** Центр психолого-медико-социального сопровождения**

**«Со-Действие»**

***Тренинг для родителей***

***«Влияние стилей семейного воспитания на эмоциональное благополучие ребенка»***

**Подготовила:**

Педагог-психолог I квалификационной категории Зуева С.С.

г. Клин.

**Цели:**

1. Диагностика внутрисемейных отношений.

2. Ознакомление родителей со стилями семейного воспитания.

3.Способствовать приобретению родителями практических навыков и знаний эффективного взаимодействия с детьми.

4. Улучшение психоэмоционального состояния.

**Методы:**

1. Проективная методика.
2. Лекция.
3. Беседа.
4. Видеопрезентация.
5. Игра.
6. Арттерапия.
7. Музыкотерапия.

**Структура тренинга:**

1. Знакомство с участниками.

2. Диагностика.

3. Основная часть:

* Презентация. «Стили семейного воспитания»;
* Решение проблемных ситуаций;
* Игра «Пантомима» («Через стекло»);
* Игра «Я умея»;
* Игра «Гармоничный танец»

4. Рефлексия.

**Материалы к тренингу:** метафорические ассоциативные карты «Она»; листы А4 с шаблоном герба, краски по числу участников, повязки на глаза, брошюры «Помогу своему ребенку», музыкальное сопровождение .

**Ход тренинга:**

***1. Знакомство с участниками:***

В начале тренинга педагог-психолог знакомится с родителями, рассказывает о своих функциях и задачах, дает представление о том, какую помощь он может оказать. Разъясняет, что детская психология не является отраслью медицины, а занимается изучением закономерностей нормального развития ребенка и основной задачей психолога является создание необходимых условий для такого развития. Это позволит снять негативную и неадекватную установку по отношению к психологу и установить партнерские отношения с участниками тренинга.

***2. Диагностика:***

*Слово ведущего:* Любовь к ребенку — эмоциональная близость и взаимопонимание — не является врожденной способностью матери и отца и не возникает по мановению волшебной палочки с рождением ребенка. Способность его любить формируется в практике родительства, в процессе совместной деятельности и общения с ребенком, принося матери и отцу ощущения счастья, полноты самореализации и самозавершенности. Ребенок в своем развитии проходит через определенные стадии, но и его родители, семья минуют один закономерный этап за другим, причем у каждого этапа свои специфические задачи, особенности и трудности. В этих условиях взаимоотношения во многом предопределены такими факторами, как семейные ценности и стили воспитания. Стили семейного воспитания, выбранные родителями сегодня и их влияние на эмоциональное благополучие ребенка и есть тема нашего сегодняшней встречи.

1. В качестве методики для диагностики внутрисемейных отношений были выбраны ассоциативные метафорические карты «Она». Первый закон метафорических карт звучит следующим образом: «На карте изображено то, что видит клиент». Благодаря неоднозначности трактовки изображения каждой карты можно помочь открыться родителям. Предлагая родителям по очереди вытянуть карту, задается вопрос: «Опишите Ваше текущее состояние как родителя». Ответы кратко фиксируются психологом. Затем во втором круге предлагается ответить на вопрос: «Как Вы хотите видеть себя в будущем?» И третья карта помогает ответить на вопрос: «Что Вам необходимо сделать от перехода от настоящего Я к будущему?» Метафорические ассоциативные карты являются проективной методикой, в которой благодаря образу можно увидеть внутреннее состояние.

*После высказываний родителей – дискуссия. (*Обсуждение услышанного друг от друга).

 ***3. Основная часть:***

Психолог предлагает ознакомиться с научной базой стилей воспитания, положительных и отрицательных сторон каждого из этих стилей.

*Слово ведущего:* Подобно тому, как неповторима личность каждого человека, индивидуальны отношения между супругами, столь же сложны отношения родителей к своему ребенку, неоднозначны стили семейного воспитания. Под стилем семейного воспитания понимается совокупность родительских стереотипов, воздействующих на ребенка. Наблюдения за воспитанием детей в различных семьях позволили психологам составить описание различных типов воспитания.

*Родителям показывается подготовленная презентация в формате Office PowerPoint. Содержание презентации: чередующиеся слайды с фотографиями эмоций детей, информационных блоков об основных стилях воспитания (демократический, контролирующий), положительных и отрицательных сторон каждого из этих стилей под сопровождение специально подобранной музыки.*

А. Болдуин выделил два стиля родительского воспитания — демократический и контролирующий*.*

Демократический стиль характеризуется следующими параметрами: высокая степень вербального общения между родителями и детьми, включенность детей в обсуждение семейных проблем, успешность ребенка при готовности родителей всегда прийти на помощь, стремление к снижению субъективности в видении ребенка.

Контролирующий предполагает существенные ограничения поведения ребенка при отсутствии разногласий между родителями и детьми по поводу дисциплинарных мер, четкое понимание ребенком смысла ограничений. Требования родителей могут быть достаточно жесткими, но они предъявляются ребенку постоянно и последовательно и признаются ребенком как справедливые и обоснованные.

На основе своих наблюдений другого исследователя Баурминд выделяет три типа детей, характер которых соответствовал определенным методам воспитательной деятельности родителей.

*Авторитетные родители — инициативные, общительные, добрые дети.*

Авторитетные родители, которые любят и понимают детей, предпочитая не наказывать, а объяснять, что хорошо, а что плохо, не опасаясь лишний раз похвалить. Они требуют от детей осмысленного поведения и стараются помочь им, чутко относясь к их запросам. Вместе с тем такие родители обычно проявляют твердость, сталкиваясь с детскими капризами, а тем более с немотивированными вспышками гнева.

Дети таких родителей обычно любознательны, стараются обосновать, а не навязывать свою точку зрения, они ответственно относятся к своим обязанностям. Им легче дается усвоение социально приемлемых и поощряемых форм поведения. Они обычно энергичны и уверенны в себе, у них лучше развиты чувство собственного достоинства и самоконтроль, им легче удается наладить хорошие отношения со сверстниками.

*Авторитарные родители — раздражительные, склонные к конфликтам дети.*

Авторитарные родители считают, что ребенку не следует предоставлять слишком много свободы и прав, что он должен во всем подчиняться их воле и авторитету. Не случайно эти родители в своей практике, стремясь выработать у ребенка дисциплинированность, как правило, не оставляют ему возможность для выбора вариантов поведения, ограничивают его самостоятельность, лишают права возражать старшим, даже если ребенок прав. Авторитарные родители чаще всего не дают себе труда хоть как-то обосновать свои требования. Жесткий контроль над поведением своего ребенка- основа их воспитания, которое не идет дальше суровых запретов, выговоров и нередко — физических наказаний. Наиболее часто встречающийся способ дисциплинарного воздействия — запугивание, угрозы.

Такие родители исключают душевную близость с ребенком, они скупы на похвалы, поэтому между ними и ребенком редко возникает чувство привязанности.

Однако жесткий контроль редко дает положительный результат. У детей при таком воспитании формируется лишь механизм внешнего контроля, развивается чувство вины или страха перед наказанием и, как правило, слишком слабый самоконтроль, если он вообще появляется. Дети авторитарных родителей с трудом устанавливают контакты со сверстниками из-за своей постоянной настороженности, и даже враждебности к окружающим. Они подозрительны, угрюмы, тревожны и вследствие этого — несчастны.

*Снисходительные родители — импульсивные, агрессивные дети.*

Как правило, снисходительные родители не склоны контролировать своих детей, позволяя им поступать, как заблагорассудится, не требуя от них ответственности и самоконтроля. Такие родители разрешают детям делать все, что им захочется, вплоть до того, что не обращают внимания на вспышки гнева и агрессивное поведение, в результате которых случаются неприятности. У детей же чаще всего нелады с дисциплиной, нередко их поведение становится просто не управляемым. Как в таких случаях поступают снисходительные родители? Обычно они приходят в отчаяние и реагируют очень остро — грубо и резко высмеивают ребенка, а в порывах гнева могут применить физическое наказание. Они лишают детей родительской любви, внимания и сочувствия.

*Слово ведущего:* Детские психиатры утверждают, что семейная атмосфера, насыщенная психическим напряжением взрослых и детей, эмоционально неуравновешенная, формирует детей неуживчивых, истериков или запуганных, мрачных людей.

Детско-родительские отношения имеют для психического здоровья детей первостепенное значение. Механизмы интеграции семьи, в частности взаимоотношение между её членами, играют огромную роль в воспитательном процессе. Их ссоры, обиды влекут за собой значительные последствия.

К детско-родительским отношениям можно отнести следующие понятия:

* доверие;
* сопереживание;
* принятие;
* умение выслушать;
* эмоциональные потребности.

*Далее родителям предлагается сформулировать свой способ реагирования в следующих проблемных ситуациях:*

1. Уже поздно, ребенку пора идти спать, но ему не хочется, а муж все-таки пытается отправить его в кровать. Вы вмешиваетесь и разрешаете ещё немного поиграть, говоря, что завтра выходной. Муж настаивает на своем. Вы…

2. Муж наказал ребенка, но Вам кажется, что проступок не столь серьёзен, и Вы начинаете играть с ребенком. Муж недоволен этим, Вы…

3. Вам обоим нужно задержаться на работе, а с ребенком некому побыть. Вы считаете, что Ваши дела важнее и это должен сделать муж, но он не соглашается. Вы…

*С родителями обсуждаются стили семейного воспитания и его влияние на развитие ребенка.*

*Слова ведущего:* А теперь предлагаю вам перейти от теории к практике. Ведущим видом деятельности в дошкольном возрасте является ига. С помощью игры ребенка можно научить новому, а так же выстроить и общение. Все мы знаем, что с ребенком НАДО играть, но не всегда знаем ВО ЧТО. Сегодня мы будем учиться играть с детьми, при этом играя друг с другом.

*Игра: «Пантомима» («Через стекло»)*

А сейчас встаньте в пары и представьте, что вы разделены толстым стеклом и не слышите, что хочет сообщить ваш партнер. Вы можете общаться только с помощью рук.

Варианты диалогов:

* У меня болит горло.
* Выпей горячего чая с вареньем.
* Купи мне мороженного.
* Нельзя, заболеешь.
* Дай мне поиграть твою машинку.
* Нет, я сам хочу поиграть.
* Выходи гулять, будем играть в футбол.
* Я еще не ел.

*Игра: «Я умею»*

А теперь я приглашаю вас выступить на сцене. По одному выходите к микрофону и продолжит фразу: «Я умею....», а затем покажите свое умение. Остальные в это время должны слушать внимательно, так как каждое умение может быть названо только один раз. Если кто-то не сумеет вспомнить, что он еще умеет делать из неназванного, выбывает из игры. Выигрывает тот, кто выступит последним.

*Игра: «Гармоничный танец»*

В игре участвуют парно. Один закрывает глаза (лучше надеть повязку). Встают друг напротив друга, легко прикасаются ладонями. Звучит плавная музыка. Ведущий делает плавные движения руками, телом, приседает, слегка отходит в стороны, вперед, назад. Задача ведомого следовать за руками ведущего и повторять его движения, не потеряться

Замечание. Не допускать смены ролей, то есть ведомый не должен вести ведущего. Можно разрешить ведомому выполнять упражнение сначала с открытыми глазами.

И не забывайте, что игре не обязательно выделять время, играйте с ребенком между делом. Например, по пути в детский сад пусть он жестами опишет, что ему снилось, а вы угадываете или по пути из детского сада вы опишете ему свой день, а угадывать будет он. Во вторую игру можно поиграть, когда у вас гости. А в третью всей семьей. Это непременно сблизит вас и даст почувствовать вашему ребенку эмоциональную близость с вами.

***4. Рефлексия:***

*Слова ведущего:* А сейчас я предлагаю Вам нарисовать герб вашей семьи. Расскажите в рисунке какая она ваша семья, думаете ли вы внести в ваше общение с ребенком какие изменения. Что-либо было важного для вас на этом тренинге, и что именно.

*Музыкальное сопровождение в процессе рисования обязателен (успокаивающий)*

Подведя итог нашей сегодняшней встречи, хочется сказать, что психологическое благополучие в семье, его климат, в основном зависит только от вас, от ваших эмоций, душевного равновесия, эмоциональной стабильности. Климат семьи – индикатор того, как все-таки в доме живется ребенку, что чувствует он, находясь с вами, унижен ли или парит ли в небесах. Чем более ориентированы родители на представление возможности выбора ребенку, понимают и чувствуют, чего хочет ребенок, чем больше уделяют ему внимания и ребенок занимает важное место в их жизни, а так же чем более четко описывают они свои требования, сдерживают обещания, те более благополучен ребенок.

На этом наша встреча подходит к завершению, спасибо за сотрудничество.