

Я ПОНИМАЮ СВОЕГО РЕБЁНКА (практикум для родителей)

Ю.Н.Бабина,

педагог-психолог МАДОУ «Детский сад № 16» , г. Кунгур

Цель: формирование позиции успешного родителя, обучение родителей технике активного слушания.

Материалы: рабочие памятки для родителей

1. Приветствие. Знакомство обозначение ожиданий.

Предлагаю называть свое имя, имя ребенка и ответить на вопрос: « Я зачем сюда пришел?»

2. Обозначение темы занятия «Продолжим фразу»

Понимать ребенка это значит - ...

3. Техника «В гостях у сказки»

В одной коробке с карандашами родился маленький карандашик. Взрослые карандаши — мама, папа, бабушка и дедушка — были цветными. Причем у каждого из них был свой цвет. Маленький карандашик еще не имел своего цвета, ему еще предстояло стать цветным.

Каждый день синяя мама учила его, как быть синим. Красный папа — как окраситься в красный цвет, потому что его выбирают чаще всего, рисуя прекрасные картины. Желтый дед спорил со всеми, говоря о важности желтого цвета, а зеленая бабушка брала внука за руку, и на какое-то мгновение он зеленел. Так проходил день за днем, и вот...

- Что было дальше?

- О чем эта сказка?

4. Самодиагностика «Эмоциональный фон семьи»

Эмоциональный фон семьи



- С каким настроением просыпается ваш ребенок?

- С каким настроением просыпаетесь вы?

- С каким настроением идете в детский сад/ возвращаетесь из детского сада?

- С каким настроением вы приходите с работы?

- С каким настроением занимаетесь домашними делами? Игры с ребенком?

- С каким настроением засыпаете?

- Каких смайликов у вас получилось больше?

- Отслеживаете ли в каком настроении в течение дня живет ваша семья/ваш ребенок?

5. *Беседа*

- Чего вы хотите от ребенка? (Что родители хотят от ребёнка?)
- Чего ваш ребенок хочет от вас? (Чего ребенок хочет от родителей?)
- Совпадают ли ваши желания и ожидания друг от друга?

6. *Техника «Какой он – МОЙ РЕБЁНОК?»* (по кругу)

Какой он – МОЙ РЕБЕНОК?



- Запишите качество, которым обладает ваш ребенок. Передайте по кругу – запишите следующее качество.

- Какие качества у нас появились?
- Каких качеств больше положительных или отрицательных?
- Откуда берутся эти качества? (ребенок повторяет, копирует за нами)

7. *Реагирование на ситуацию (присоединение к переживаниям ребенка – активное слушание)*

- Какие слова чаще всего от нас слышат наши дети? (Ситуация – собираемся в детский сад, ситуация – Таня со мной не играет, она гуляет и смеется с другой девочкой, ситуация – не убирает игрушки, ситуация – подрался на прогулке). Чаще всего мы или командуем, или даем советы, обвиняем или оцениваем.

Есть и другой способ – услышать переживания своего ребенка и прояснить ситуацию. В этом помогает техника активного слушания.

Активно слушать ребенка – значит возвращать ему в беседе то, что он нам поведал, при этом обозначив его чувства.

Важно не задавать вопросов, не расспрашивать, не прояснять ситуацию, не отражать своих эмоций и сочувствия. Фразы произносить в утвердительной форме.

Правила АС

- Разговор на уровне глаз ребенка
- Утвердительная форма высказываний
- Уметь выдержать паузу
- Обозначать чувства ребенка
-

Ситуация	Чувства ребенка	Ваш ответ
1. Ребенку сделали укол, плачет: «Доктор плохой»	<i>Обида, боль</i>	Тебе было больно и обидно, когда доктор уколол тебя
2. Ребенок роняет чашку, та разбивается: «Ой! Моя ча-а-ашечка!»		
3. «Я больше с Ваней не играю»		
4. «Он забрал мою куклу»		
5. «Не буду есть этот суп»		

8. Упражнение «Зеркало»

Я предлагаю вам повторять за мной – отзеркаливать - разные действия, сегодня мы будем изображать разные бытовые приборы.

- Миксер
- Пылесос
- Стиральная машина

А теперь попробуйте сами изобразить тот прибор, который я назову

- Швейная машинка
- Утюг
- Холодильник

Что было легче, повторять или самостоятельно изображать прибор?

Наши дети первоначально, набираясь опыта, копируют все действия с нас.

Родительские аксиомы (памятка)

1. Цените откровенность своих детей, искренне интересуйтесь проблемами.

2. Общайтесь на равных, тон приказа срывает не в вашу пользу. Дайте понять, что вы понимаете их.

3. Нельзя подшучивать над детьми, высмеивать чувства, умаляя их значение. Постарайтесь отнестись к вашим детям с уважением, помните об их ранимости и уязвимости.

4. Не раздражайтесь и не проявляйте агрессивности, будьте спокойны, сдержанны. Помните, что ваша грубость вызовет их ответную реакцию.

5. Не говорите об увлечении вашего ребенка пренебрежительным тоном, тем самым вы унизите его самого.

6. Любите его бескорыстно и старайтесь защитить своего ребенка всеми возможными средствами, если он в этом нуждается

8. Все мы хотим, чтобы наши дети росли счастливыми. Но, возможно, не все догадываются, что нужно прежде всего стать счастливым самому! Начать с себя!

Ведь у счастливых родителей растут счастливые дети, словно с младенчества усваивая витамин любви и удачи, защищающий их от жизненных трудностей и невзгод.

9. Экзистенциальный круг «Я – замечательный родитель (мама, папа)»

Литература.

1. Гиппенрейтор Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: «Сфера», 2001