

## Детско-родительский тренинг «Вместе дружная семья»

Цель: гармонизация эмоциональных связей в семье.

Задачи:

- создать условия для эмоционального сближения членов семьи;
- обучить участников навыкам самовыражения чувств и эмоций, самопрезентацию;
- формировать навыки эмоциональной поддержки у детей и родителей.
- развитие коммуникативных навыков;
- снятие психоэмоционального напряжения.

Планируемый результат:

Конструктивному взаимодействию, возможность посмотреть на своего ребенка со стороны, в незнакомой для них ситуации, увидеть модель взаимодействия в других семьях. Признание за ребенком права на собственный выбор, на собственную позицию. Возможность перестройки неэффективных стереотипов взаимодействия в психологически безопасных условиях тренинговой группы.

- Упражнение «Давайте познакомимся»  
Называем свое имя и перебрасываем шарик кому хотим, следующий так же называет свое имя...
- Упражнение «Давайте здороваемся»  
Все участникам ходят под музыку и разными способами здороваются. Предлагается выбрать способ поздороваться, как можно с большим количеством участников разными способами: словами, улыбкой, локтем, коленом, спиной, бедром, лбом и т.д.
- Упражнение «Поменяйтесь местами те, кто...»  
У кого светлые волосы; кто любит манную кашу; у кого карие глаза; у кого есть кошка; кто любит пасмурную погоду; кто любит собирать ягоды; кто любит мороженое; у кого есть собака; у кого сейчас хорошее настроение?
- Упражнение «Где мы были, мы не скажем, а что видели покажем».  
Родители с детьми обсуждают, что и как будут показывать (3 мин).  
Вспоминают свою последнюю прогулку в театр, музей, домашние интересные занятия или просто прогулку и показывают с помощью мимики и пантомимики.
- Упражнение «Слепой и поводырь»

Участвуют “родитель – ребёнок”. Одному из участников по желанию завязывают глаза. Он “слепой”. Второй будет его водящим. Участие принимает каждый игрок.

Как только зазвучит музыка, “поводырь” бережно поведёт “слепого”, преодолевая препятствия . Только ничего нельзя говорить при этом.

Когда через некоторое время музыка выключается, игроки меняются ролями. А когда возвращаются в круг, то рассказывают, что пережили во время прогулки.

- Игра «Волшебные картинки»  
Каждая семья получает «волшебные картинки» (разрезные картинки, пазлы). Собрать их может только дружная семья. По сигналу семейные команды приступают к работе. Те, кто проиграл в конце игры исполняют песни, стихи или др.
- Упражнение «Закончи фразу» *(для родителей)*
- Быть ребенком хорошо, потому, что...
- Быть ребенком плохо, потому, что...
- Я хорошая мама, потому, что...
- Ø Упражнение «Закончи фразу» *(для детей)*  
«Мама меня любит за...»
- Упражнение “Ромашка из ладошек”  
*Материалы:* ватман, фломастеры.  
Обведите свою ладонь на ватмане и напишите в центре свое имя (детям помогают писать родители). В центре ладони напишите пожелания, настроение, отношение к такому мероприятию или просто пожелание кому-либо из присутствующих.  
  
В конце ладони располагаются на ватмане таким образом, чтобы из них получилась ромашка или кокой либо другой цветок.
- Обсуждение упражнений