

Программа занятий Родительского клуба «Моя семья»:

Занятие 1

«Взаимодействие с ребенком» – 1,5-2 часа.

Цель: обучить родителей навыкам позитивного взаимодействия с ребенком.

Задачи:

- Презентация программы. Формирование запроса и ожиданий от прохождения программы.
- Знакомство участников группы между собой и с ведущими, создание благоприятной атмосферы в группе.
- Привлечение внимания родителей к важности атмосферы в семье, качественному времяпровождению, к семейному взаимодействию, совместной деятельности.
- Повышение психологической компетентности родителей.

План занятия:

1. Встреча участников, расположение за общим столом, знакомство, презентация Программы Родительского клуба, выполнение упражнения «Срез одного типичного дня».

Все участники усаживаются в круг. Педагог-психолог предлагает участникам схематично изобразить «Срез одного типичного дня»:

- Сколько времени уходит на сон, работу, на общение с друзьями, с супругом, на досуг, на одиночество, на самообразование, на общение с ребенком?
- Что хотелось бы изменить? Поменять?

Обсуждение. Каждый из участников рассказывает, что он хочет получить от встречи.

2. Введение в тему. Презентация: рассказ о возможных взаимодействиях с ребенком.

3. Обсуждение темы «5 основных ошибок в общении с ребенком, которые все когда-либо совершали» (обещание больше не любить, безразличие, навязанная роль, нет времени, слишком мало ласки).

Обсуждение. Почему это происходит? Как не допускать эти ошибки?

4. Упражнение «В лучах родительского солнца».

Напишите на лучиках солнца слова для вашего ребенка, которые вы ему хотели сказать. Обсуждение. Что вы написали? А как часто вы на самом деле говорите о этом своему ребенку?

5. Подведение итогов. Рефлексия. Размышления, направленные на анализ собственных состояний и способов общения.

6. Фотосессия. Прощание.

Занятие 2

«Три состояния личности: родитель – взрослый – ребенок.

Понимать и гармонизировать.– 1,5-2 часа.

Цель: ознакомить родителей с тремя состояниями личности человека.

Задачи:

- Научить родителей различать эго-состояния Родителя, Взрослого и Ребенка.
- Показать на практике варианты гармоничных и негармоничных способов общения.
- Повышение психологической компетентности родителей.

План занятия:

1. Встреча участников, расположение за общим столом, упражнение «Мое настроение».

Все участники усаживаются в круг. Педагог-психолог объясняет условия упражнения: описать свое настроение, сравнив его с природным явлением. Каждый из участников рассказывает, что он хочет получить от встречи.

2. Введение в тему. Презентация: Рассказ о трех состояниях личности по Э.Берну.

Педагог-психолог рассказывает теоретическую часть. Приведение примеров взаимодействия. Обсуждение.

3. Упражнение «Кто я в общении: родитель, взрослый или ребенок»?

Педагог-психолог предлагает подумать и обсудить каждому участнику группы, кем он чаще всего бывает в общении со своими детьми, с супругом(ой), со своими родителями, с руководством, с друзьями. Как вы думаете почему?

4. Арт-терапевтическое упражнение «Безмолвный диалог».

Участники разбиваются на пары и выбирают роли: взрослого, родителя или ребенка. Взаимодействуют в паре без слов, меняясь ролями. Обсуждение. В

какой роли было наиболее комфортно? Как вы думаете, почему? В какой роли было наименее комфортно? Как вы думаете, почему?

5. Рефлексия.

Размышления, направленные на анализ собственных состояний и способов общения.

6. Фотосессия. Прощание.