**Колесникова О.Б.- соц.педагог**

**ОГБУ СОРЦ «Сосновая горка»**

**Иркутская обл, Зиминский р-н,**

**Занятие с родителями** «Галактика моей семье»

Цель занятия

**Оборудование:**клей, ножницы, цветная бумага, карандаши. Фонограмма спокойной музыки. Карточки рефлексии.

**Ход:**

Добрый день! Давайте поприветствуем друг друга и познакомимся.

В России здороваются за руку. В БРАЗИЛИИ хлопать друг друга по плечу. В ЗИМБАБВЕ трутся спинами. В МАКЕДОНИИ здороваются локтями. В НИКАРАГУА приветствуют друг друга плечами. У АВСТРАЛИЙСКИХ АБОРИГЕНОВ принято тройное приветствие: хлопнуть по ладоням, подпрыгнуть, толкнуть бедром В ИТАЛИИ горячо обниматься

Расскажите о себе и своей семье (возьмите сколько хотите карандашей). На каждую карточку скажите информацию о себе, о своей семье, о своем ребенке.

Уважаемые мамы и папы! Сегодняшняя наша встреча посвящена…

.**Анкета**

Допустимые ответы: «да», «нет», «иногда»

1. Считаете ли вы, что в вашей семье есть взаимопонимание с детьми?

2. Говорят ли с вами ваши дети по душам, советуются ли по личным делам?

3. Знаете ли вы друзей ваших детей?

4. Участвуют ли ваши дети, вместе с вами в хозяйственных работах?

5. Проверяете ли вы, как они учат уроки?

6. Есть ли у вас с ними общие занятия или увлечения?

7. Обсуждаете ли вы с детьми прочитанные книги, газеты, журналы, просмотренные фильмы?

8. Участвуете ли вы вместе с детьми в прогулках, походах?

9. Предпочитаете ли проводить свободное время вместе с ними или нет?

За каждое «да» - 2 балла, «иногда» 1 балл, «нет» -0 баллов

Более 16 баллов – ваши отношения с детьми можно считать благополучными.

От 6 до 16 – отношения оцениваются как удовлетворительные и недостаточно многосторонние.

Менее 6 баллов – контакты с детьми явно недостаточные, необходимо принимать меры.

И так. Мы сегодня поговорим о (ответы родителей)

Уважаемые родители! Любому человеку свойственно осваивать различные пространства, даже космические. Мы предлагаем вам выполнить психологическое упражнение «Моя Галактика». Упражнение поможет вам разобраться в личностных особенностях, осознать свое эмоциональное восприятие окружающих людей, в том числе и ваших собственных детей, позволит наладить с ними адекватные отношения.

Перед вами листы бумаги голубого цвета. Мы слушаем спокойную музыку. Устраивайтесь поудобнее, расслабьтесь и представьте себе звездное небо, на котором зажигаются звезды. На первый взгляд, кажется, что все они одинаковы. Но вот проходит одна, две минуты, и мы уже замечаем, что одна из звезд больше остальных, а какая-то светит ярче всех. Отличаются они по характеру света, который посылают на землю: он может быть и голубым, и розовым, и белым. А ведь, человека можно тоже сравнить со звездой: на первый взгляд, у нас много общего, но если приглядеться пристальней, - каждый человек неповторимый и единственный. У каждого есть свой мир, в котором он живет, свой Космос, своя Галактика.

Давайте продолжим вглядываться в ночное небо. Найдите на нем свою звезду. «Приблизьте» ее к себе и рассмотрите: она больше других звезд, меньше или такая же? Какого цвета ваша звезда? Какой свет излучает: теплый или холодный? А теперь уменьшите свою звезду до размеров теннисного мячика. Положите ее на ладонь. Она чудесна, не правда ли? Пошлите ей свое тепло, нежность, шепните ей: «Ты прекрасна!».

Отпустите ее обратно на небо, проследите ее путь, а когда она займет свое место на ночном небе, улыбнитесь ей, чтобы она знала: вы всегда рядом.

1. ***Выполнение практического задания тренинга.***

А теперь посмотрите на голубой лист бумаги – это «кусочек» Вселенной. Пока на нем нет ни одной звезды. Вы каждый сейчас создадите свою Галактику.

В ней будет столько звезд, сколько вы захотите. Перед вами лежат заготовки звездочек разного цвета и размера, если они чем-то не устраивают вас – вы можете вырезать свои звезды любого цвета, любого размера. Приклейте их на лист. Это и будет ваша собственная Галактика.

Найдите среди всех звезд ту, которая больше всего вас привлекает – свою звезду. Подпишите ее – «Я». Теперь найдите звездочку для своего малыша. Подпишите ее тоже. Определите звезду вашего супруга, напишите его имя. Всем оставшимся звездам дайте имена своих родных и близких, всех тех, кто вас окружает. В вашей Галактике не должно быть ни одной безымянной звезды!

1. ***Пояснительная часть.***

Вы создали мир, в котором живете и выразили эмоциональное отношение к своему социальному окружению. А теперь давайте проанализируем то, что у вас получилось: обратите внимание на то, где находится звездочка «Я»: в центре листа, вверху, внизу или сбоку. Об этом же свидетельствует и размер звезды. Если ваша звезда самая большая и находится в центре листа или выше, значит, вы эгоцентричны, всегда хотите быть в центре внимания. У вас высокая самооценка. Если же ваша звездочка маленькая, и вы ее поместили в уголке, вдали от других, то вам следует задуматься: не преуменьшаете ли вы собственную значимость? Какие у вас отношения с окружающими? Быть может, вы избегаете общения с другими людьми?

Цвет звезды рассказывает о вашем эмоциональном состоянии и восприятии окружающих людей. *Синий* цвет говорит о том, что вы видите себя или другого человека добросовестным, спокойным, но несколько холодным; *красный* – дружелюбным, общительным, энергичным, уверенным, но раздражительным; *розовый –* нежным, чувствительным, уязвимым; *оранжевый –* гибким, добрым, отзывчивым, художественно одаренным, с хорошим настроением, но поверхностным, с неустойчивыми интересами и склонностью увлекаться; *желтый –* очень активным, открытым, общительным, веселым; *фиолетовый –* беспокойным, эмоционально напряженным, нуждающемся в душевном контакте; *коричневый –* зависимым, чувствительным, расслабленным; *черный –* молчаливым, эгоистичным, враждебным, отвергаемым.

А теперь выясните, где находится звездочка вашего малыша. Какого она размера? Цвета? Используя цветовую шкалу, проанализируйте ваше восприятие ребенка: значимая ли он фигура в вашем мире или нет? Как вы воспринимаете его на эмоциональном уровне? Звездочка вашего малыша находится рядом с вами или где-то далеко? А может, ваша и его звезда изображены рядом, но на расстоянии от всех остальных? Подумайте сами, о чем это может свидетельствовать. Если же звездочка вашего ребенка находится далеко от вас, то чьи звезды его окружают? Как эти люди влияют на вашего ребенка? Таким же образом проанализируйте местонахождение звезды вашего мужа. Если она находится рядом с вашей и звездой вашего ребенка, значит, все в порядке. А если нет? Какую роль играет ваш муж в семье? Не думаете ли вы, что он отстранился от выполнения своих обязанностей? Достаточно ли времени он проводит с семьей?

Рассмотрите все звезды своей Галактики. Обратите внимание на звезды черного и коричневого цвета. Подумайте, кому и почему они «достались»? Какие отношения у вас с этими людьми? Почему? Нужны ли вам такие отношения?

**Дети советуют родителям**

1. Не балуйте меня, вы этим меня портите

2. Не бойтесь быть твердым со мной

3. Если вы будете давать обещания, которые не можете выполнить, это разрушит мою веру в вас.

4. Иногда я говорю или делаю что-то только затем, чтобы просто позлить вас – не поддавайтесь на провокации.

5. Не расстраивайтесь слишком сильно, если у меня сорвалось грубое слово в ваш адрес. Я не имел в виду ничего плохого… Я просто хотел, чтобы вы пожалели о том, что сделали мне больно.

6. Не делайте за меня или для меня то, что я в состоянии сделать сам.

7. Не подвергайте слишком часто испытанию мою честность.

8. Относитесь ко мне как к свому другу. Запомните, я учусь, подражая вам, а не подчиняясь нравоучениям.

9. Не пытайтесь от меня отделаться, когда я задаю слишком откровенные вопросы.

10. Не беспокойтесь о том, что мы проводим вместе мало времени. Значение имеет то, как мы его проводим.

11. да, я не могу успешно развиваться без вашей поддержки и одобрения, но к похвалам обычно быстро привыкаешь… А вот к уместному нагоняю, наверное, никогда не привыкнешь…

12. И кроме того, я вас люблю. Пожалуйста, попытайтесь ответить и мне любовью тоже.

Рефлексия:

