Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Краевой конкурс профессионального мастерства

«Педагог-психолог Кубани в 2021 году»

Конкурсное испытание

«Защита реализуемой психолого-педагогической практики»

**ОПИСАНИЕ РЕАЛИЗУЕМОЙ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЙ ПРАКТИКИ**

**На примере авторском профилактическом тренинге**

**для родителей (взрослых)**

**« РОДИТЕЛИ И ДЕТИ»**

**Чумакова Анастасия Анатольевна**,

Педагог-психолог МБОУ СОШ№14 пгт Ильского

 МО Северский район им. Тылькиной В.А.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

**ЧАСТЬ I. ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О ПРОФИЛАКТИЧЕСКОМ ТРЕНИНГЕ**

 **« РОДИТЕЛИ И ДЕТИ»**

***1.Наименование и направленность тренинга.***

 Тренинг «Родители и дети» является профилактическим тренингом, направленным на коррекционную, психопрофилактическую работу педагога-психолога с родителями учащихся: профилактику детско-родительских отношений, стресса, тревожности, и других трудностей психологического характера, которые возникают во взаимоотношениях между родителями и их детьми.

***2.Информация о разработчике(-ках), участниках и месте реализации тренинга, то есть организации ( название, сайт, телефон, электронная почта, руководитель, контактное лицо).***

 Разработчик тренинга Чумакова Анастасия Анатольевна, педагог-психолог МБОУ СОШ №14 пгт Ильского МО Северский район им.Тылькиной В.А , ул Пионерская, 32, сайт <https://sosh14.obr23.ru> , электронная почта: scool14@sever.kubannet.ru тел:+7(861)6669511, директор Окишева Лариса Григорьевна.

***3. Описание целей и задач, на решение которых направлен тренинг.***

 Цель тренинга: обеспечить психологическую готовность к позитивному и устойчивому эмоциональному контакту родителей во взаимоотношениях с детьми на основе гештальт-подхода. Под психологической готовностью подразумевается : общая эмоциональная готовность к ситуации общения родителей с детьми, внутренняя психологическая настроенность на позитивные отношения.

 Задачи:

 1.Сформировать осознанное, ответственное представление к общению родителя с ребенком как ресурсу сохранения отношений.

 2. Помочь осознать свои внутренние ощущения и чувства в ситуации поощрения ребенка.

 3.Сформировать осознанное представление влияния родителей на своих детей.

 4.Помочь родителям в роли ребенка осознать чувства как в негативных, так и в позитивных ситуациях: попросить прощения, поблагодарить, выразить обиду итд.

 5.Научить способу снятия эмоционального напряжения в ситуации конфликта с ребенком.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

***4. Целевая аудитория, описание ее социально-психологических особенностей.***

 Целевая аудитория тренинга: родители детей 5-8-х классов общеобразовательной организации.

 В раннем подростковом и подростковом возрасте, чаще всего , учащиеся имеют трудности в общении не только со сверстниками (одноклассниками), учителями, но и с родителями (законными представителями). Как педагогу-психологу нашей школы МБОУ СОШ №14 , к сожалению, достаточно, часто приходится сталкиваться с данной проблемой детско-родительских взаимоотношений. Считаю, что данная проблема является одной из самых актуальных тем в профессиональной деятельности педагога-психолога.

 Одно из направлений, которое помогло мне проанализировать проблему детско-родительских отношений- это психологическое консультирование, где на консультацию приходят не только педагоги, дети, но и сами родители. Данное направление заключается в коммуникативном взаимодействии ( беседе) психолога с лицами, нуждающимися в получении консультативной помощи.

 Основными проблемами, с которыми обращаются родители, являются:

1. Межличностное взаимодействие с детьми;

2. Проблема обучения и воспитания;

3.Анализ конфликтных ситуаций с детьми.

 Чаще всего на консультации родители не понимают, почему отношения с их ребенком носит негативный характер, испытывают такие чувства как: тревогу, обиду, агрессию, вину по отношению к своему ребенку. Родителям в данном состоянии трудно анализировать свое поведение, эмоции к ребенку. Часто слышатся такие фразы как: « Я все для него делаю, а он этого не ценит», « Я устала от его поведения», « Мне обидно видеть его проступки», « Он у меня не такой как все», « Что с него взять?» и тд.

 При предоставлении « семейной» анкеты, после ее заполнения, родители перечитывают ее вновь и начинают анализировать свои ответы: чаще всего время с ребенком проводит бабушка, живем одни, применяю словесные наказания, строго отношусь к его оценкам, мало хвалю, решаю семейные вопросы сама без ведома сына и тд. Родители начинают задумываться, почему все так происходит, «где могли они сойти с правильного пути?».

 При беседе, родители поясняют много различных фактов, где неосознанно «деформируют» отношение и поведение ребенка к себе. Происходит осознание родителями данного процесса, что позволяет скорректировать детско-родительские взаимоотношения путем психологических рекомендаций, просветительской информацией и конечно же тренингами на детско-родительские взаимоотношения.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

***5.Методическое обеспечение ( научно-методическое и нормативно-правовое обеспечение) тренинга.***

 Реализация профилактического тренинга по психологической поддержки родителей в детско-родительских отношениях соответствует реализации обобщенной трудовой функции А согласно профстандарту педагога-психолога, а именно функция А/07.7 психопрофилактика ( профессиональная деятельность, направленная на сохранение и укрепление психологического здоровья обучающихся в процессе обучения и воспитания в образовательных организациях).

Методологической основой тренинга являются : гештальтпсихология, а точнее, принцип, в котором ( Вертгеймер М., Келер В., Коффка К., Левин К. и др.) утверждали, что ведущим процессом, фактически, определяющим развитие психики ребенка, выступает восприятие окружающего мира ( если будут наказания ребенка родителями за невыполение им неприятного поступка, то ребенок становится фрустрирующим, агрессивным, по-этому, когда родители хотят от ребенка какой –либо деятельности, но ему это не нравится, то нужно предоставить ему какое-либо поощрение за сделанное действие), теория привязанности (Д. Боулби, М. Эйнсворт). Центральным понятием в теории привязанности является "внутренняя рабочая модель", которая представляет собой неразрывное и взаимообусловленное единство себя и другого. Ребенок познает себя через отношение к нему матери, а мать воспринимает как источник отношения к себе. Эта сложная взаимосвязь в первоначальном варианте, понималась как отношение к себе и к близкому взрослому, которое дает чувство защищенности и безопасности.

 При разработке тренинга педагогу-психологу приходилось руководствоваться научными принципами осуществления профилактической работы: системности, комплексности и непрерывности. При разработке занятия, были исползованы элементы классической теории стресса Г. Селье.

 ***6. Описание основных этапов реализации тренинга.***

 Этапы реализации тренинга включают:

1. Подготовительный этап (реализация информационно- аналитической, коррекционно-профилактической функции, входящая диагностика эмоционального состояния учащихся в семье, дома).

2. Основной этап (реализация тренинга в течение 1 года в общеобразовательных учреждениях.)

3. Завершающий этап (анализ результатов тренинга, получение обратной связи от родителей, выходящая диагностика эмоционального состояния учащихся в семье, дома).

 Тренинг включает в себя 3 раздела:

1.Введение - предконтакт ( знакомство, шеринг- вступление, ситуация-пример, осознание личной ситуации).

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

2.Основа тренинга-контакт (работа родителей над собой, осознание родителями детских чувств в роли ребенка)

3.Завершение - постконтакт (рефлексия)

Участники: родители.

Длительность проведения тренинга 60-120 минут.

Тренинг входит в профилактическую, работу с родителями по запросу.

Психологические техники тренинга подобраны таким способом, чтобы наиболее эффективно организовать помощь родителям в отношениях с детьми. В тренинг включены техники, связанные с приемами коррекции эмоционального состояния родителей, с развитием позитивного отношения к детям, с формированием эмоционального контакта родителей с детьми на позитивном уровне. Данный тренинг научит родителей самостоятельно справляться с эмоциями в конфликтной ситуации путем осознания своих чувств, эмоций и анализируя их путем осознанного проживания.

План тренинга «Родители и дети».

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| №п/п | Раздел | №п/п | Психологические методики |
| 1 | Введение - предконтакт (знакомство, шеринг- вступление, ситуация-пример, осознание ситуации личной). | 12345 | «Круг-знакомство»Шеринг- вступление( беседа « Что такое комфортные отношения?»«Конфликтная ситуация»« Способы разрешения конфликтов»« Умеем ли мы проявлять чувства?» |
| 2 | Основа тренинга- контакт (работа родителей над собой, осознание родителями детских чувств в роли ребенка) | 678 9 | Шкала «На сколько я чувствую своего ребенка» (в начале)«Чрезмерная забота» Круг «Детско-родительские отношения» Шкала «На сколько я чувствую своего ребенка» (в завершении) |
| 3 | Завершение-постконтакт (рефлексия) | 1011 | «Знакомство с ребенком»«Обратная связь» |

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Ход тренинга « Родители и дети».

 Добрый день уважаемые родители! Благодарю вас за то, что вы пришли на наше занятие « Родители и дети»!

 Я думаю, все со мной согласятся, с тем, что столь сильные переживания вызывают у человека ни кто другой, как его дети! Как найти общий язык со своим ребенком? Об этом мы сегодня с Вами и поговорим..

Предлагаю Вам, поучаствовать в упражнениях; где-то по рассуждаем, где-то попробуем встать на место своего ребенка..

Я надеюсь, что после этого тренинга, Вы будете лучше понимать своего ребенка, еще больше понимать интересы друг друга!

И так, начнем с приветствия друг друга.

 1. «Круг-знакомство» . Попрошу всем встать в круг, взяться за руки и по очереди назвать свое имя, пол ребенка и возраст.

Выполнив упражнение, предлагается родителям занять свои места на стульях, которые расположены так же кругом.

 2. Шеринг- вступление( беседа « Что такое комфортные отношения?»).

 Ведется беседа на тему « Что такое комфортные отношения?», каждый родитель высказывает свое мнение. Далее задается вопрос родителям «А как Вы разрешаете конфликтные ситуации с Вашим ребенком?» ( ответы родителей по желанию)

 3. «Конфликтная ситуация». После, предлагается родителям инсценировать конфликтную ситуацию по ролям.( Определяются роли: ребенок, родитель-мама, родитель-папа).

Описание ситуации:

 После школьного собрания родители приходят домой и в ярости требуют объяснений от ребенка. Они говорят о том, что с такими результатами, в будущем, никуда не возьмут после школы.. Ученик спокойно отвечает « Значит пойду работать».

 Как поступить в подобной ситуации?( ответы родителей).

 4. « Способы разрешения конфликтов».

Могу предложить три способа разрешения конфликтов:

1. « Сделать шаг первым».

Ссоры, крики, негативные эмоции- все это разрушает Вас и Вашего собеседника( ребенка) на физическом и психологическом уровне. Крик-признак страха и это не возможно остановить, если одна из сторон не предпримет шаг. Сделайте первый шаг Вы! Ни в коем случае это не будет означать, что Вы слабее или уступили. Наоборот, сильны и стремитесь к самообладанию.

2. « Прекратите обвинять».

Когда пытаетесь сгладить конфликт, не переходите на личности. Первым делом, сосредоточьтесь на хороших качествах Вашего ребенка. Скажите ему об этом, это всегда моментально сбрасывает негатив.

Данная тактика заключается в следующем: снижение тона – желание выйти из конфликта и публичное объявление об этом - «комплимент» ребенку (оказывается, не такой уж он и плохой) - объяснение своих чувств.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

 3. «Извинитесь».

Вас услышал ребенок, понял, попросил прощения за ошибку. А Вы почувствовали внутреннее облегчение, что вышли из конфликта. Но, сделайте еще один шаг, разрешение конфликта- правильно попросите прощение. Не важно, кто был изначально виноват, вы тоже принимали участие в ссоре, в любом случае, извинитесь за это. Вы избавитесь от большого негативного груза и поставите точку в проблеме, а отношения от этого только «выиграют».

Если, все же, в конфликте виноваты Вы, и Вы попросили извинения, а обратной связи нет, не огорчайтесь, просто, не все еще готовы.

 Когда Вы в конфликте с ребенком, эмоциями трудно управлять и тогда, задайте себе вопрос «Что мне важнее, доказать свою правоту или сохранить отношения?»

 5. «Умеем ли мы проявлять чувства?».

 Поднимите руки те, кто вчера:

1. Хвалил своего ребенка (родители поднимают руки).

2. Обнял и поцеловал своего ребенка (родители поднимают руки).

3. Говорил «Люблю» (родители поднимают руки).

А теперь, задумайтесь, что мешает Вам сделать то или иное? Трудно ли для Вас это сделать? Почему? (ответы родителей, обсуждение)

 6. Шкала « На сколько я чувствую своего ребенка» (в начале). Родители определяют на бланках уровень понимания своего ребенка.

 7.А теперь, давайте попробуем разобраться, почему иногда, не только нам, но и ребенку трудно: попросить прощение, высказать свое мнение или быть искренним и тд.

 Каким, обычно, мы хотим видеть своего ребенка? (ответы родителей).

Приглашается в центр круга родитель в роли ребенка и присаживается на стул. Остальным родителям раздаются ленточки.

Психолог продолжает говорить:

-Чтобы ребенок не ругался и не кричал - мы защищаем его от этого.

(родители по очереди завязывают «ребенку» те части тела, про которые говорится.

-Чтобы не плакал и не видел недостойного, не слышал лишнего - мы защищаем его от этого.

-Чтобы не дрался - мы вновь, защищаем его от этого.

-Чтобы не ходил в плохие компании- мы защищаем его от этого.

-Чтобы душа его не страдала- вновь защищаем его от этого..

После этого, психолог задает вопрос: «И что же теперь может такой человек?»

- Выражать свою мысль? - рот скован.

-Наблюдать прекрасное? - глаза закрыты, уши.

- Творить прекрасное - руки связаны.

- Идти по жизни? - страх, скованность в движении (психолог слегка может подтолкнуть «ребенка», для убеждения потери равновесия).

- Сочувствовать, доверять - душа «молчит», скована.

Все мы, родители, стараясь уберечь своего ребенка от негатива, часто ошибаемся, и таким образом, вредим ребенку своей чрезмерной заботой, а потом сами удивляемся, злимся, обижаемся.

 Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Далее, в состоянии «скованности» спрашиваем «ребенка»- комфортно ли тебе? Что ты чувствуешь? (« ребенок» не может сказать, так, как завязан рот, психолог просит родителя освободить ему рот, чтобы «ребенок» смог выразить свое мнение). Далее идет постепенное освобождение « ребенка» от «оков». Ведется обсуждение родителей.

 8.Круг «Детско-родительские отношения».

Далее, предлагается родителям встать в двойной круг (внутренний и внешний).

 Уважаемые родители, те, которые стоят во внутреннем кругу, представьте себя «здесь и сейчас» родителями своих детей. А родителям внешнего круга, предлагаю побыть в статусе ребенка. Представьте себе, что перед вами стоят Ваши родители и Вам здесь и сейчас по 11-13 лет.

Сейчас у вас, дети, будет возможность выразить благодарность или попросить прощение у своих родителей и на оборот, родители смогут сказать ласковые, теплые слова или так же попросить прощение у своих детей за что –либо..Процесс данной техники длится около 1 минуты, после, участники меняются ролями и повторяют вновь. (Включается спокойная музыка для создания настроя на эмоциональный контакт между родителями и детьми ).

После окончания данной техники, ведется обсуждение, родители делятся своими впечатлениями, чувствами, эмоциями.

 9. Шкала « На сколько я чувствую своего ребенка» (в завершении)

Родители повторно определяют на бланках уровень понимания своего ребенка и сравнивают, на сколько изменилась разница шкалы.

 10. «Знакомство с ребенком». (Включается медленная музыка)

А теперь, предлагаю закрыть глаза и представить своего ребенка, вспомнить…каким он был, когда увидели его в первый раз: маленьким, нежным, любимым…Сегодня, он такой же, только подрос.. (2 мин).

 11. «Обратная связь».

Что Вы взяли для себя с этого тренинга? С какими чувствами и эмоциями Вы уходите? (Родители делятся своими впечатлениями, чувствами, эмоциями).

***7.Описание требований к специалистам, задействованным в реализации тренинга, иных требований( технических, материальных и тд.).***

Тренинг реализуется педагогом-психологом общеобразовательной организации по запросу родителей, взрослых. Требования к педагогу-психологу, реализующему данный тренинг определяется Профессиональным стандартом « Педагог-психолог».

Дополнительными требованиями являются:

1.Владение методом « Гештальт-подхода».

2.Владение навыками организатора.

3.Наличие опыта проведения и участие в социально-психологических тренингах.

4.Владение методами телесно-ориентированной терапии, техниками дыхательной и мышечной релаксации.

 ***Материально-технические требования включают:***

1.Оборудованное просторное помещение, позволяющее сесть взрослым людям и выполнять задания в движении.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

2.Индивидуальный раздаточный материал. (бланки диагностики для выполнения задания).

3.Компьютер, колонки, принтер.

4.Интерактивная доска.

***8. Ожидаемые результаты реализации тренинга.***

В результате реализации тренинга ожидается повышение психологической готовности родителей к позитивному выстраиванию отношений с детьми по следующим показателям:

1.Осознанное принятие своих негативных эмоций и чувств родителями по отношению к ребенку и ответственности за данные эмоции.

2.Умение управлять своим психоэмоциональным состоянием.

3.Приобретение навыков выхода с конфликтной ситуации с ребенком.

4.Умение анализировать негативные эмоции своего ребенка.

5.Приобретение навыков правильного выстраивания детско-родительских отношений с ребенком.

 ***9. Факторы, влияющие на достижение результатов тренинга.***

 Для более успешного психологического сопровождения в детско-родительских отношениях требуется не только работа с родителями, но и с учащимися( детьми), так же важную третью роль играют педагоги, которые состоят в звене школьного воспитания и имеют тесную эмоциональную связь в обучении учащихся . И конечно же, эффективность тренинга зависит от самого педагога-психолога.

 Так же важным фактором является и просветительская работа педагога-психолога, где систематически проводятся родительские собрания с участием психолога. На данных родительских собраниях и по запросу родителей важным фактором является и разработка рекомендаций по различным направлениям детско-родительских отношений.

 ***10.Сведения об апробации программы.***

 Апробация тренинга проходила с родителями детей 5-8 классов в период 2019-2020 учебного года. По результатам апробации получены положительные отзывы со стороны родителей-участников программы, учащихся, педагогов и администрации школы.

 По отзывам родителей, тренинг дает эмоциональный ресурс в отношениях с детьми, понижает уровень тревожности, повышает компетентность родителей в воспитании детей, помогает наладить эмоциональный контакт с детьми.

 Эффективность тренинга подтверждается положительной динамикой во взаимоотношениях родителей с детьми.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

 ***11.Список источников, используемых при разработки тренинга «Родители и дети».***

1. Гарибашвили Т. И. Исследования детско-родительских отношений в отечественной психологии // Известия Таганрогского гос. радиотех. ун-та. - 2006. - Т. 68. - № 13. - С. 119-120.

 2.Вартанова И.И. Мотивация учебной деятельности и особенности детско-родительских отношений: дайджест// Психология обучения.-2005.-№9.-С.5-7.

3. Коновалова А. М. Отношение подростков к родителям : уважение, любовь, признание авторитета // Семейная психология и семейная терапия. - 2009. - N 4. - С. 100-114.

4. Корнеева Т. В. Психологические проблемы детско-родительских отношений в неполной семье // Ребенок в детском саду. – 2007. - N 3. - С. 3-8.

5. Набиуллина В. Р. Типы семейного воспитания и их разновидности // Дополнительное образование и воспитание. - 2008. - N 11. - С. 3-7.

6. Овчарова Р. В. Родительство как психологический феномен : учебное пособие / Р. В. Овчарова. – М. : Московский психолого-социальный институт , 2006. - 495 с.
Свердловская ОУНБ; ЕФ; Шифр 88; Авторский знак О-351; Инв. номер 2276844-ЕФ

7.<https://infourok.ru/prakticheskoe_zanyatie_v_ramkah_roditelskogo_lektoriya-339774.htm>.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

**Отзыв**

**на профилактический психолого-педагогический тренинг «Родители и дети» для обучающихся 5-8-х классов педагога –психолога**

**МБОУ СОШ № 14 пгт Ильского**

**МО Северский район им.Тылькиной В.А.**

**Чумаковой А.А.**

 Психолого-педагогический профилактический тренинг для родителей учащихся 5-8-х классов проходил апробацию в МБОУ СОШ № 14 пгт Ильского МО Северский район им. Тылькиной В.А. с родителями учащихся 5-8-х классов с января месяца 2020года по июнь 2020года.

 Тренинг разработан педагогом-психологом А.А. Чумаковой в необходимости обеспечить психологическую готовность к позитивному и устойчивому эмоциональному контакту родителей во взаимоотношениях с детьми на основе гештальт-подхода. Под психологической готовностью подразумевается : общая эмоциональная готовность к ситуации общения родителей с детьми, внутренняя психологическая настроенность на позитивные отношения.

 В результате реализации тренинга наблюдается повышение психологической готовности родителей к позитивному выстраиванию отношений с детьми по следующим показателям:

1.Осознанное принятие своих негативных эмоций и чувств родителями по отношению к ребенку и ответственности за данные эмоции.

2.Умение управлять своим психоэмоциональным состоянием.

3. Приобретение навыков выхода с конфликтной ситуации с ребенком.

4. Умение анализировать негативные эмоции своего ребенка.

5.Приобретение навыков правильного выстраивания детско-родительских отношений с ребенком.

 Из наблюдений за процессом организации и проведения данного тренинга, бесед с классными руководителями и родителями, следует , что родители охотно дут на тренинг. Подобранные техники позволяют родителям справиться с трудностями в детско-родительских отношениях.

 Профилактический психолого-педагогический тренинг «Родители и дети» для родителей учащихся 5-8-х классов подтверждает свою эффективность и может быть рекомендован для реализации в общеобразовательных организациях для профилактической и коррекционной работы в детско-родительских отношениях.

Директор МБОУ СОШ № 14 Окишева Л.Г.

пгт Ильского

МО Северский район им. Тылькиной В.А.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Приложение 1

**Памятка с рекомендациями педагога-психолога для родителей**

 **учащихся 5-8-х классов.**

 1.Умейте слушать своих детей всегда и везде, отдаваясь этому слушанию целиком и полностью. Приложите все усилия, чтобы понять проблему , скрытую за словами.

 2.Внимательно отнеситесь ко всем, даже самым незначительным обидам и жалобам. Не пренебрегайте ничем из сказанного.

 3. Умейте говорить с ребенком так, как если бы вам хотелось, чтобы говорили с вами, проявляя мягкость, уважительность.

 4.Наказывайте, не унижая, а сохраняя достоинство ребенка, вселяя надежду на исправление.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Приложение 2

Проективная методика
«Карта эмоциональных состояний»
(*Светлана Панченко, кандидат психологических наук).*

**Цель:**выявление эмоционального фона развития учащихся.

**Материалы:** информационные карты на каждого учащегося, листы бумаги, карандаши.

**Методические рекомендации:**перед началом диагностического обследования целесообразно поговорить с детьми о том, что такое эмоциональные состояния, как они проявляются у человека. Методика может использоваться как в процессе индивидуальной работы, так и при групповом обследовании.

**Инструкция.** Перед тобой информационная карта, на которой представлены наиболее типичные эмоциональные состояния человека. Рассмотри их. Подумай, какие из них испытывал ты сам, в каких ситуациях (с младшими школьниками можно обговорить ситуации, в которых проявляются те или иные эмоции).

А теперь напиши на листе слово «школа», выбери 2–3 эмоции, которые ты чаще всего испытываешь в школе, и нарисуй их.

Напиши слово «дом» и сделай то же самое.

Напиши слово «одноклассники (сверстники)». Как ты думаешь, какие эмоции испытывают чаще всего твои одноклассники (сверстники)? Выбери 2–3 эмоции и нарисуй их.

Напиши слово «учитель», выбери 2–3 эмоции, которые чаще всего испытывают учителя на уроках, и нарисуй их.

А теперь напиши слово «родители» и нарисуй эмоциональные состояния, которые чаще всего испытывают родители.

**Вариант использования:**можно предложить школьникам выбрать и нарисовать эмоциональные состояния, которые они испытывают на отдельных уроках.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

**Анализ диагностического материала:** определяется частота выраженности позитивных и негативных состояний.

В результате можно выявить:

• какие эмоциональные состояния преобладают у ребенка (позитивные или негативные);

• как он себя чувствует в школе и дома, где ему комфортнее, или он везде ощущает дискомфорт (отсутствие позитивных состояний);

• как он воспринимает окружающих людей, какой эмоциональный фон вокруг себя он ощущает.

При групповом обследовании можно определить, какие эмоциональные состояния преобладают у учащихся данного класса, как воспринимаются учениками учителя, родители, одноклассники.

### Карта эмоциональных состояний



Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

**Часть II. СЦЕНАРИЙ ДЕМОНСТРИРУЕМОГО НА ВИДИОЗАПИСИ ГРУППОВОГО ЗАНЯТИЯ С ПРИЛОЖЕНИЯМИ ( РАЗДАТОЧНЫЙ, СТИМУЛЬНЫЙ МАТЕРИАЛ И Т.П.)**

**План-конспект занятия в рамках профилактического психолого-педагогического тренинга «Родители и дети» для родителей учащихся подросткового возраста педагога-психолога МБОУ СОШ №14 пгт Ильского МО Северский район им. Тылькиной В.А.**

**Чумаковой А.А.**

**( отрывок тренинга продолжительностью в 9 минут).**

**Цель:** достижение родителями осознанного понимания чувств и эмоций своих детей. Переоценка родителями своего отношения к детям.

**Задачи:**

1. Осознанность родителями уровня понимания (чувств) своих детей.

2. Актуализировать значимость выражения чувств родителями для детей.

**Методы работы**: словесный (мини-лекция), диалог (взаимодействие родителей и психолога в общении).

 **Оборудование и материалы:** бланк- шкала «На сколько я чувствую своего ребенка?», ручки, платки.

**Ход занятия.**

**1. Организационный момент (1 мин.)**

Задачи: Организовать родителей через привлечение внимания актуальной для них проблеме. Настроить на предстоящую работу, включая взаимодействие в общении.

*А теперь, давайте попробуем разобраться, почему иногда, не только нам, но и ребенку трудно: попросить прощение, высказать свое мнение или быть искренним и тд.*

**2. Основная часть (7 минут).**

Задачи:

1. Скорректировать эмоциональный контакт в детско-родительских отношениях.

2. Осознать правильные и не правильные методы воспитания детей.

3. Проработать свои чувства родителям «здесь и сейчас» в своем детском возрасте.

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

I. **Актуализация проблемы.**

Задача: Формирование родительской мотивации на психологическую подготовку во взаимоотношениях с детьми:

*Сейчас предлагаю Вам, уважаемые родители, обозначить на*

*шкале « На сколько я чувствую своего ребенка» уровень понимания своего ребенка.*

*На шкале обозначены цифры от 1 до 5, вам нужно выбрать ту цифру или «смайлик» под каким номером считаете, на сколько хорошо пониаете и чувствуете своего ребенка. По увеличению шкалы, повышается уровень понимания своего ребенка. Если есть затруднения, задавайте вопросы! Хорошо! После обозначения шкалы, проанализируйте свой выбор, пожалуйста! Отлично!*

**II. Постановка цели.**

*Первый вопрос:*

*« Достаточно ли Вы хорошо чувствуете своего ребенка?», «Что Вас заставляет беспокоиться за Ваших детей?», «Каким, обычно, мы хотим видеть своего ребенка?»*

*Следующий вопрос: «что Вам нужно изменить?».*

*Итак, мы выявили основную проблему, с которой мы столкнулись в процессе тренинга, например, проблемы могут быть: личностные ( выявились у некоторых участников проблемы в модели воспитания от родителей к детям по поколению) или ситуативные (так же, у некоторых родителей выявились проблемы в определенных жизненных ситуациях, которые повлияли на взаимоотношения между родителями и детьми).*

**III. Действия.**

*Далее, переходим к следующему пункту « действия». Проживание ролей (ребенка, родителя)помогут нам осознать и понять, на сколько трудно выражать эмоции и чувства нашим детям, и разобраться, что конкретно нужно сделать родителям, чтобы наладить или откорректировать детско-родительские отношения. Например, исходя из вывода родителей, нужно больше уделять внимания и времени своим детям, стараться вникать в слова ребенка, распознавать чувства и ощущения ребенка в различных ситуациях и уметь анализировать их ( что сейчас происходит с ребенком, какие чувства и что стоит за ними?).*

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

**Ресурс.**

*Повторное заполнение шкалы « На сколько я понимаю и чувствую своего ребенка?», поможет Вам, уважаемые родители осознать то, какую разницу вы не осознавали в эмоциональном контакте с ребенком. И приходим к выводу, что шкала « На сколько я чувствую и понимаю своего ребенка?»- снизилась как минимум на 1 уровень. Это говорит о том, что здесь и сейчас вы увидели свое взаимоотношение с ребенком до этого тренинга.*

***IV. Намерения.***

*Исходя из проделанной нашей с Вами работы, уважаемые родители, что вы намерены делать, для того, чтобы улучшить взаимоотношения с детьми?*

**3. Заключение (1 минута).**

Задачи:

1. Оценить изменения эмоционального восприятия своей готовности на коррекцию взаимоотношений с ребенком.

2.Получить обратную связь от участников.

3. Подвести итог проделанной работы и мотивировать для дальнейшего взаимодействия родителей с психологом.

*Теперь проанализируйте, уважаемые родители, свое эмоциональное состояние в целом, свое понимание и осознание по отношению к вашим детям, и дальнейшую работу по улучшению взаимоотношений с детьми.*

*Помог ли вам данный тренинг прояснить трудности в детско-родительских отношениях? Что Вы взяли для себя из этого тренинга? С какими чувствами Вы уходите? Может, у кого- то не получилось проработать свою проблему, прошу, озвучьте?*

*И так, подводим итоги, на сколько данный тренинг с элементами гештальт- подхода для Вас ценна? Поделитесь, пожалуйста своими осознаниями! Спасибо!*

Чумакова А.А., Северский район, « Описание реализуемой психолого-педагогической практики»

Приложение 1

Шкала « На сколько я чувствую своего ребенка?»



 3 4 5

 1 2