возможно, раздражали вас. Но сейчас вы спокойны и сдержанны... Вообразите картинку, на которой ваш ребёнок будет как можно ярче, добавьте в нее цвета, сделайте более четкими детали. Попробуйте насытить эту картинку звуками и движением. Представьте, что ребенок посмотрел на вас. Попробуйте взглянуть на себя его глазами. Какой кажетесь ему вы? Станьте на короткое время этим ребенком, почувствуйте себя сидящим за его столом, услышьте слова, которые вы ему говорите в конфликтной ситуации. … Трудно? Если вам трудно, попробуйте осознать, почему... Что вы чувствуете, будучи этим ребенком? О чем вы думаете?.. А теперь вернитесь в свое собственное тело. Посмотрите на этого ребенка со стороны... Взгляните в его глаза… Вы снова здесь, в нашей комнате. Вы сидите в кресле. Не открывая глаз, пошевелите руками и ступнями ног... Теперь поворочайте головой... Не делайте резких движений... Откройте глаза.

**Рефлексия:**

1. Поделитесь своими впечатлениями от визуализированных образов и о том, насколько успешно удалось с ними поработать.
2. Что Вы чувствовали в ситуации «превращения» в ребёнка?

***8. Итоговая рефлексия:***

1. Мониторинг психоэмоционального состояния: маски с лицами.
2. Нам очень интересно Ваше мнение о сегодняшнем тренинге – а так же о Вашем самочувствии, понравились ли Вам наши упражнения?
3. Передаём по кругу «Дерево пожеланий» и высказываемся!

***9. Домашнее задание:***

1. рекомендуем Вам использовать упражнение на визуализацию для снятия негативных эмоций в общении с ребёнком;
2. применять письменный анализ конфликтных ситуаций для их осмысления и преодоления;

***10. Ритуал прощания*:**

Встали в круг и говорим: До – сви – да – ни – **Я!** (показ на себя)

взялись за руки и говорим: До – сви – да – ни – **Мы!** (руки вверх).