Тренинг родительской эффективности

 «Учимся разговаривать с ребенком».

 **Педагог-психолог – Ташлыкова Е.С.**

 **Учитель-логопед - ГрищенкоЛ.А.**

**Педагог-психолог:**

 Ребенок, который получает полноценное питание и хороший медицинский уход, но лишен полноценного общения со взрослым, плохо развивается не только психически, но и физически: он не растет, худеет, теряет интерес к жизни. «Проблемные», «трудные», «непослушные» и «невозможные» дети, также как и дети с «с комплексами», «забитые», или «несчастные» - всегда результат неправильно сложившихся отношений в семье.

**Учитель-логопед.** Сегодня мы с вами собрались на тренинг родительской эффективности «Учимся разговаривать с ребенком».

***Цель и задачи:***

 *Повышение родительской компетентности в вопросах воспитания, формирование мотивации на улучшение взаимоотношений с детьми.*

* Познакомить родителей с основами построения эффективных навыков коммуникативного общения.
* Активизировать позитивную модель взаимодействия с ребенком.
* Формировать гармоничные детско-родительские взаимоотношения.
* Помогать родителям сохранять контакт с ребенком.
* Познакомить с эффективными формами работы по развитию артикуляционной моторики для правильной постановки звукопроизношения.

***Правила работы в группе***:( На доске таблички с правилами)

* Доверительный стиль общения («нет" насмешкам и издевкам»).
* Уважение к говорящему (не перебиваем, вопросы после выступления).
* Искренность (если нет желания говорить честно, молчим).
* Активность (старайтесь участвовать во всех упражнениях).
* Уважайте друг друга! (говорить можно только в слух, нельзя шептаться с соседом)
* • Правило поднятой руки. (не выкрикиваем, если что-то очень хочется сказать, поднимите руки.

**Педагог-психолог**

***1.Игровое упражнение-разминка «Дом общения».***

Каждый участник получает вырезанную деталь-кирпичик. По одному выходите к доске крепите кирпичик и зачитываете что там написано. Как вы понимаете написанное? В центре кирпичика написаны слова:

1 кирпичик. **Сравнение.**

«Ты такая же, как твоя подруга. Делаешь те же самые ошибки».

Психолог.

-Результат: у ребенка возникает обида и снижается чувство собственной значимости; снижается самооценка, возникает чувство ревности и развивается соперничество.

2кирпичик**. Пренебрежение.** «Мне бы твои проблемы…».

Психолог.

-Результат: снижение значимости проблемы и связанных с ней переживаний.

3кирпичик. **Приказ.**

«Немедленно успокойся».

Психолог.

-Результат: ребенку высказывают запрет на переживания.

4 кирпичик. **Невключенное слушание.**

Слушающий задает какие-либо формальные вопросы, не затрагивающие сущности проблемы.

Психолог.

-Результат: ребенок чувствует, что его не слушают и он не интересен.

5 кирпичик**. Поторапливание.**

«Короче говоря…», «Я все понял…».

Психолог.

-Результат: ребенок чувствует, что его не слушают и он не интересен.

6 кирпичик**. Интерпретация.**

«На самом деле…».

Психолог.

-Результат: Взрослый придает ситуации другой смысл и интерпретирует ее по-своему.

7 кирпичик**. Критика.**

«Ты не прав, как всегда…», «Ну ты, как обычно…».

Психолог.

-Результат: ребенку не дается право на ошибку, у ребенка закрепляется негативное отношение к своим действиям, формируется низкая самооценка, неуверенность в своих силах.

8 кирпичик**. Предвидение.**

«Я же тебе говорила…», «Я тебя предупреждала…»(повторяется постоянно).

Психолог.

-Результат: формирование низкой самооценки, отсутствие чувства поддержки ( порицание вместо объяснения сути произошедшего - давай подумаем, почему это произошло, как сделать, чтобы данная ситуация не повторялась?)

-Общение, в котором используется негативная лексика, авторитарный тон, задевается чувство достоинства партнеров, указываются какие-то личностные качества, результат общения не устраивает обе стороны, партнеры чувствуют себя неудовлетворенными процессом общения, т. е. «строящийся дом» неустойчив, и в нем нам и нашему ребенку находиться неуютно.

А теперь построим другой дом

1 кирпичик**. Указание на сильные стороны личности** «Пусть так, однако…», «Я знаю, что ты…».

2 кирпичик**. Разрешение на ошибку** «Это бывает с каждым»

3 кирпичик**. Признание объективной сложной ситуации**. «В такой ситуации другого выхода нет»

4 кирпичик**. «Я такой же, как ты».**  «Я бы тоже так поступила»

5 кирпичик**. Указание на положительные стороны ситуации.** « Зато ты теперь имеешь такой опыт». «Хорошо, что это произошло сейчас, а не потом».

6 кирпичик. **Предложение помощи**. Указание на положительные стороны ситуации. «Чем я могу тебе помочь?»

Психолог.

-В таком доме родители и дети чувствуют себя комфортно, используя этически обоснованные формы общения (вежливый, приветливый тон, взгляд), могут договориться между собой и прийти к результату, который устраивает обе договаривающиеся стороны.

И Вам уважаемые родители, выбирать способы общения, при которых полученный дом будет крепким, устойчивым и нам вместе с нашим ребенком в нем будет уютно и комфортно.

**2. Упражнение «Недетские запреты»**

**Материалы и оборудование:** ленточки, стул.

**Педагог-психолог:** Часто родители, делая замечания ребенку, используют неверную тактику. Вместо того чтобы сказать ребенку, что нужно сделать, родители говорят ему, что делать не надо. Давайте попробуем превратить запреты в правила. Ваша задача: создать правила для ребёнка, не употребляя слово «не». Например: не спеши во время еды/будем есть не торопясь и т.д.

**Инструкция участникам.** Выберите ведущего. Ведущий выступает в роли ребенка и садится на стул в центре круга. Задача остальных участников — подходить по одному к «ребенку» и говорить, что ему запрещено делать. То, что вы часто запрещаете своим детям. При этом лентой вы завязываете ту часть тела, которой касался запрет. Например: «Не кричи!» — завязываете рот. «Не бегай» — завязываете ноги и т. д. Начали игр А теперь пусть наш «ребенок» попытается встать… Получилось? Сделать это практически невозможно, если его не развязать. Поэтому сейчас каждый участник подходит к «ребенку», и развязывает ленту, которую завязал, и снимает запрет — говорит, что делать можно. Например: «Не кричи — говори спокойно»

**Примеры которые могут прозвучать:**

Не кричи так громко/ будем разговаривать тихо;

Не рисуй на стене/рисуй на бумаге;

Не обижай другого/играй дружно;

Нельзя переходить улицу на красный цвет/ переходи улицу на зелёный цвет;

Не разбрасывай игрушки/прибирай игрушки на своё место;

Не торопись во время еды/ кушай спокойно.

Сложно было выполнить задание? Почему?

Необходимо использовать такие правила в семье. Тогда общение с ребёнком будут дружественным и доверительным, выполнять такие правила ребёнку будет куда приятнее, чем запреты.

**Педагог-психолог**

**3. Игра "Горячо, утюг!"**

Цель: Отработка навыков взаимодействия взрослого и ребёнка в экстремальной ситуации.

Перед выполнением упражнения ведущий говорит о том, что зачастую **родители,** делая замечания малышам, в опасных для их жизни ситуациях, используют,, мягко говоря неверную тактику. Обращение к ребенку должно быть позитивным, то есть предполагать ответное действие, а не бездействие.

Все участники сидят в кругу. Ведущий по очереди подходит к каждому из них, бросает мяч и **сообщает** об экстремальной ситуации, в которой находится ребёнок.

 Например: "Ваш ребенок уже протягивает руку к горячем утюгу". Участник, к которому обращены эти слова, должен мгновенно отреагировав, остановить ребёнка.

Проводить игру желательно в быстром темпе, называя первые пришедшие в голову слова. Когда все участники выполнят задание, можно провести обсуждение, в процессе которого каждый скажет, доволен ли он своим решением.

Пример ситуаций для проведения игры "Горячо, утюг"

Ваш ребёнок

-тянет руку к горячему утюгу

-пытается включить газовую плиту

-собирается сбросить на пол хрустальную вазу

-выбегает на проезжую часть улицы

-замахивается лопаткой на злую собаку

-целится из рогатки в вашего гостя

-готовится спрыгнуть со второго яруса кровати

-засовывает карандаш в электрическую розетку

-протягивает руку к чашке с горячим чаем

**Релаксация .**

**Упражнение «Маленькая птичка»**

**Цели:** развить чувства эмпатии, дать участникам возможность расслабиться.

**Материал:** перышко.

**Музыкальное сопровождение:** музыка для релаксации.

**Инструкция участникам.** Положите руки на колени, соединив ладони вместе. Закройте глаза. Представьте, что вы держите маленького пушистого зверька или птичку (*коснитесь рук каждого участника перышком*). Он такой крохотный, что легко помещается в ваших ладонях. Он засыпает, поэтому вы стараетесь сидеть без движения, чтобы не разбудить его. Если кому-то хочется погладить своего зверька или птичку, сделайте это осторожно, легким движением… мысленно успокойте зверька. Возможно, он испугался коршуна. Скажите ему что-нибудь ласковое, улыбнитесь ему. Почувствуйте, как его дыхание становится ровным, спокойным, медленным. Он в безопасности… Улыбнитесь ему еще раз и тихонько положите на теплое одеяльце… Теперь можете открыть глаза.

**Вопросы для обсуждения:**

* Как одним словом вы охарактеризуете сейчас свое состояние?
* Как, по-вашему, это состояние возникло?
* Хотели бы вы, чтобы такое состояние возникало у вас чаще? Что для этого необходимо?

**Педагог-психолог**

***Упражнение «Чемодан».***

Представьте, что Вы отправились в дорогу. Что вы возьмете с собой? Что выбросим в мусорное ведро? (Предварительно раздам родителям листы с написанными фразами. Приложение1). Родители встают, читают фразу и крепят к полотну, где нарисован чемодан, либо лист с написанной фразой бросают в мусорное ведро.

**Учитель логопед:**

-Для того чтобы разговаривать с ребенком мы должны научить его говорить.

***Коррекция речевых нарушений у детей.***

**Девиз:**

«Расскажи – и я забуду.

Покажи – и я запомню.

Сделай со мной – и я научусь».

***Виды речевых нарушений:***

* Нарушение звукопроизношения;
* Нарушение фонематического слуха;
* Дисграфия;
* Дислексия;
* Нарушение монологической речи;
* Бедный словарный запас;
* Заикание;
* Общее недоразвитие речи.

***Причины, задерживающие нормальное развитие звукопроизношения у детей.***

* Привычка взрослых подстраиваться к неправильному произношению детей;
* Неясное, косноязычное, торопливое произношение взрослых;
* Взрослые не исправляют неправильную речь ребенка;
* Неразвитая мелкая моторика у детей;
* Проблемы с артикуляционным аппаратом;
* Родители разучились общаться с детьми, дети предоставлены сами себе;

***Артикуляционная гимнастика.***

это зарядка для органов речи:

языка, щёк, челюсти, губ. С её помощью они становятся сильными, подвижными, контролируемыми. Без этого невозможно чёткое звукопроизношение. Её нужно выполнять ежедневно в виде игры.

***Сказка «У бабушки с дедушкой»***

* Толстые внуки приехали в гости.
* С ними худые – лишь кожа да кости.
* Бабушка с дедушкой всем улыбнулись.
* Поцеловать они всех потянулись.
* Утром проснулись – в улыбочку губы.
* Чистили мы свои верхние зубы.
* Вправо и влево, внутри и снаружи.
* С нижними зубками тоже мы дружим

***Сказка «У бабушки с дедушкой»***

* Губы сожмем мы и рот пополощем.
* И самоваром пыхтим, что есть мочи.
* Блюдца поставим, положат блины нам.
* Дуем на блинчик – не в щеки, не мимо.
* Блинчик жуем, завернем и прикусим.
* Блинчик с вареньем малиновым вкусным.
* Чашки поставим, чтоб чаю налили.
* На нос подули – мы чай остудили.

***Сказка «У бабушки с дедушкой»***

* Чаю попили – никто не обижен.
* Вкусный был завтрак – мы губки оближем.
* Дедушка сделал для внуков качели.
* Все мы на них покачаться успели.
* После качели мы в прятки играли.
* Прятались на чердаке и в подвале.
* Дедушка скачет на лошади ловко.
* Звонкие вязнут на глине подковки.
* Вот замедляет лошадка шажочки.
* Мы уезжаем – закончились гости.

***«Качели»***

Ах, качели-карусели,

Заскрипели, полетели.

Раз вперед и раз назад.

Всё летят, летят, летят.

Способ выполнения:

улыбнуться, открыть рот, поочерёдно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы; нижняя челюсть при этом неподвижна

***«Чашечка»***

улыбнуться, открыть рот, поочерёдно упираться языком то в верхние, то в нижние зубы; нижняя челюсть при этом неподвижна

Способ выполнения:

 рот широко открыт, широкий язык поднять кверху; потянуться к верхним зубам, но не касаться их; удерживать язык в таком положении 10-15 с.

*«Гениальность ребенка на кончиках его пальцев» В.А. Сухомлинский*

***Развитие мелкой моторики***

Самомассаж пальцев: массаж шестигранными карандашами, орехами, шишками, пористыми губками, прищепками, стеклянными камушками марблс, морскими камнями;

Су-Джок терапия – массаж специальным шариком, эластичным кольцом;

Шнуровки;

Арт-терапия – работа с песком, с крупой.

Самомассаж шестигранными карандашами

Самомассаж пористыми губками

Расслабление:

 «Кулачки»

Руки на коленях,

Кулачки сжаты,

Крепко, с напряженьем

Пальчики прижаты.

Пальчики сильней сжимаем-

Отпускаем расжимаем.

Знайте, девочки и мальчики:

Отдыхают наши пальчики!

Дышится легко… ровно… глубоко…

«Олени»

Посмотрите: мы – олени,

Рвется ветер нам навстречу,

Ветер стих, расправим плечи.

Руки снова на колени.

А теперь – немного лени…

Руки не напряжены

И рассла-а-а-бле-е-е-ны они!

Советы логопеда:

Разговаривайте со своим ребенком во время всех видов деятельности, таких как приготовление еды, уборка, одевание и т.д.

 ►Говорите, используя ПРАВИЛЬНО построенные фразы, предложения. Ваше предложение должно быть на 1-2 слова длиннее, чем у ребенка.

 ►Говорите чётко, проговаривая каждый звук. При этом ребенок должен видеть артикуляцию звука: положение языка, зубов, губ при произнесении каждого звука

 ►Задавайте открытые вопросы. Это будет стимулировать ребенка использовать несколько слов для ответа. Выдерживайте временную паузу, чтобы у ребенка была возможность говорить и отвечать на вопросы.

 ►Играйте с ребенком в речевые игры: «Придумай слово на определенный звук», «Назови первый звук в слове» и т.д.

**Педагог-психолог.**

**Рефлексия:**

Давайте подведём итог. Закончите, пожалуйста, мою фразу:

* «Из сегодняшнего разговора я поняла…
* «Что узнала удивительного…
* «Хотелось бы продолжить разговор на тему…
* «С сегодняшнего дня начну…»

**Приложение 1**

**«Ты должен»**

**«Это тебе нельзя»**

**«Сколько тебе говорить одно и тоже»**

**«Не вешай нос»**

**«Тебе это не по силам, давай сделаем вместе»**

**«Мне без разницы»**

**«Оставьте меня в покое»**

**«Это бывает с каждым»**

**«Зато ты имеешь теперь такой опыт»**

**«Чем я могу тебе помочь?»**

**«Меня огорчает, когда…»**

**«Ты сердишься, что у тебя забрали игрушку, но драться нельзя, давай договоримся, вместе решим проблему»**

**Приложение 2**

**Памятка для родителей.**

**«Правила общения родителей с детьми»**

ДЕТИ УЧАТСЯ ЖИТЬ…

*Если ребенок растет в критике, он учится осуждать.
Если ребенок растет во враждеб­ности, он учится бороться.
Если ребенок растет в страхе, он учится предчувствовать не­доброе.
Если ребенок растет в жалости, он учится жалеть себя.
Если ребенок растет среди насме­шек, он учится быть замкну­тым.
Если ребенок растет в ревности, он учится завидовать.
Если ребенок растет с чувством стыда, он учится быть винова­тым.
Если ребенок растет в атмосфере поддержки, он учится быть надежным.
Если ребенок растет в обстанов­ке терпимости, он учится быть терпеливым.
Если ребенок растет в похвале, он учится быть признатель­ным.
Если ребенок растет в атмосфе­ре одобрения, он учится нра­виться себе.
Если ребенок растет в сочув­ствии, он учится быть велико­душным.
Если ребенок растет в честно­сти и справедливости, он учится различать добро и зло.
Если ребенок живет в вере, он учится верить в себя и в окружающих.
Если ребенок окружен дружелю­бием, он знает, что мир — это прекрасное место.*

**Правила общения:**

1. Можно выражать свое недовольство отдельными действиями ребенка, но не самим ребенком («Мне не нравится, когда меня обижают», «Мне больно, когда меня бьют», «Мы не разрешаем бегать по комнате», Но не! «Ты нехороший мальчик», «Ты непослушная девочка» и т. д.

2. Можно осуждать действия ребенка, но не его чувства, какими бы нежелательными или  «непозволительными» они ни были. Раз они у него возникли, значит, для этого есть основания. «Тебе грустно, что наши планы изменились и мы не сможем пойти в зоопарк, или ты заболел, и нам придется остаться дома, но мы сможем вместе дома поиграть, порисовать, сделать подарок и т. п.» ; «Ты сердишься, что у тебя забрали игрушку, но драться нельзя, давай договоримся, давай вместе решим…».

Взрослый конкретизирует чувства ребенка и дает понять, что он их видит и принимает, и дает ребенку конкретный пример выхода из ситуации.

3. Не требуйте от ребенка невозможного или трудно выполнимого. Вместо этого посмотрите, что вы можете изменить в окружающей обстановке (Если в доме есть вещи, которыми вы дорожите, то постарайтесь убрать их из свободного доступа и выдавайте только под своим присмотром, при соблюдении определенных правил)

4. Недовольство действиями ребенка не должно быть систематическим, иначе оно перестает восприниматься и может перейти в неприятие самого ребенка.

5. Позволяйте ребенку встречаться с отрицательными последствиями своих действий (или своего бездействия). Только тогда он будет взрослеть, и становиться «сознательным». («Если ты пролил чай, надо взять тряпку и вытереть со стола, и подумать, от чего это произошло, и как этого избежать в следующий раз… »; «Если ты не хочешь убирать игрушки, то я их уберу сама, но у меня не останется времени, чтобы тебе почитать» (если ребенок продолжает неприемлемые для нас действия, то мы выполняем свои обещания и можем убрать игрушки и не давать их какое-то время.)

6. Если ребенку трудно, и он готов принять вашу помощь, обязательно помогите ему. Но при этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам, остальное предоставьте делать ему самому.

7. Если ребенок вызывает своим поведением у вас отрицательные переживания, сообщите ему об этом (Используйте я-сообщение: «Меня огорчает, когда…», «Мне не нравится, когда…». О своих чувствах говорите детям от первого лица. Сообщайте о себе, о своем переживании, а не о нем и его поведении.

8. Не вмешивайтесь в дело, которым занят ребенок, если он не просит о помощи. Своим невмешательством вы сообщите ему: «С тобой все в порядке! Ты сам справишься!»

9. Чтобы избегать излишних проблем и конфликтов, соразмеряйте собственные ожидания с возможностями каждого ребенка (Ориентируйтесь на то, что ребенок уже умеет делать самостоятельно, не требуйте невозможного, используйте индивидуальный подход).

10. Постепенно, но неуклонно снимайте с себя ответственность за личные дела детей, пусть они чувствуют себя ответственными за их выполнение.

11. Покажите ребенку, что вы его уважаете. Помогают только высказанные вслух комплименты, а не то, что вы, возможно, думаете, но не говорите. Важно сказать о том, что вам понравилось, а не безликое «Молодец»: ты постарался, довел работу до конца, внимательно слушал и т. п. .

Старайтесь как можно чаще высказывать одобрение, похвалу, эмоциональное приятие ребенка, и не за что-то, а только потому, что это ваш сын или дочь. Несмотря на все проблемы; как можно чаще подтверждайте, демонстрируйте свое доброжелательное отношение к нему: «Как я рада тебя видеть, мне интересно то, что ты рассказываешь».

12. Сохраняйте дружелюбный тон, всегда быть с ребенком вежливым, теплым;

НЕ НАДО: старайтесь не говорить о каких-то проблемах в поведении детей в присутствии посторонних, (лучше без посторонних, спокойно, с глубоким пониманием ребенка обсудить возникшую проблему и помочь ее решить); хвалить в присутствии ребенка других и ставить кого-либо в пример.

ПОМНИТЕ:

- от Вас ребенку необходимо, по возможности, как можно больше тактильных контактов: обнять, погладить, приласкать.

 СТАРАЙТЕСЬ:

- не говорить с иронией и насмешкой; не делать постоянных замечаний, особенно мелочных и при других людях (взрослых или детях).