****

**Родительский клуб**

**«МЫ ВМЕСТЕ»**

**«Азбука внутрисемейных отношений»**

**Детско-родительский тренинг «Тепло семьи»**

**Цель**: способствовать сплочению членов семьи.

**Задачи:**

 развитие партнёрства и сотрудничества родителя с ребёнком, коррекция детско – родительских отношений, формирование чувства близости между родителями и детьми;

усиление способности родителей к пониманию и чувствованию эмоционального мира своего ребенка, через установление визуального контакта, физического контакта и совместную деятельность;

изменение неадекватных родительских позиций.

**Ожидаемый результат**:

* развитие рефлексивных особенностей,
* снятие напряжения,
* развитие эмпатии,
* сплочение членов семьи.

**Форма проведения**: тренинг (в кругу).

**Участники**: воспитанники средней-подготовительной группы с родителями

**Необходимые материалы** **и оборудование**: лепестки для ромашки разного цвета, клей, кисточка для клея, 2 мольберта (с контуром ромашки), листы бумаги (газета), скотч (веревка), шарфы, конструктор, карточки на память, музыкальное сопровождение.

**Ход мероприятия**

*Выступление воспитанников. Песня….*

**Психолог**: Здравствуйте, дорогие друзья! Искренне рады видеть вас. Семья – самое главное в жизни для каждого из нас. Именно в семье мы учимся любви, заботе и уважению.

**Ведущая**. Здравствуйте. И мы предлагаем вам сегодня сделать шаг к познанию своего ребенка, а так же к укреплению отношений в вашей семье.

 **Ведущая**. «Житейский опыт».

— Предлагаем вам обратиться к своему житейскому опыту. Представьте, что вы сейчас находитесь перед большим супермаркетом. В нем три этажа:

* на 1-м этаже продаются товары низкого качества по низким же ценам;
* на 2-м этаже — обычные товары средней цены и качества;
* на 3-м этаже продаются самые лучшие, качественные, добротные вещи, но по очень высоким ценам.

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

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

Но, к сожалению, так не бывает. В нем есть что-то от 1, 2 и 3-го этажа. Почему так получается?

ВЫВОД: пока мы поднимемся на 3-й этаж, нам необходимо пройти и 1-й, и 2-й этажи…

**Психолог**. **1. Ритуал приветствия** **«Поздоровайся без слов».** – 2 мин
Участникам (в кругу) предлагается поприветствовать друг друга жестами, без использования языковых средств общения.

**Психолог**. 2**. Обсуждение: «Правила работы в группе»:** - 2 мин

* открытое общение
* активность
* безоценочные суждения
* добровольное участие
* здесь и сейчас
* правило 3 П: принятие, признание, понимание

**Ведущая**. Смогут ли наши участники ответить на вопрос – что они ожидают от нашей встречи?
 **Ведущая.** **3. Упражнение «Цвет моего настроения**». – 3 мин
 Мы предлагаем вам украсить ромашку настроения цветными лепестками. Цвет лепестка, который вы выберете, должен означать цвет вашего настроения, с которым вы шли на нашу встречу.

 Сейчас возьмите, пожалуйста, цветные лепестки и приклейте к ромашке.

 **Психолог.** **4. Упражнение «Самый-самый».**  – 3 мин
 Для более близкого знакомства предлагаю поиграть в игру «Самый-самый…». Каждый родитель позитивными прилагательными должен охарактеризовать себя и своего ребенка: «Я самый…, мой ребенок самый …». Группа отвечает участнику: «Мы рады за тебя!»

 **Психолог**. **5. Упражнение «Найди свою маму».** – 5 мин

*Инструкция*: ребенку завязываются шарфом глаза. Мамы участницы сидят по кругу на стульях. Ребенок, (желающий) постепенно обходя ряд, на ощупь должен найти свою маму. Обратное - можно предложить родителям—с закрытыми глазами отыскать своего ребенка.

**Ведущая**. **6. Упражнение «Машины» «Куклы».** – 7 мин

Участники группы разбиваются на пары (родитель и ребёнок). Ребёнок в роли «машины, куклы», а родитель в роли «мойщика» машины, куклы. В течение 5 минут «машину, куклу» приводят в порядок: моют, протирают, полируют, проговаривая свои действия, используют как можно больше ласковых слов. Затем родители меняются с детьми ролями.
 *Обсуждение:*
— Какие чувства испытывали вы при выполнении задания?
— Что для вас было неожиданностью?
— В какой роли больше понравилось быть? Почему?
Комментарии ведущего: как часто в отношениях между родителями и детьми не хватает поглаживаний, которые выражаются как в физическом прикосновении, так и вербальном (ласковые слова). Подумайте, как изменяться ваши отношения, если такие поглаживания будут частыми.

 **Ведущая**. **7.Упражнение «Щепки плывут по реке».** – 5 мин
Цель: снятие мышечных зажимов, налаживание физического контакта между родителями и детьми, осознание чувства безопасности.

 Участники встают в две шеренги на расстоянии вытянутой руки друг от друга – они берега. Один участник группы – щепка. Он медленно проплывает между берегами. Берега мягкими прикосновениями помогают щепке: гладят ее, говорят ей ласковые слова, называют по имени. Щепка сама выбирает, с какой скоростью ей плыть. Глаза щепке можно закрыть. Сначала щепки – дети, затем родители.

 **Психолог**. **8. Упражнение «Круг общения».** – 5 мин

Участники делятся на два круга. Внутренний круг - “мамочки” - закрывают глаза, встают лицом к внешнему кругу – “детки”.

*Задание*:

1. Пообщайтесь друг с другом руками:

*- поздоровайтесь;
- потанцуйте;
- поборитесь;
- помиритесь;
- попрощайтесь.*

2. Перед вами маленький, плачущий ребёнок, который чем-то расстроен. Пожалейте его.

3. Вы встретили хорошего друга, которого давно не видели. Покажите, как вы рады его видеть.

Эмоциональный настрой.

 **Ведущая**. **9. Игра «Снежки».** – 7 мин

Две команды: родители и дети. Материалы: старые газеты или что-то подобное; клейкая лента или веревка, которой можно будет обозначить линию, разделяющую две команды.

Скотчем обозначаем линию, разделяющую две команды.

Возьмите каждый по большому листу газеты, как следует скомкайте его и сделайте из него хороший, достаточно плотный мячик. Теперь разделитесь, пожалуйста, на две команды (команда – родители и команда – дети) и, и пусть каждая выстроится в линию так, чтобы расстояние между командами составляло примерно четыре метра. По моей команде вы начнете бросать мячи на сторону противника.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду «Стоп!», вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

Игроки каждой команды стремятся как можно быстрее забросить мячи, оказавшиеся на их стороне, на сторону противника. Услышав команду, вам надо будет прекратить бросаться мячами. Выигрывает та команда, на чьей стороне оказалось меньше мячей. И не перебегайте, пожалуйста, за разделительную линию.

Обсуждение.

 **Психолог**. **10. Рефлексия. Упражнение «Пирамида**». – 5 мин ????

Все садятся в круг. Ведущий говорит: “Каждый из нас что-то или кого-то любит, но все мы по-разному выражаем нашу любовь. Я люблю свою семью, своих детей, свою работу. Расскажите и вы, кого и что вы любите (следуют рассказы).

А теперь давайте построим “пирамиду ” из наших с вами рук. Я положу свою руку на чью-нибудь и задам вопрос, затем каждый из вас будет класть свою руку поверх моей, я задавать вопрос и перекладывать руку. (все участники выстраивают пирамиду). Вы чувствуете тепло рук? Вам приятно? Посмотрите, какая высокая пирамида получилась у нас. А все потому, …

Вопросы родителям:
1.Что нового в поведении ребёнка вы заметили?
2.Что показалось вам важным и полезным в такой работе?
3.Что вы сами приобрели в процессе тренинга?
Вопросы детям:
Что вам больше всего понравилось?
Общий вопрос:
— Что бы вы пожелали друг другу и себе?

– Что больше всего понравилось?
– Что не получилось, оказалось трудным? Как вы думаете, почему?
– Что хотелось бы себе пожелать?

 **Ведущая 11. Упражнение «Ромашка настроения**». – 5 мин

 Мы предлагаем вам украсить ромашку настроения цветными лепестками. Цвет лепестка, который вы выберете, должен означать цвет вашего настроения, которое вы получили от нашей встречи.

 Сейчас возьмите, пожалуйста, цветные лепестки и приклейте к ромашке.

 (участники выполняют и приклеивают лепестки к цветку).

 **Ведущая**. Наша сегодняшняя встреча подходит к концу, и мы видим из нашей второй ромашки как изменилось ваше настроение, с какими чувствами вы сегодня уйдете домой.

 Мне хочется поблагодарить вас сегодня за работу, за плодотворную работу.

 **Психолог**. **12.** Давайте возьмемся все за руки и скажем друг другу **«До новых встреч!»**

**Психоло**г.  Мы благодарим вас за участие и хотим закончить наше занятие такими словами:
Берегите друг друга!
Добротой согревайте,
Берегите друг друга!
Обижать не давайте!
Берегите друг друга!
Суету позабудьте ,
И в минуту досуга
Рядом вместе побудьте!

Любви, здоровья, счастья, взаимопонимания в ваших семьях!

Ведущая дарит карточки на память