**Тренинг для родителей и детей "Моя семья – мое богатство»**

Тренинг проводится с детьми старшего дошкольного возраста и их родителями в виде игрового сеанса. Данный тренинг направлен на детей, которым уже более-менее доступен высокий уровень вербализации. Упражнения построены на взаимодействии родителя и ребенка в комфортной ситуации - так, чтобы они могли пообщаться в другой атмосфере и таким образом узнать что-то новое о потребностях, к которым до этого они, возможно, были глухи.

**Цель:** благоприятное взаимодействие детей и родителей.

**Задачи:**

* создать условия для благоприятного взаимодействия родителей с их детьми;
* создать условия для знакомства с потребностями друг друга;
* развитие эмпатии
* повышение жизненной энергии и поиск внутренних ресурсов.

**Материалы:** бэйджи с именами участников, маркеры, цветные карандаши, фломастеры, листы формата А4 и А3, магнитофон, музыкальные записи.

**Продолжительность:** 45-55 мин.

**Ход тренинга**

Перед началом тренинга каждому участнику раздаются бейджики с разноцветными вкладышами, на них они пишут свои имена маркерами.

Сегодня наша встреча посвящена семье. Кто может сказать, что такое семья?

Правильно, вы все молодцы! Семья – прежде всего самые близкие и родные люди. У каждого из вас есть семья, ваши родные и самые близкие люди. Они заботятся о вас, дарят любовь. Семья является опорой для каждого из вас. Мы очень рады, что у каждого из вас есть семья, где вас любят, ждут, заботятся о вас, приходят на помощь. И вы, конечно же, дети, очень любите свою семью, старайтесь помогать своим родным!

Вы все согласитесь, что очень приятно и радостно дарить и получать любовь своей семьи!

Наше знакомство мне хотелось бы начать с приветствия.

**1. Игра “Ток”.** Беремся за руки. Ток очень быстро бежит по цепи. Наши руки – это наша цепь. Передаем друг другу свои рукопожатия.

А сейчас пусть каждая семья представится.

**2. “Портрет”.** Участникам раздаются листочки формата А4. Каждый рисует свой портрет, но необычным способом: вместо глаз – что люблю видеть, на что смотреть; нос – нюхать, вдыхать ароматы; уши – слышать или слушать; волосы – мечты и фантазии; рот – кушать, чувствовать. Нужно рассказать в паре ребенок – родитель это друг другу и затем друг о друге – группе *(звучит спокойная музыка).*

**3. Игра “Любящие родители”.** Теперь мы с вами поиграем в игру “Любящие родители”. Давайте представим, что мы с вами превратились в разных животных. Договоритесь, пожалуйста, со своими родителями, какими животными вы будете. Мамы будут нежно укачивать своих детишек, а папы помогать им *(звучит колыбельная).*

Очень хорошо! Давайте теперь поменяемся местами. Взрослые станут детьми, а дети – родителями. Теперь дети будут укачивать родителей *(игра повторяется под музыку).*

Как приятно на вас смотреть! Вам тоже понравилось? А что понравилось больше – когда вы укачивали или когда укачивали вас?

**4. Игра “Узнай своего ребенка”.** Одному из родителей закрывают глаза, затем по очереди подходят дети, и родитель на ощупь должен найти своего ребенка. *(Для родителей и детей это очень значимая ситуация – найдет ли мама (папа) своего ребенка?).*

**5. “Идеальный дом”.** Участникам предлагается в семейной паре нарисовать для своей семьи идеальный дом (не реальный, а какой хочется). Задание нужно делать сообща на одном листе бумаги (лучше формата А3) цветными карандашами или фломастерами. Рисунок затем обсуждается. Семья рассказывает о нем, выбирая, кто это будет делать. Участникам можно задавать друг другу уточняющие вопросы по рисунку.

Также обязательным является поддержка семьи и сообщение того, что у них хорошо получилось, описание того, что удалось семье особенно. Такое сообщение важно для создания с семьей контакта и снижения тревоги ее членов в ситуации их оценки.

**Ключевые вопросы к рисунку.**

* Какова природа и особенности границ между подсистемами в семье, как это отражено в рисунке?
* Как члены семьи договариваются друг с другом, умеют ли это делать? Обсуждают ли общий план работы?
* Решения принимаются коллективно или единолично, кто принимает решение?
* Чьему мнению в семье отдается предпочтение, кто уступает?
* Кто является основным генератором идей (придумщиком), кто воплощает идеи в жизнь?

**7. Пальчиковая гимнастика “Моя семья”.** Все встают в круг и сжимают пальцы ведущей руки в кулак. Вместе с воспитателем повторяют текст и выполняют движения:

Этот пальчик – дедушка *(разгибают большие пальцы),*

Этот пальчик – бабушка *(разгибают указательные пальцы),*

Этот пальчик – папа *(разгибают средние пальцы),*

Этот пальчик – мама *(разгибают безымянные пальцы),*

Ну а этот пальчик – я *(разгибают мизинцы),*

Вот и вся моя семья*(сгибают и разгибают одновременно все пальцы)!*

Наша встреча подошла к концу. Давайте мы все сядем в один большой круг, и каждый (и родители, и дети) расскажет, в какую игру ему сегодня больше всего понравилось играть и почему, что лучше всего удалось сегодня, что особенно порадовало и т.д.

Совместные игры очень сближают детей и родителей. Играйте дома как можно больше со своими детьми!

В заключении родителям раздаются буклеты “Волшебные слова” (см. [Приложение](http://festival.1september.ru/articles/643324/pril1.doc))

**Литература**

1. Гуреева И.В. Психология. Упражнения, игры, тренинги. – Волгоград: ИТД “Корифей”. – 112 с.
2. Запорожец И.Ю. Психолого-педагогические гостиные в детском саду. – М.: Издательство “Скрипторий 2003”, 2010. – 72 с.
3. Саранская О.Н. Психологический тренинг для дошкольников “Давайте дружить!”. – М.: Книголюб, 2008. – 64 с.
4. Шитова Е.В. Работа с родителями: практические рекомендации и консультации по воспитанию детей 2-7 лет. – Волгоград: Учитель, 2011. – 169 с.