

Світ дитини: особливості становлення. Тренінг для батьків.

***для проведення он-лайн**

Спілкування з дитиною Тренінг для батьків

Мета: аналіз основних принципів спілкування з дітьми, розвиток у батьків навичок ефективної взаємодії з дітьми (активне слухання, Я-повідомлення, ефективні способи розв'язання конфліктів); тренувати батьків знаходити правильний вихід із конфліктних ситуацій; усвідомлення батьками, що деякі проблеми не можуть бути вирішені одразу, набуття вмінь поступового розв'язання проблем.

Завдання: поділитись своїми сумнівами і проблемними ситуаціями; краще зрозуміти свою дитину та себе; зрозуміти, у чому причини труднощів у спілкуванні з дитиною.

Навчатись: використовувати активне слухання у спілкуванні; організовувати ефективну взаємодію з дітьми; розвинути у батьків терпимість, співчуття, взаєморозуміння, повагу до дитини.

Вступ

Переоцінити роль спілкування в житті людини неможливо. Відсутність належного спілкування вносить неабиякий дисбаланс у стосунки батьків та дітей. У той час, коли батьки майже весь день на роботі, а діти – в школі, дитячому садку їхнє спілкування є неможливим. Його, як правило, з часом замінюють засоби масової інформації, телевізор, комп'ютер, друзі. У даному середовищі цілком відсутня гармонія взаємостосунків батьків та дитини, більше того – вона знищується. Основні проблеми батьківських взаємин виникають на тлі гіперопіки або ж неухважного ставлення до дитини, коли дорослий не може вчасно відпустити дитину до самостійних дій, або байдужості, яка спричиняє емоційний дискомфорт у дитини, що відображається на загальному розвитку останньої.

Вправа на активізацію « Пошук спільного»

Мета: сприяти підвищенню психоемоційного тону групи та згуртуванню учасників.

Хід проведення

Учасники стають в коло. Ведучий бере в руки м'яч і пояснює правила гри : « Той, у кого в руках знаходиться м'яч, повинен якомога швидше перекинути його іншому учаснику, назвавши при цьому спільну з ним рису». На першому етапі вправи ознаки подібності можуть бути зовнішні (наприклад, колір, волосся), потім – спільність інтересів, уподобань тощо.

Тренувальна вправа « Як звертатися до дитини»

Мета: розглянути особливості спілкування батьків та дітей і відпрацювати комунікативні вміння.

Хід проведення

Тренер пропонує по практикувати у взаємодії з дитиною на основі «правильних» і

« неправильних» звернень. Учасник отримує дві картки з різними зверненнями (додаток 1)
і повинен з різною інтонацією сказати фразу відповідно до ситуації.

Додаток 1. Тренувальна вправа «Як звертатися до дитини»

1. А Говорите з жахом: „Залиш! Не чіпай цей молоток! Це чоловіча справа!
В Говорите спокійно та доброзичливо: „О! Я бачу, ти хочеш забити цей цвях.
Подивись, молоток треба тримати так, а цвях отак...”

2. А Дитина хоче допомогти Вам скласти пазли. Ви сердитесь, відкидаєте її руки і кажете: „Залиш! Ти їх зіпсуєш! Якщо ти знищиш пазли, я буду змушена за них заплатити!!! Іди робити уроки!”

В Візьміть дитину за руку і скажіть рішучим тоном: „Мені важливо, щоб ти ретельно намилила руки, помила і витерла їх насухо! Потім прийдеш і ми разом складемо пазли. Руки повинні бути чистими, бо ми маємо віддати пазли в ідеальному стані.”

3. А Говорите зі стурбованістю у голосі: „Почни, нарешті, вчити цей вірш. Ти ж знаєш, що ти слабша учениця і потребуєш більше часу на навчання!”

В Скажіть з радістю у голосі: А пам’ятаєш, як у минулому році ти боялася того довгого вірша Тараса Шевченка, але ж вивчила на таку гарну оцінку! Мужності! Вивчиш і зараз!”

4. А Кричите: „Перестань його бити! Ти поводишся, як бандит! Що з тебе виросте!”

В Зловіть дитину за руку і скажіть рішучим тоном: „Мені не подобається, що ти його б’єш! Битися не можна! Скажи брату словами, чого ти хочеш. Я вірю, що ти зможеш захистити себе у гідний спосіб!”

5. А Говорите жалісливим тоном: „Синочку, чому ти такий лінивий! Ти ж такий здібний. Якби ти не був таким лінивим, то міг би добре вчитися. Я справді не знаю, в кого ти такий вдався!”

В Говорите рішуче, але доброзичливим і діловим тоном: „Синочку, ти досить розумний та здібний для того, щоб досягнути це! Я чекаю рішучих змін у школі”.

6. А Говорите незадоволено та з гнівом до дитини, яка не хоче виступати на публіці: „Перестань боятися! Тут нічого боятися та соромитися! Ти вже велика, а поводишся, як мала дитина! Ну давай! Не бійся!”

В Говорите спокійним голосом із розумінням: „Ти боїшся...? Ти напевно трохи засоромилась...? Розповідати вірш на публіці – це дуже складна справа навіть для справжніх акторів... Це називається хвилюванням. Але, напевно, ти скоро переможеш цей страх! Ти переконаєшся...”

Після програвання кожної пари учасники обговорюють, чому до дитини краще звертатися за допомогою одних фраз та чим інші звертання можуть їй нашкодити.

Після програвання кожної пари учасники обговорюють, чому до дитини краще звертатися за допомогою одних фраз та чим інші звернення можуть їй нашкодити.

Як говорити, щоб діти слухали?

Використання Я-повідомлень

Дуже часто батькам необхідно знайти спосіб впливу на дітей, якщо їхня поведінка створює проблеми батькам. Часто діти поводять себе так, ніби у батьків немає власних бажань, інтересів і планів. Буває, що діти багато вимагають від батьків і нічого не вимагають від себе. В таких випадках необхідні зовсім інші навички, ніж коли проблеми виникають у дітей.

Коли проблема у дитини:	Коли проблема у батьків:
Дитина – ініціатор розмови	Батьки – ініціатори розмови
Батьки слухають	Батьки повідомляють
Батьки хочуть допомогти дитині	Батьки впливають
Батьки лише повторюють почуте	Батьки хочуть допомогти собі
Батьки схвалюють рішення дитини	Батьки хочуть висловитись
Батьки думають перш за все про інтереси дитини	Батьки мають самі знайти шлях розв'язання проблеми
Батьки відносно пасивні	Рішення має задовольняти батьків
	Батьки перш за все думають про свої інтереси
	Батьки проявляють наполегливість

Вправа “ПОВЕДІНКА + ПОЧУТТЯ + НАСЛІДКИ”

Продумайте ваші Я-повідомлення у таких ситуаціях:

- ✓ дитина з вами гуляє в дворі і далеко від вас побігла;
- ✓ дитина вас б'є.

Актуалізація проблеми «Складний епізод»

(учасників потрібно забезпечити аркушами і ручками)

Психолог. Усіх вас, шановні батьки, іноді викликають складні ситуації під час спілкування з дитиною. Пригадайте випадки, які трапилися в минулому, або ті, що спричинили відчуття дискомфорту і досі хвилюють вас. Хто хоче розповісти про який-небудь випадок свого спілкування з дитиною, що вас стурбував?

Предметом аналізу є складні ситуації спілкування батьків з дитиною. Ідеться не про якості або властивості дитини, взяті окремо, а про конкретну ситуацію, в якій ця якість виявилася або проявляється.

Розповідь батьків будується в довільній формі, оповідач не обмежують у часі, психолог стежить за тим, щоб його не перебивали. На цьому етапі психолог і члени групи уважно спостерігають за поведінкою та емоційними реакціями оповідача, роблять записи для подальшого обговорення.

Вправа 6. Інтерактивний метод «Ажурна пилка» «Основні способи, якими ми виражаємо любов» (10 хв.)

Мета: ознайомити учасників з основними способами, якими ми виражаємо любов до дитини: дотик, слова-заохочення, проведений разом час, подарунки, допомога.

Хід вправи: учасників ділимо на 5 груп. В кожній групі обирається інформатор, який вивчає завдання і по колу передає інформацію кожній групі. Кожна підгрупа презентує свій спосіб любові до дитини. Психолог узагальнює у вигляді схеми.

Обговорення інформації. Запитання для обговорення:

- Які знання ви отримали, виконуючи цю вправу?
- Чи використовуєте ви ці способи у повсякденному житті?

П'ять шляхів до серця дитини



Вправа 7. «Лялька Бінго» (10 хв.)

- Візьмемо аркуш паперу, складемо його пополам і спробуємо «вирвати» силует дитини.

Розвернемо і у нас вийшов гарний малюк. На ніжках його напишемо мрію вашої дитини, на чревці – улюблену справу, на ручках – захоплення або ігри, на лобіку – улюблене місце відпочинку.

А тепер нехай кожен зачитає свої висловлювання, підніміть руку у кого вони співпали, а у кого є щось своє. Ми всі різні, але в той же час у нас є багато чого спільного.

- Що допомагає людям пізнати одне одного?

Рефлексія.

- Що було цікавим під час виконання вправи?
- Який висновок для себе зробили?

Пам'ятайте! Спілкування з дитиною – це шлях до її пізнання.

Коментар: Кожна дитина – особистість єдина і неповторна. Щоб вона була щаслива і здорова, потрібно створити умови для збереження її душевного комфорту.

Висновок: На кожному етапі розвитку дитини ми використовуємо різну мову нашої любові. Тому для батьків важливо обрати саме ту мову (дотик, слова-заохочення, час, подарунки, допомога), яка розчулить серце дитини.

Поради для батьків щодо створення емоційного комфорту для розвитку і виховання дітей. (3 хв.)

1. Звертаєтесь до дитини лагідно на ім'я. Хай у ваших словах буде любов до неї.
2. Цікавтесь бажаннями дитини. Прагніть розумно і корисно задовольняти їх.
3. Зробіть дитинство ваших дітей спокійним, захищеним, радісним, сповненим приємних вражень.
4. Тактовно розв'яжуйте конфлікти з дитиною.

А найголовніше – любіть! Діти по різному відчують любов, але кожна дитина її потребує.

Вправа на релаксацію «Батьківська скарбничка»

Мета: підвести підсумки тренінгу

Хід проведення

Кожен учасник повідомляє у чаті про «скарб» - знання, уміння, навички, отримані впродовж тренінгу. Тренер пропонує кожному з учасників написати про здобуті скарби. Учасники по черзі «кладуть скарби» у чарівну скриньку, коментуючи свою дію.

Використані джерела

1. Робота психолога з батьками/Упоряд. Т. Гончаренко.- К.: Вид. дім «Шкільний світ»: Вид. Л.Галіцина, 2006.
2. Кочерга О. Психологія раннього дитинства.- К.: Вид. дім «Шкільний світ»: Вид. Л.Галіцина, 2006.
3. Чуб Н. В. Довідник для батьків дошкільників. Психологія від А до Я.- Х.: Веста, 2007, - 160 с.