

Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
детский сад № 52

ТРЕНИНГ ДЕТСКО-РОДИТЕЛЬСКИХ ОТНОШЕНИЙ



Разработала и провела: Сапелкина А.Р. педагог-психолог

г. Армавир, 2018г.

Цель тренинга – гармонизация эмоциональных связей в семье.

Задачи, решаемые в ходе тренинга:

- создать условия для эмоционального сближения членов семьи;
- обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций;
- научить участников тренинга способам снятия эмоционального напряжения, уметь находить выход негативных эмоций;
- формировать у каждого из участников тренинга чувства эмпатии;
- формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей.

Упражнение «Давайте поздороваемся»

Все участники становятся в круг (родители рядом со своими детьми). Задача участников поздороваться со всеми и представить свою семью, рассказав о том, какая их семья, что они любят и т.д. Например: Мы семья Ивановых, меня зовут Марина, а это моя дочка Катя. Мы очень любим путешествовать.

Упражнение «Пусть всегда будет»

Ведущий рассказывает участникам о том, что один маленький мальчик придумал такие слова: «Пусть всегда будет солнце, пусть всегда будет небо, пусть всегда будет мама, пусть всегда буду я!», и предлагает придумать каждому своё самое заветное «пусть».

Упражнение «Пазл»

Родители с детьми разбиваются на пары и садятся за стол, далее левая рука ребенка привязывается к правой руке родителя и убирается за спину, каждой паре раздается пазл и предлагается его собрать, но при этом нужно действовать слажено и уважать друг друга.

Упражнение «Репка»

Всем участникам раздаются роли и соответствующий реквизит из известной сказки «Репка». Далее психолог зачитывает данную сказку, а участники представляют себя актерами и разыгрывают постановку.

Упражнение «Добрые ладошки»

Родителям с детьми в парах раздается лист бумаги и карандаши/фломастеры, родителям предлагается обвести свою ладонь, а внутри своей ладони обвести ладонь своего ребенка. Парам нужно написать

внутри ладоней пожелания, чувства, которые они испытывали во время тренингов, а также при желании разукрасить рисунок или что-либо дорисовать.

Рефлексия