

## «ДОМ СЧАСТЬЯ»

### Тренинг

**Цель:** способствовать осознанию значимости семьи в жизни человека.

#### **Задачи:**

1. Расширение контакта между родителями.
2. Повышение педагогической культуры родителей.
3. Познакомить родителей с методами и приемами, способствующими развитию гармоничных родительских взаимоотношений.
4. Создание благоприятного эмоционального климата в семье.

**Материалы:** макет дерева, листики разного цвета разные предметы: камушки, ракушки, бусинки, перья, пробки, киндер-сюрпризы и т.д., бумага фломастеры, карточки со словами: терпение, трудолюбие, любовь, взаимопонимание, верность, доброта, дети, ответственность, забота, честность, семейные традиции, дружба, прощение, понимание, долг, материальный достаток, уважение, самопожертвование, порядочность.

#### **Ход тренинга**

**1. этап** Педагог-психолог: Добрый вечер, дорогие родители. Я благодарю вас за то, что вы пришли на тренинг. Сегодня мы с вами пообщаемся в тесном, семейном кругу, ведь детский сад - это одна большая, дружная семья.

Психологический тренинг – это тренировка души, разума, тела. Человек усваивает 10% того, что слышит, 50% того, что видит, 90% того, что сам делает.

#### **Упражнение «Чудо-дерево»**

Цели: знакомство участников, разрядка обстановки.

*Инструкция.* Педагог-психолог и родители встают в круг. Каждому участнику предлагается выбрать листик того цвета, который у него ассоциируется с его семьей, написать на нем свое имя (или имя и отчество, если как участник хочет, чтобы к нему так обращались) и прикрепить на дерево. Прикрепляя листик на дерево, каждый участник называет свое имя (имя, отчество) и цвет, например: «Меня зовут Таня, мой цвет - желтый. Он похож на ... (называет, на что он похож) в моей семье». Каждый участник практикума высказывается о своем выборе.

После выполнения упражнения педагог-психолог делает вывод:

«Посмотрите, какое разноцветное дерево у нас получилось. На нем можно увидеть листья разного цвета: желтого, красного, коричневого, зеленого. Все листья разные. Точно так же и семьи - все разные. Одинаковых семей быть не может. У каждой семьи бывает разное настроение (веселое, грустное, спокойное), как и у нашего "Чудо-дерева"».

#### **Упражнение «Волшебные предметы»**

Психолог выкладывает на столе разные предметы: камушки, ракушки, бусинки, перья, пробки, киндер-сюрпризы и т.д., предлагает участникам тренинга найти предметы, которые напоминают им членов их семьи, объяснить, почему они выбрали этот предмет, какие черты характера у этого предмета. Например. Я взяла пёрышко, оно напоминает мне мою дочь, оно такое же мягкое, ласковое, лёгкое. Создать модель семьи. Сочинить сказку о том, как живут вместе все эти предметы. Обсуждение.

#### **Упражнение «Живой дом»**

Цель: диагностировать субъективное восприятие психологического пространства семейных отношений.

Перед участниками лежит лист бумаги. Нужно написать в колонку имена 7-8 человек, которые влияют на их жизнь, рядом нарисовать дом, у которого обязательно должны быть фундамент, стены, окна, крыша, чердак, дверь, дымоход, порог, и предоставить каждой части дома имя конкретного человека. Затем происходит интерпретация результатов.

Фундамент – положительное значение: основная материальная и духовная опора семьи, тот на ком все держится; отрицательное значение: человек, на которого все давят.

Стены – человек, который отвечает за эмоциональное состояние семьи и автора рисунка непосредственно.

Окна – будущее, люди от которых родина ждет, на кого возлагает надежды (в норме – дети).

Крыша – человек в семье, который жалеет и оберегает автора рисунка, создает ощущение безопасности.

Чердак – символизирует секретные отношения, а также желание автора иметь с этим человеком более доверчивые отношения.

Дымоход – человек, от которого автор рисунка получает или хотел бы получить особую опеку, поддержку.

Двери – информационный портал, тот кто учил строить отношения с миром.

Порог – человек, с которым автор рисунка хотел бы общаться в будущем.

Выводы. Методика дает возможность за короткое время определить роль автора рисунка с каждого члена семьи.

## **2 этап Упражнение «Ассоциация»**

У каждого свое представление о семье. Какие ассоциации с этим словом возникают у вас?

- Если семья — это постройка, то какая...
- Если семья — это цвет, то какой...
- Если семья — это музыка, то какая ...
- Если семья — это геометрическая фигура, то какая...
- Если семья — это настроение, то какое...

Обсуждение возникших ассоциаций.

Всегда ли ассоциации соответствуют действительности? (10 мин)

Очень большое отношение придавали наши предки семейным отношениям, воспитанию ребенка. С самого его рождения ребенка сопровождается обрядами и традициями, отмечают в семье большим праздником. Чтобы ребенок мог почувствовать опору и заботу в семье с самых первых дней.

У поэтов определение семьи звучит так:

Моя семья – мое убежище

Моя берлога – крепость, лежбище.

Маяк заметный среди шторма

Мое спасение от бури.

Мой верный поводырь и страх

Мой светлый мир, где мне не ведом страх

А что значит семья для ребенка?

Это место его рождения и становления

### **Упражнение «Представление о своей будущей семье»**

Психолог: «Закройте глаза, расслабьтесь и войдите каждый в свое внутреннее пространство. Представь, что ты – взрослый человек. Вот ты идешь по улице,ходишь к своему дому, поднимаешься по лестнице, открываешь дверь своим ключом. Что ты видишь, что слышишь, какие запахи чувствуешь? Твоя семья радостно встречает тебя или каждый занят своими делами? Ты проходишь в комнату. Оглянись внимательно, что ты видишь, кто в ней находится?»

Обсуждение: каждый участник рассказывает о том, что он видел. Это упражнение можно провести несколько раз в течение тренинга для оценки состояния участников группы.

### **Притча**

Давным – давно жила большая семья, в которой было много членов семьи, но не было между ними согласия. Устали они от ссор и раздоров. И вот решили члены семьи обратиться к мудрецу, чтобы он научил их жить дружно. Мудрец внимательно выслушал просителей и сказал: «Никто не научит вас жить счастливо, вы должны сами понять, что вам нужно для счастья, напишите, какой вы хотите видеть свою семью». Собралась эта огромная семья на семейный совет и решили они, чтобы семья была дружной, надо относиться друг к другу, придерживаясь этих качеств: Каких?

### **Упражнение: «Качества счастливой семьи»**

А сейчас мы давайте рассчитаемся. Не на 1.2.3. а раз у нас семейная тема рассчитаемся по членам семьи мама, брат, сестра.

Сейчас все мамы шаг вперед вот ваше задание – качества счастливой семьи.

Все сестры шаг вперед – вот это ваше задание -семь благ семьи.

Все братья-шаг вперед -вот это ваше задание- Семь определений счастливой семьи»

### **Упражнение «Семейные праздники»**

В каждой семье справляют праздники. Наряду с традиционными, т.е. такими, которые празднует вся страна у каждой семьи есть свои собственные. Давайте; поиграем. Кто последним назовет семейный праздник, тот – победитель.”

(День рождения, день бракосочетания, проводы в армию, новоселье, вручение аттестата об окончании школы, день первой зарплаты, поступление в первый класс, прощание с детским садом, прощание с начальной школой, покупка дачи, автомобиля, победа в конкурсе...)

### **Упражнение «Строим дом своей мечты»**

У каждого человека, а тем более у каждой семьи, должен быть дом, и не просто крыша над головой, а место, где его любят и ждут, понимают, принимают таким, каков он есть; место, где человеку тепло и уютно, куда хочется возвращаться.

Каждая микрогруппа должна “построить” дом своей мечты. Договоритесь, из каких “кирпичей” вы построите свой дом, какой будет фундамент, какое название дадите крыше, стенам и т. д. Время на строительство дома – 3 мин. По сигналу педагога или его помощника работу следует закончить. От группы выступает один человек и рассказывает, каким будет их дом. Каждый следующий выступающий должен назвать только те “кирпичи”, которые не были названы до него.

Давайте попробуем смоделировать счастливую семью, работая в группах.

Задание группам: У вас на столах лежат карточки со словами: терпение, трудолюбие, любовь, взаимопонимание, верность, доброта, дети, ответственность, забота,

честность, семейные традиции, дружба, прощение, понимание, долг, материальный достаток, уважение, самопожертвование, порядочность.

Давайте построим дом счастья. Что вы положите за основу, что для вас главное, а что второстепенное? (дети строят, по ходу объясняя, что лежит в основе хорошего дома)

Постепенно складывая по кирпичику воздвигаем стены, затем ставим крышу-крышу хорошего настроения.

-К слову **ДОМ** придумайте прилагательные.

Д: Надёжный, любимый, красивый, уютный, тёплый.

-А теперь придумайте глаголы.

Д: Охраняет, оберегает, защищает, обогревает, любит.

В доме уютно, а это самое главное.

Итак, мы построили с вами «Дом счастья». Счастье человека в семье – наибольшая нравственная ценность. Где, как не в семье, получает человек то, к чему он стремится в любом возрасте: ощущение своей нужности близким, осознание, что любим и любишь сам, веру, что есть на земле место, где тебя ждут и любят.

**3 этап Ритуал завершения – 5 мин**

**Упражнение Рефлексия занятия**

Что понравилось? Что не понравилось? Что получили нового?

Ритуал прощания «Аплодисменты»

Ведущий начинает хлопать в ладоши и подходит к одному из участников группы. Затем этот участник выбирает из группы следующего, кому они аплодируют вдвоем. Третий выбирает четвертого и т. д. Последнему участнику аплодирует уже вся группа.

**Упражнение «Обратная связь»**

Ход: «Уважаемые участники, в конце тренинга я прошу оставить отметку в виде точки на мишени в четырех секторах. Место вашей отметки зависит от оценки вашей работы по четырем критериям: 1. Деятельность ведущего. 2. Содержание занятия. 3. Деятельность участника (самооценка). 4. Психологический климат в группе. Оценка осуществляется по 10-балльной шкале»