

Министерство социального развития, опеки и попечительства Иркутской области.  
Областное государственное казенное учреждение социального обслуживания «Центр  
социальной помощи семье и детям Казачинско – Ленского района»

Утверждаю \_\_\_\_\_  
Директор ОГКУСС «Центр  
социальной  
помощи семье и детям Казачинско –  
Ленского района» Я.В. Голыш  
«19» мая 2021 г.



#### ТРЕНИНГ- ПРОГРАММА

Коррекция и восстановление детско – родительских отношений, для семей,  
оказавшихся в трудной жизненной ситуации в рамках деятельности  
Социальной службы «Семейная диспетчерская».

Составитель: педагог –психолог  
Мирошникова Н.С.

2021 г.

## РАЗДЕЛ 1. ИНФОРМАЦИОННАЯ КАРТА ПРОГРАММЫ

№	Цель программы	Коррекция и восстановление детско - родительских отношений, для создания благоприятных условий воспитания и развития несовершеннолетних.
1.	Основные задачи программы	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Мотивирование родителей на активное взаимодействие для коррекции детско-родительских отношений.</li><li>2. Формирование тенденции у родителей к повышению родительской компетенции, стимулирование к самоанализу, установлению причинно-следственных связей в процессе воспитания детей в семье.</li><li>3. Обучение конструктивным методам взаимодействия с членами семьи.</li></ol>
2.	Целевая группа	Семьи, оказавшиеся в трудной жизненной ситуации, имеющие проблемы в воспитании несовершеннолетних детей, как следствие наличие в семье конфликта в детско – родительских отношениях.
3.	Формы и методы работы	Индивидуальная, групповая, допускается использование дистанционных технологий, тренинги, беседы, арт - терапия.
4.	Ожидаемые результаты	Благоприятная атмосфера в семье, гармоничные взаимоотношения, способствующие успешной социализации несовершеннолетних в обществе.

## РАЗДЕЛ 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

### Занятие 1.

Цель: стимулирование родителя к самоанализу, установлению причинно-следственных связей во взаимоотношениях между ребенком и членами семьи.

Оборудование: листы бумаги, разноцветные карандаши, ручки.,

Пачка бумажных салфеток, мешочек с небольшими предметами (теннисные шарик, мандарины и т.п.).

1. Вводная часть: Здравствуйте, Уважаемые родители! Мы рады приветствовать Вас на курсе тренингов коррекции детско – родительских отношений. Ваше присутствие означает, что вы решительно настроены на преодоление и предупреждение возникающих сложностей в воспитании ребенка.

Обсуждение правил группы:

Цель: направить участников на соблюдение правил группы.

Ход упражнения. Правила крайне необходимы для создания такой обстановки, чтобы каждый участник мог откровенно высказываться и выражать свои чувства и взгляды. Итак, я предлагаю Вам, уважаемые родители, следующие правила:

1. Картинка «Волчок» – быть активным.
2. Картинка «Ухо» – слушать и слышать каждого.
3. Картинка «Человечки с мыслями» – говорить по очереди.
4. Картинка «Два смайлика берутся за руки» – ценим толерантность, точность, вежливость.
5. Картинка «Круглый стол» – мир вокруг нас бурлит, а мы «здесь и теперь» – учимся.
6. Картинка «Часы» – это время. Используем его для себя наиболее эффективно.

Ведущий: Возможно, будут дополнения? Согласны ли Вы и принимаете эти правила?

### Упражнение «Знакомство»

Цель: способствовать установлению дружеской атмосферы в группе; настроить родителей на диалог; вызвать у них положительные мнения об их детях; снять эмоциональное напряжение.

Ход упражнения. Психолог. Для эффективной работы я предлагаю Вам, чтобы каждый из родителей назвал свое имя, имена и возраст своих детей. Каждый участник должен закончить одно из следующих предложений.

1. Два слова, которыми можно описать моего ребенка – ...
2. Если бы мой ребенок был звуком, он звучал бы, как -...
3. Больше всего мне в моем ребенке нравится – ...
4. Мой ребенок заставляет меня смеяться, когда – ...

Участник, который имеет более чем одного ребенка, может применять по одному предложению, говоря о каждом из них. Окончание предложения может быть забавным. Каждое предложение построено так, чтобы высказывание было положительным. Это веселое упражнение. Родители говорят, то, что приходит им в голову, ведь никто ничего не записывает.

### 2. Основная часть.

Современные дети отличаются от предыдущих поколений больше, чем когда-либо: за весь известный нам отрезок истории ничего подобного еще не случилось.

На них не действует тактика внушения чувства вины, к которой обычно прибегают на ранних этапах в семье и общественных учреждениях. Они почти не реагируют на принуждение, нотации, наказания, запреты и другие общепринятые методы воспитания и дисциплины, которыми пользуются педагоги и родители. Существует весьма немного мер, на которые они не реагируют негативными проявлениями, и с помощью которых их

можно поставить на место. На что они откликаются, так это на уважение - уважение к ним как к разумным личностям, уважение к их проблемам, которые для них не менее сложны, чем взрослые трудности для их родителей. Эти дети откликаются на уважение к их праву выбора и способностям. Они умеют принимать хорошие решения, им нужно только помочь. Они отчаянно борются за то, чтобы их способности заметили и признали как нечто значимое. Они не всегда ведут себя правильно. Среди них есть трудные дети. Но каждому из них нужно предоставить шанс получить от взрослых те советы, которые будут поощрять лучшее, что есть в этих детях. Так они смогут осознать, что им «все по плечу», - и не утратят своих мечтаний о грядущем величии. Все упущения взрослых в процессе воспитания трансформируются в проблемы и когда ребенок достигает подросткового возраста, родители просто перестают справляться, так как накапливаются неразрешённые конфликты.

#### **Ожидания участников. Упражнение «Аист»**

Перед началом занятия психолог прикрепляет к доске рисунок с изображением аиста, который несет в клюве младенца. Каждый участник получает бумажные перышко, на котором ему предлагается написать свои ожидания от тренинга.

После того как все участники записали свои ожидания, они по очереди подходят к аисту, зачитывают свои надежды и приклеивают перышки на его крылья.

#### **Упражнение «Бумажные салфетки»**

Упражнение помогает участникам тренинга познакомиться, а так же создает в группе веселую позитивную атмосферу. Участникам тренинга передаётся по кругу пачка бумажных салфеток со словами: «На случай, если потребуются, возьмите, пожалуйста, себе немного салфеток». После того как все участники взяли салфетки, им предлагается рассказать столько самых счастливых событий из жизни их семьи, сколько у них в руках салфеток.

#### **Упражнение «Чудесный мешочек»**

У ведущего в руках мешочек, на дне которого находятся самые разнообразные чувства позитивные и негативные, которые может испытывать человек. После того как в вашей семье появился ребёнок, в вашей душе, в вашем сердце прочно поселились чувства и эмоции, которые заполнили всё ваше существование. Опустите руку в мешочек и возьмите «чувство», которое вас переполняет более всего вот уже длительный период времени, назовите его. Родители называют чувства, которые они болезненно переживают. Такое задание позволяет выявить проблемы и трудности, возникающие в семье.

#### **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 и каждого члена семьи.

3. Заключительная часть.

Обсуждение.

Рефлексия.

### **Упражнение «Плодородный сад»**

На доске плакат, на котором нарисовано дерево. Участникам раздаются яблоки из бумаги разного цвета (зелёные – положительные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: Что вы думаете о прошедшей нашей встрече?

### **Занятие 2.**

Цель: помочь родителям найти пути к пониманию поведения несовершеннолетнего, способствовать становлению родительской компетентности через повышение информированности и осмысления механизмов эффективного общения и формирования умений и навыков конструктивного взаимодействия в семье.

Оборудование: листы бумаги, разноцветные карандаши, ручки.

Листы с рисунком цветка, ленты 2 м. в кол - ве 7 шт.

1. Вводная часть: Сегодня мы собрались для того, чтобы попытаться вместе избавиться от своих проблем, которые нам удалось выявить в ходе предыдущего занятия, стать лучше, научиться относиться к ребенку с пониманием и уважением, научиться общаться. Слово «общение» является одним из важнейших слов в жизни каждого человека, а для развития ребенка оно является более важным. В процессе общения формируется его личность. Наблюдая за тем, как общаются между собой близкие люди, ребенок учится поведению, которое и будет использовать в своей будущей взрослой жизни. Поэтому наша задача показать вам на собственном примере, какие именно

позиции родителей в общении являются наиболее эффективными, а какие - наоборот, заставить задуматься об изменении своего отношения к детям с учётом опыта общения, имеющегося у ребенка. Необходимо отметить, что ребенок особенно нуждается в различных формах общения, с самых первых дней жизни через общение с мамой, через её эмоции познает окружающий мир, если по каким то причинам эта связь нарушается, восприятие мира искажается, и несет деструктивные последствия в развитии и социализации ребенка.

2. Основная часть.

Упражнение "Послание".

Каждому участнику выдается конверт, который он должен оформить с помощью цветных карандашей и подписать, отправителем будет сам участник, а получателем ребенок. Участникам предлагается кратко написать своему ребенку послание, о том, что радует его в ребенке, чем он гордится, какие позитивные чувства вызывает его появление в семье (конверт остается на хранении в "почтовом ящике" уведущего до следующего занятия.

### **Упражнение: Задача «Цветок»**

Ведущий: Народная мудрость гласит: «самый сладостный звук для человека - это его имя». Если хотите привлечь внимание человека к себе, настроить его к общению, то следует обращаться к человеку, ребенку по имени. А как вы называете своего ребенка?

Помочь найти положительные качества своего ребенка Вам поможет задача «Цветок» (Приложение 1).

Инструкция: участникам предлагается заполнить лепестки. В середине запишите имя ребенка. На листочках ласковые слова, а на лепестках положительные качества ребенка.

Вывод: лепестков много и видимо Вам очень трудно подобрать ласковые слова. Охарактеризовать качества ребенка с положительной стороны.

Рефлексия:

- Было трудно?
- Какие ощущения вызвало у Вас это упражнение?
- Легко ли Вам было заполнять? Почему?

С какими сложностями Вы сталкиваетесь в воспитании и общении с Вашим ребенком, в этом нам поможет тест на следующей странице нашего дневника.

Упражнение «Запрет».

Ведущий выбирает одного из родителей для выполнения упражнения, который будет изображать ребенка.

Ведущий: посмотрите, пожалуйста, на свои стулья, у кого на стуле окажется геометрическая фигура - треугольник выходит в круг. Вы ребенок, а я - мать.

Я очень забочусь о своем ребенке, чтобы он не измазался, чтобы не заболел и т.д. Запрещаю прыгать ребенку по лужам, бегать по улице (завязывает ему ноги ремешком, либо ленточкой), запрещаю прикасаться к палочкам на улице, собирать камни и тянуть их в рот (завязывает руки), запрещаю смотреть на вещи, которые по вашему мнению, не нужно видеть ребенку – (завязывает глаза), слушать то, что говорят взрослые (завязывает уши), не хочу разговаривать с ребенком и говорю закрой рот – (завязывает рот). Посмотрите на моего ребенка, сможет ли он в этом состоянии эффективно общаться со сверстниками, удовлетворять свои потребности, развиваться полноценно.

Эти все действия и слова родителей негативно влияют на развитие ребенка, но в каждом случае можно найти компромисс, помогите мне.

Родители находят компромисс для решения сложных ситуаций:

- Не завязывать ноги - обуть резиновые сапоги;
- Не завязывать руки - помыть руки после прогулки;
- Не завязывать глаза или уши - разговаривать спокойным голосом, не ругаться;
- Не завязывать рта - выслушать ребенка;

Ведущий: вместе мы с вами нашли варианты решения проблемы. Нельзя запрещать ребенку, познавать окружающий мир, только в познании окружающей среды и в общении с родителями, ребенок развивается и это влияет на социализацию ребенка.

### **Упражнение «Генограмма»**

Цель: побуждение к самоанализу, активизация личностных ресурсов направленных на выстраивание эффективных отношений в семье.

Генограмма - это графическое изображение взаимоотношений семьи, затрагивающее несколько поколений, обычно 3-4 поколения. Цель ее - показать внутрисемейные отношения и образцы поведения, передаваемые между поколениями, а также значимые и скрывающиеся фигуры и события, такие как насильственные смерти, аборты, самоубийства, болезни, профессиональные успехи и неудачи, а также внутрисемейные диады и треугольники.

Занимаясь построением генограммы, можно раскрыть семейные тайны и обнаружить одного или нескольких родственников, о которых в семье долгое время никто не упоминал.

Семейная история дает возможность узнать определенные стереотипы поведения и закономерности взаимодействия, которые повторяются из поколения в поколение.

Генограмма поможет участнику в некоторой степени отстраниться, посмотреть на свою жизнь более осмысленно и глубоко, понять взаимосвязи. Таким образом, главная задача первой встречи (или серии встреч) - оказание доступной и безоценочной поддержки, независимо от того – какие дальнейшие планы в отношении ребёнка озвучивает родитель. В тоже время необходимо донести мысль, что ребёнок – прежде всего ребёнок и поступает определённым образом не умышленно «на зло» родителю, а не умея проявить себя иначе. Здесь, конечно не идёт речь о детях, имеющих психопатологии развития. Иногда вместе с психологом уместно вспомнить жизненный путь ребёнка до «новой» семьи, пережитые им психологические травмы и их влияние на то, каким он стал. Можно разобрать трансформацию мотивов принятия и воспитания ребёнка: как это было тогда и как это видится сейчас. Несоответствие ожиданий и реальности часто является провокационным запускающим механизмом нарушения взаимоотношений, который родителю трудно распознать без помощи специалиста.

- 1 шаг. Ведущий предлагает участникам самостоятельно составить
- «семейное дерево». Рекомендуется называть предстоящую работу («семейное дерево», «карта семьи», «родословная»).
- 2 шаг. Инструкция, что нужно будет рисовать свою семью и родственные связи в виде символов.
- 3 шаг. Ведущий знакомит клиента с основной символикой. Предлагаемой символики достаточно для начала работы по составлению «семейного дерева» (генограммы). (Приложение 2).
- Заключительная часть.
- Обсуждение.
- Рефлексия.

### **Упражнение «Плодородный сад»**

На доске плакат, на котором нарисовано дерево. Участникам раздаются яблоки (зелёные – положительные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: Что вы думаете о прошедшей нашей встрече?

### **Занятие 3.**

Цель: принятие родителями необходимости изменения собственных стереотипов поведения в отношениях с ребенком.

Оборудование: листы бумаги, разноцветные карандаши, ручки, плакат изображением девочки, три стакана с водой, чайная ложка, блестки, ком земли.

1. Вводная часть:

### **Упражнение «Стаканы»**

Цель: с помощью метафоры обратить внимание родителей на необходимость гуманного отношения к воспитанию ребенка

Инструкция: перед Вами три стакана с чистой водой. Представим, что каждый из них - это ребенок, родившийся с чистыми чувствами, в которого еще не сформировались или только начинают формироваться взгляды на мир и представления о нем.

Итак, возьмем первый стакан и оставим его неизменным. Что происходит в этом стакане? Мы не знаем наверняка, что-то может в него попасть без нашего внимания.

Во второй стакан бросим кусочек земли и размешаем его. Что произошло в стакане? Вода стала грязной и темной.

В третьей стакан добавим блестки. Что происходит в этом стакане? Вода заиграла золотыми искорками.

Вывод: Так происходит и в воспитании вашего ребенка. Когда мы оставляем его без должного внимания и надзора, он может развиваться и дальше. Но в каком направлении? Когда мы вкладываем в ребенка только «грязь» - крик, нарекания, недовольство им, оскорбления и унижения то ребенок начинает так же отвечать и нам. Когда же мы вкладываем в ребенка внимание, любовь, уважение, то и ребенок отвечает нам доброжелательностью, нормальным гармоничным развитием своей личности.

## 2. Основная часть.

### Упражнение «Хорошо или плохо»

Цель: выявить семейные стереотипы воспитания.

Инструкция. Нужно по очереди закончить высказывание: «Быть родителем хорошо, потому что...», «Быть родителем плохо, потому что...», «Быть матерью хорошо, потому что...», «Быть матерью трудно, потому что ...», «Иметь ребенка (сына, дочь) хорошо, потому что...»

Рефлексия.

- Что доставляет нам радость общаться с ребенком?
- Почему порою трудно быть матерью / отцом?
- Какие вы испытывали чувства при составлении ответов?

### Упражнение «Точка отсчета»

Цель: определить степень индивидуальных личностей переживаний связанных со своей семьей (степень социальной, личностной зрелости).

Инструкция. У каждого участника на столе лежат листы бумаги, на которых проведена горизонтальная черта «линия жизни». Нужно вначале этого пути

(слева) поставить точку - ваше начало, рождение. Затем подумайте и поставьте еще одну точку дальше на линии - это место где вы сейчас находитесь на жизненном пути. Проанализируйте, какие наиболее важные события произошли у вас между временем появления на свет и сегодняшним днем? Обозначение каждого события как отрицательное или положительное для вас, в вашей семье. (Поставьте над вертикальными черточками «+» или «-»). Затем подумайте и представьте, что еще может произойти с вами в дальнейшей жизни. Отметьте также события «вашего будущего». В дальнейшем подводится на примере нескольких участников анализ событий, все подсчитывают «в прошлом» и «в будущем» - положительные и отрицательные события (например, отрицательные события: развод, смерть близких и др.; и положительные события детства, подросткового возраста, период зрелости: свадьба, поездка с семьей на отдых и др.).

Рефлексия. Какого опыта в «прошлом» было больше? (Каких событий положительных или отрицательных). Какие события существенно поменяли вашу жизнь, и жизнь вашей семьи?

### Упражнение «Испорченный рисунок»

Цель: с помощью метафоры обратить внимание родителей на необходимость формирования окружения ребенка.

Инструкция: группа работает в двух подгруппах (семья). Каждая подгруппа с помощью фломастеров создает «прекрасное» будущее для своих детей на рисунке. Затем подгруппы меняются своими работами. Задача следующей подгруппы – «окружения» испортить рисунок. Нельзя рвать, мять, делать дырки. Работы возвращаются к «семьям». Задача «семей» - исправить испорченное.

Вывод: Так происходит и в воспитании вашего ребенка. Дети живут в семье. Но есть еще и окружение – учителя, одноклассники, друзья, соседи, бабушки и дедушки. И это окружение тоже влияет на становление нашего ребенка. Влияние может быть нейтральным, положительным или негативным. Мы должны быть внимательны по



отношению к своим детям и замечать то влияние, которое оказывают на него окружающие.

### **Упражнение «Один день из жизни Маши»**

Во время зачитывания рассказа «Один день из жизни Маши» (на стенде - первый плакат с изображением девочки) ведущий отрывает горизонтальные полоски от плаката с изображением девочки. (Для удобства лучше сделать незаметные надрезы с обеих сторон плаката.) После окончания рассказа от плаката остаются только рваные куски бумаги.

Выдерживается пауза для эмоционального переживания содержания произведения. А после нее активное обсуждение:

- Является ли достоверным этот рассказ?
- Бывают ли такие ситуации в жизни вашего ребенка?
- Задумывались ли вы над тем, что чувствует ваш ребенок в таких ситуациях?
- Что можно было сделать всем героям повествования, чтобы с Машиной душой не произошло того, что произошло с плакатом? (При этом вывесить второй цельный плакат.)

Один день из жизни Маши

Сегодня Маша проснулась от звонка будильника. Сначала так хотелось еще немного поспать, но потом она вспомнила вчерашний день: и удачный рисунок на занятии, и похвалу няни, и Олины красные сапожки, и новый стишок, который воспитательница поручила ей изучить на праздник... И главное – то, что она так и не дождалась маму с работы, ведь мама так много работает... К тому же вчера маме выдали зарплату, и она со своей бывшей школьной подругой отметила это в кафе.

Утром мама была не в настроении, очень хотелось спать, да и прическа почему-то не выходила.

Ляп, ляп, ляп — раздались легкие детские шаги в коридоре. «Сейчас я все-все расскажу маме! И о похвале воспитателя, и о Олиных красных сапожках, и про новый стишок, который воспитательница поручила ей изучить на праздник... Пусть мама послушает, вот она обрадуется!» - с сияющей улыбкой бежала Маша к кухне, где мама делала уже завтрак.

- Маша! Сколько раз говорить, не ходи босиком по квартире! Неужели нельзя надеть тапки?! - строго прозвучал мамин голос. (Оторвать полоску снизу плаката.)

Маша послушно вернулась в комнату и надела тапочки. «Вот и хорошо, сейчас все расскажу», - подумала она и быстренько побежала к кухне.

- Мама, мама, ты знаешь, вчера... — начала Маша.

- Маша, ты уже умылась? - снова строго спросила мама. (Оторвать еще полоску плаката.)

Маша молча направилась в ванную. «Ну, ничего, быстренько умоюсь и сразу расскажу маме про все свои новости», - подумала девочка, не теряя надежды.

- Мама, вчера на занятии в детском саду... - не очень радостно начала свой рассказ Маша, - когда Лариса Николаевна разглядывала мой рисунок...

- Маша, ну что там опять, неужели у тебя могут быть проблемы с рисованием? Ты же дома рисуешь все время! (Оторвать еще полоску плаката.)

- Я... Я... нарисовала, - почему-то еще грустнее сказала Маша. Уже никто не вспоминал об Олиных новых красных сапожках, о стишках, что поручила изучить воспитательница...

- Маша! Ты уже готова? Почему ты всегда возишься? Сколько можно ждать?! Уже время выходить из дома! (Оторвать следующую полоску плаката.)

- Да, мамочка, я уже иду, - сказала отрывистым голосом Маша и вовсе грустно поплелась за мамой.

Ночью прошел дождь, и на асфальте появились лужи - и круглые, и овальные, и такие, что похожи на волшебные облачка... «Мама, смотри, какая красивая лужа!» -

радостно вскрикнула маме в спину Маша. Мама, торопясь, огляделась и произнесла: «Вон уже видно детский сад. Беги сама, а то я на работу опоздаю с твоими лужами». (Оторвать следующую полоску плаката.)

У ворот детсада Маша встретила с Олей, которая перепрыгивала через небольшие лужи, держась за руку своей мамы. Олины красные сапожки так красиво сверкали на солнце! «Может, вечером расскажу о них маме?» - подумала Маша.

Оля, радостно улыбаясь, подбежала к Маше и начала рассказывать, как она вчера вместе с папой и мамой ходила в парк угощать белочек орешками. Маша сразу вспомнила свой вчерашний вечер: как она ждала маму, как папа молча сидел у окна, а она с бабушкой Ниной, которая пришла в гости, учила стишок...

«Стишок! Его обязательно нужно рассказать Ларисе Николаевне!» — вспомнила Маша. Девочка очень обрадовалась, когда увидела свою воспитательницу в группе:

- Лариса Николаевна! - громко крикнула Маша и подбежала к ней.

- Маша, а где твои папа или мама? Почему ты снова пришла сама? Дети не должны ходить одни в детский сад! Я же говорила твоим родителям об этом. (Оторвать следующую полоску плаката.)

Маша понуро разделась и пошла в группу. А потом - завтрак, занятия, прогулка... До стишков так дело и не дошло. Маша решила подойти к воспитательнице после обеда. Но, садясь к столу, Маша снова вспомнила про маму - блюда девочке показались невкусными, обед казался длинным, почти все дети пошли в спальную комнату укладываться спать, а Маше еще надо кушать и кушать. (Оторвать следующую полоску плаката.)

После тихого часа Машина группа пошла на занятия танцевального кружка, но движения у девочки не получались. Руководитель кружка спросила: «Маша, что с тобой? Я тебя сегодня не узнаю». Маше стало стыдно, но она ничего не могла сделать с собой... (Оторвать следующую полоску плаката.) Из детсада Машу забирал папа. Она спросила у него про маму, и он сердито буркнул: «На работе твоя мама! Собирайся быстрее, некогда мне... (Оторвать следующую полоску плаката.)

Дома папа с бутылкой пива сел у телевизора и начал смотреть какое-то непонятное кино про чудовищ, от которого Маше стало очень страшно. Она побежала в свою комнату и тихонько села в уголок за дверь.

(Оторвать следующую полоску плаката.)

Поздно вечером, когда Маша готовилась ко сну, пришла с работы мама. Она была в хорошем настроении, ведь начальник похвалил ее за хорошую работу.

Маша слышала, как мама на кухне рассказывала об этом папе. Папа был доволен. Маша и хотела выбежать к маме, но потом подумала, что маме опять будет некогда... Мама сама зашла к Маше в комнату:

— Машуня! Я так соскучилась за тобой! Ну, рассказывай про свой рисунок, о своем стишке. Что нового сегодня?

Но Маше уже не хотелось ни о чем рассказывать, она лежала в постели, свернувшись в комочек, и тихонько плакала. Почему? Она сама этого не понимала...

Упражнение "Душа ребенка"

Психолог. Эта чаша – душа ребенка. Какой бы Вы хотели видеть своего ребенка? Какими чертами характера он должен обладать? Какими качествами вы хотели бы наделить своего ребенка?

Задача: родители на «сердцах» должны написать качества, которыми бы хотели наделить своего ребенка, затем кладут их в чашу.

Психолог. Посмотрите, какую красочную, многогранную душу мы хотим видеть в ребенке.

Рефлексия. Какие ощущения у вас вызвало это упражнение?

3. Заключительная часть.

### **Упражнение «Я люблю своего ребенка»**

Психолог. А сейчас закройте глаза, представьте своего ребенка и решите для себя: «Я буду любить своего ребенка, даже если он не лучший и звезд с неба не срывает. Я буду любить его, даже если он не оправдает моих надежд. Я буду любить его, какой бы он не был, как бы не поступил. Это не означает, что любой поступок я одобряю. Это значит, что я люблю его, даже если его поведение должно быть лучше. Я люблю просто потому, что это мой сын или дочь».

Обсуждение.

Рефлексия.

### **Упражнение «Плодородный сад»**

На доске плакат, на котором нарисовано дерево. Участникам раздаются яблоки (зелёные – положительные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: Что вы думаете о прошедшей нашей встрече?

### **Занятие 4.**

Цель: знакомство с нетрадиционными способами сохранения и укрепления физического и психологического здоровья. Профилактика синдрома эмоционального выгорания родителей.

Оборудование: листы бумаги, разноцветные карандаши, тесто или пластилин.

#### **1. Вводная часть:**

Мы все связаны и тем воздухом, которым дышим, и общей энергетикой, и интересами.

Сегодня нас здесь объединила и общая интересующая всех тема. Эмоциональное выгорание – профессиональный недуг тех, кто помогает людям, дарит тепло и заботу. И, конечно, родители подвержены этому синдрому не меньше психологов или социальных работников. Ведь работа родителей не только круглосуточная, но и весьма специфическая. Родители обретают желанных детей и начинают жить их проблемами, их эмоциями, помогать преодолевать сложности и пр. Но процесс воспитания детей - дело сложное и длительное, требующее от взрослых больших эмоциональных затрат. Как не забывать о необходимости удовлетворять и собственные потребности? Где черпать силы? Итак, эмоциональное выгорание – это ответная реакция на продолжительные стрессы межличностного взаимодействия. Главными составляющими этого процесса являются:

- Эмоциональное истощение (переживание опустошенности и бессилия);
- Снижение чувствительности по отношению к другим людям (проявление равнодушия, черствости, бессердечности, грубости);
- Занижение собственных достижений (потеря смысла и желания вкладывать личные усилия).
- Психологические признаки синдрома выгорания:
- Постоянное чувство озабоченности;
- Не проходящая усталость;
- Переживание внутренней пустоты;
- Раздражительность, направленная на окружающих;
- Отношение к детям как к непосильной ноше;
- Неуверенность в себе, в своей родительской компетентности;
- Неудовлетворенность личной жизнью.

У замещающих родителей наблюдаются и такие специфические признаки эмоционального выгорания:

- Снижается энтузиазм, с которого начинался прием ребенка в семью;

- Ощущается повышенное чувство ответственности за воспитание детей;
- Время от времени проявляются раздражительность, нервозность, беспокойство, ощущается постоянная усталость;
- Чаще используются оправдания вместо решений;
- Ощущается отдаление от детей, испытывается чувство скуки, когда рядом дети;
- Часто возникает чувство опустошенности, обиды;
- Легко возникает гнев, нарастает подозрительность;
- Чаще приходит чувство разочарования;
- Жизненные перспективы кажутся мрачными (особенно в отношении детей).

Невыраженные эмоции никуда не исчезают. Они так и остаются жить внутри в виде этого неназванного ужаса. Как же жить с таким чувством? Вот и приходится ребенку, а потом и взрослому, полностью подавлять чувства.

Человек теряет связь с собой, он не понимает, что с ним происходит, он не может это выразить. И становится такой взрослый черствым, жестоким, все свои переживания заедает, закуривает или запивает алкоголем. Все что угодно, только не чувствовать. И снова непрожитые эмоции никуда не деваются, со временем переходят в гипертонию, мигрень, онкологию, бронхит, инфаркт, инсульт. Непрожитые эмоции не уходят и не исчезают, они начинают «пожирать» человека изнутри.

Эмоции могут переходить и из внутренней психической жизни человека во внешнюю, принимая форму случайных событий. Так девочка, которую с детства учили быть тихой, не злиться, слушаться старших и сильных, не сможет противостоять насилию. Ее учили быть хорошей, она не может разозлиться и на того, кто поднимает на нее руку или хочет изнасиловать, она даже и не поймет, что по отношению к ней совершаются противоправные действия, ведь ее учили слушаться, не перечить, не спорить. Она просто не умеет защищать себя, она не чувствует, когда нарушаются ее физические и психологические границы.

Раздражение, злость, ненависть, не найдя выхода, копятся внутри, перерастая в ненависть ко всем вокруг и к самому себе. Так появляются убийцы и самоубийцы. А ведь когда-то, приняв чувство ребенка, назвав его, научив выражать его конструктивно, можно было направить эту энергию в мирное русло.

Ребенок, которому всю жизнь внушали, что он не должен злиться, может вырасти с хроническим чувством вины. Ведь он чувствует, что не может не злиться. А значит он плохой. Он бессознательно ищет наказание, и регулярно его находит. В виде травм, несчастных случаев, близкого- тирана или начальника, который вечно придирается. Ведь он плохой, а значит, заслуживает наказания.

### **Упражнение «Ритуал начала занятия»**

(Участники тренинга повторяют все за ведущим)

Я так люблю себя,

Что я могу любить тебя.

А ты полюбишь так себя, Что сможешь полюбить меня.

2. Основная часть.

### **Упражнение «Возвращение в детство»**

Цель: помочь участникам понять чувства ребенка на направленную агрессию.

Инструкция: участникам предлагается вспомнить ситуацию, когда они были наказаны своими родителями. Необходимо получить для себя ответы на следующие вопросы: Что вы чувствовали тогда? Каковы были ваши телесные ощущения? О чем вы тогда думали? Что вам хотелось сделать?

Рефлексия: обсуждение этого упражнения часто делает излишней какую-либо дополнительную информацию о негативных последствиях наказаний. Вывод: следует всегда контролировать свои эмоции, не позволять им управлять собой, ведь таким образом мы делаем несчастными не только себя, но и своих детей!

Мы обсудили, как контролировать свои эмоции, не позволять негативу выплескиваться наружу, а сейчас займемся творчеством.

#### **Упражнение «Угадай чувство»**

Цель: дифференциация эмоций; снятие психоэмоционального напряжения; использование различных средств выразительности для демонстрации чувств.

Участники по очереди с помощью мимики и жестов представляют одно из чувств. Остальные участники игры угадывают изображаемое чувство.

#### **Упражнение «Самопомощь»**

Пластичный материал- пластилин, глина или тесто. Участникам предлагается подумать о проблеме, которая беспокоит. Вылепите эту проблему. Поговорить с ней, высказать ей все, что хочется. А затем трансформируйте ее во что хотите. Можете просто смять в бесформенный комок, распластать в лепешку или вылепить что-то новое, во что превратится ваша проблема. Может быть что-то красивое? Обсуждение.

#### **Упражнение «Я лучше всех умею...»**

Участникам предлагается продолжить фразу "Я лучше всех умею..." после каждого высказывания звучат аплодисменты.

#### **Упражнение «Зеркало»**

Цель: эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, формирование умения подчиняться требованиям другого, произвольный контроль, преодоление неуверенности.

Участники группы становятся в группы лицом друг к другу, таким образом, разбиваясь на пары. Один человек в паре — водящий, другой — "зеркало".

Водящий смотрится в «зеркало», а оно отражает все его движения. По сигналу ведущего участники меняются ролями.

## ВОСТОЧНАЯ ПРИТЧА

Жил-был один очень вспыльчивый и несдержанный молодой человек. И вот однажды его отец дал ему мешочек с гвоздями и наказал каждый раз, когда он не сдержит своего гнева, вбить один гвоздь в столб забора.

В первый день в столбе было несколько десятков гвоздей. На другой неделе он научился сдерживать свой гнев, и с каждым днём число забиваемых в столб гвоздей стало уменьшаться. Юноша понял, что легче контролировать свой темперамент, чем вбивать гвозди.

Наконец пришёл день, когда он ни разу не потерял самообладания. Он рассказал об этом своему отцу и тот сказал, что на сей раз каждый день, когда сыну удастся сдержаться, он может вытащить из столба по одному гвоздю.

Шло время, и пришёл день, когда он мог сообщить отцу о том, что в столбе не осталось ни одного гвоздя. Тогда отец взял сына за руку и подвёл к забору:

— Ты неплохо справился, но ты видишь, сколько в столбе дыр? Он уже никогда не будет таким как прежде. Когда говоришь человеку что-нибудь злое, у него остаётся такой же шрам, как и эти дыры. И неважно, сколько раз после этого ты извинишься — шрам останется.

### Аутотренинг

Сделайте глубокий вдох — выдох. Повторите 5 раз. Мысленно повторите следующие словесные формулы:

1. «Я хорошо отдохнул...»
2. «Мои силы восстановились...»
3. «Во всем теле ощущаю прилив энергии...»
4. «Мысли четкие, ясные...»
5. «Мышцы наполняются жизненной силой...»
6. «Я готов действовать... Я словно принял освежительный душ...»
7. «По всему телу пробегает приятный озноб и прохлада...»
8. «Делаю глубокий вдох... Резкий выдох... Прохлада...»
9. «Поднимаю голову (или встаю)... Открываю глаза...»

Не имея доверия ребенок будет постоянно проверять и провоцировать новых родителей, что может опять приводить к отказу.

Рекомендации для родителей по профилактике эмоционального выгорания.

1. Безусловно принимать ребёнка  
- значит любить его не за то, что он красивый, умный, способный, отличник, помощник и так далее, а просто так, просто за то, что он есть!
2. Активно слушать его переживания и потребности  
- то есть, «возвращать» ему в беседе то, что он вам поведал, при этом, обозначив его чувство
3. Бывать (читать, играть, заниматься) вместе
4. Не вмешиваться в его занятия, с которыми он справляется.
5. Помогать, когда просит. При этом возьмите на себя только то, что он не может выполнить сам
6. Поддерживать успехи
7. Делиться своими чувствами
8. Конструктивно разрешать конфликты, когда выигрывают обе стороны:  
и родитель, и ребенок
1. Прояснение конфликтной ситуации
2. Сбор предложений;
3. Оценка предложений и выбор наиболее приемлемого;
4. Детализация принятого решения;
5. Выполнение решения, проверка;
9. Использовать в повседневном общении приветливые фразы.

Например:

- Мне хорошо с тобой. • Я рада тебя видеть.
- Хорошо, что ты пришёл. • Мне нравится, как ты... • Я по тебе соскучилась.
- Давай (посидим, поделаем...) вместе. • Ты, конечно справишься.
- Как хорошо, что ты у нас есть. • Ты мой хороший.

10. Обнимать не менее 4-х, а лучше 8 раз в день.

3. Заключительная часть.

Обсуждение.

Рефлексия.

Упражнение "Плодородный сад".

На доске плакат, на котором нарисовано дерево. Участникам раздаются яблоки (зелёные – положительные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: Что вы думаете о прошедшей нашей встрече?

***Блок занятий с привлечением к участию всех членов семьи.***

### **Занятие 5.**

Цель: Организация совместной деятельности опекунов и приемных детей с целью выявления и коррекции особенностей восприятия друг друга.

Оборудование: стулья или игровой модуль «Труба».

1. Вводная часть:

«Успех – это достижение поставленных целей в задуманном деле, положительный результат чего-либо, общественное признание чего-либо или кого-либо».

Для каждого человека понятие успешности своё. Для бизнесмена большие обороты и прибыли, для строителя – во время сданный, качественно построенный дом, для матери – благополучие своих детей и т.д. Для родителей и семьи в целом очень важно дать детям понятия: о добре и зле, воспитать достойных граждан своей страны, научить жить в обществе, дать определенный набор знаний и умений, научить учиться с желанием и радостью, постоянно познавая что-то новое. Необходимым условием для успешности семьи. Необходимым условием для создания успешной семьи является конструктивное взаимодействие между ребенком и членами его семьи, а совместная деятельность является благодатной почвой для зарождения успешности семьи и сплоченности. Именно поэтому на сегодняшнее занятие были приглашены все члены вашей семьи.

2. Основная часть.

### **Упражнение «Ласковое имя»**

Цель: создание позитивного настроения, развитие чувства доверия участников друг к другу, формирование в группе атмосферы взаимной поддержки.

Каждый из участников по очереди становится в круг и протягивает руки ладонями вверх тому, с кого бы он хотел начать движение по кругу. Все по одному называют варианты (ласкательные) имени участника, стоящего в центре круга, и как бы «дарят» их. Важно при этом прикоснуться к ладоням и посмотреть в глаза, поблагодарить за «подарок».

### **Упражнение «Тоннель» (имитация рождения).**

Цель: имитация прохождения по родовым путям, глубинные личностные переживания.

Каждый ребенок по очереди проползает в «Тоннеле» В конце тоннеля его встречает брат или сестра, который протягивает к нему руки, чтобы помочь вылезти из тоннеля, называют ребенка по имени и с воодушевлением приветствуют его (мы ждали тебя, мы рады тебе). Остальным участникам группы предлагается поаплодировать и выразить радость по поводу появления ребенка. Для усиления чувства желающие могут закрыть глаза или завязать шарфом.

### **Упражнение «Слепой и поводырь»**

Пара ребенок и родитель, брат и сестра, выходят из комнаты, в это время ведущих при помощи остальных участников делает импровизированную полосу препятствий с помощью предметов, нанесения мелом рисунка на полу. По договоренности одному из пары завязывают глаза, задача второго с помощью комментариев провести партнера через полосу препятствий. Затем участники меняются ролями. Обсуждение ощущений.

### **Упражнение «Родственные связи и обязанности»**

Цель: осознание родственных связей и обязанностей, понимание того, что чтобы не случилось, есть люди, которые поймут и поддержат, также осознание того, что бывают ситуации, в которых одному человеку справиться сложно, и если у него есть семья, то с ее помощью можно преодолеть многое. В целом упражнение нацелено на выстраивание системы семейной помощи подростку в кризисной ситуации.

Ведущий: «Каждому из нас важно знать: что бы не случилось, есть люди, которые поймут, простят, поддержат, не дадут «пропасть». Прочитать сказку «Репка»

«Посадил дед репку. Выросла репка большая-пребольшая. Стал дед репку из земли тащить: тянет- потянет, вытянуть не может.

Позвал дед бабу. Бабу за деду, дедка за репку — тянут- потянут, вытянуть не могут.

Позвала бабу внучку. Внучка за бабу, бабу за деду, дедка за репку — тянут- потянут, вытянуть не могут.

Кликнула внучка Жучку. Жучка за внучку, внучка за бабу, бабу за деду, дедка за репку — тянут- потянут, вытянуть не могут.

Кликнула Жучка кошку. Кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабу, бабу за деду, дедка за репку — тянут- потянут, вытянуть не могут.

Позвала кошка мышку. Мышка за кошку, кошка за Жучку, Жучка за внучку, внучка за бабу, бабу за деду, дедка за репку — тянут- потянут, вытащили репку!»

Разделить участников на команду «родители» и команду «дети».

Дать задание обоим командам: « Представьте себе, что репка это ребенок, который, попал в конфликтную ситуацию. На листочках каждая группа напишите, чем могут помочь в этой ситуации бабушка с дедушкой, родители. Сестра (брат), кошка, собака, мышь (хомяк)».

(Обсуждение ответов обеих команд, обмен мнениями).

Ведущий: «Как вы думаете, кем для вас может в жизни являться мышка, в конфликтной ситуации?», «Кто (или что) может быть этой мышкой?»

(Обмен мнениями)

### **Упражнение «Зазеркалье»**

Цель: Установление благоприятного психологического климата, эмоциональное осознание своего поведения, снижение напряжения, произвольный контроль; предоставить возможность родителям задуматься и оценить взаимоотношения со своим ребенком.



Участники выстраиваются в два круга: внешний и внутренний (родители и дети) друг напротив друга, образуя пары.

Ведущий (родителям): «Посмотрите перед собой, это Ваше отражение, поднимите руки, отражение также поднимет руки, опустите голову, отражение также опустит голову (можно предложить родителям проделать еще несколько действий, а подросткам их отразить(3-5 мин), затем поменяться ролями)».

Ведущий: «Сейчас, составьте портрет того, кто находился в Зазеркалье:

- Кто отражался в зеркале? Что это за человек? Что он любит или не любит? Чем отличается от других? Какими чертами обладает? К чему стремится?» (Представление отражений, обсуждение совпадений или расхождений в совпадениях, обмен мнениями о том).

Ведущий: «Что вам дало путешествие в Зазеркалье? О чем бы вы хотели спросить свое «отражение»?

3. Заключительная часть.

Обсуждение.

Рефлексия.

Упражнение "Плодородный сад".

### **Занятие 6.**

Цель: Мотивирование на установление эмоционально - положительного контакта между членами семьи, создание атмосферы принятия, формирование адекватного отношения к кризисным проблемам семьи.

Оборудование листы бумаги формата А4, наборы цветных карандашей по числу пар, скотч или кнопки для крепления рисунков, запись спокойной музыки, карандаши (фломастеры) для каждой пары участников.

1. Вводная часть:

Детские годы—самые важные в жизни человека. Главную роль в жизни маленького человека играет семья. Наша задача научиться узнавать причины спада положительных эмоций у членов семьи. Как при недостатке кислорода человек начинает задыхаться, так при дефиците ласки он болеет, становится нервным и раздражительным, у него случаются серьезные психические срывы. Часто это становится причиной болезней. Больше всего от отсутствия ласки страдают дети. Даже если таких детей завалить игрушками, это не помогает: недоласканные дети не умеют играть. Ведь у них нет опыта проявления любви и заботы. А потому и со сверстниками они не находят общего языка, со злости ломают чужие игрушки, становятся неуправляемыми и могут даже ударить. "Чтобы ребенок вырос здоровым и психически уравновешенным, нужно постоянно удовлетворять его потребность в нежных прикосновениях. Когда мама инстинктивно гладит ребенка по голове, берет на руки, она даже не осознает всей значимости этих процедур: прикосновение матери не заменит никто и ничто. Если человек не познал в детстве любви и нежности, для него возможны лишь два пути: он спрячется под маской агрессивности или будет всю жизнь стремиться компенсировать недостаток ласки. Так вот, чтобы этого не произошло в ваших семьях мы предлагаем вам в ходе занятия научиться делиться своими положительными эмоциями, ведь родителю, чтобы компенсировать недостаток эмоций ребенку необходимо получать заряд этих эмоций и от других членов семьи.

2. Основная часть:

### **Упражнение «Коридор добрых слов»**

Цель упражнения: Взаимопонимание в группе, оказание поддержки, актуализация и канализирование добрых чувств.

Участники стоят в парах «родитель-ребенок» образуя коридор. Родитель медленно проводит ребенка с завязанными глазами через

коридор. Участники коридора шепотом, на ушко, говорят каждому что-то хорошее.

Обсуждение:

- Что чувствовали, когда шли через коридор?
- Что чувствовали, когда говорил что-то приятное?
- Легко ли было найти для каждого свое доброе слово?

### **Упражнение «Рука в руке»**

Участникам предлагается нарисовать рисунок по образцу одним карандашом рука в руке, при этом не вступая в речевой контакт.

По завершению рисования дети и родители описывают свои ощущения.

вторым этапом предлагается повторить рисунок, но выполнять действия по договоренности.

Какой рисунок получился лучше, почему?

Обсуждение.

### **Упражнение «Рисунок вдвоем»**

Цель: установка благоприятного психологического климата, привлечение внимания родителей и детей друг другу, дать родителям и детям возможность почувствовать радость сотрудничества.

Инструкция: сейчас вы будете работать в парах: родитель – ребенок. Я предлагаю каждой паре нарисовать рисунок, который будет называться “Наш дом”.

Бумага и карандаши уже лежат на столах, найдите, пожалуйста, себе место (за каждым столом работает только одна пара).

У вас есть 15 мин., чтобы выполнить задание, но вам нельзя договариваться о том, что вы будете рисовать, и вообще говорить друг с другом! После того, как все закончат, каждая пара представит свое произведение.

Во время выполнения упражнения ведущий может включить спокойную музыку.

На представлении работ (10 мин.) ведущий просит ребенка рассказать, как был нарисован рисунок, кто был инициатором идей, что помогало или мешало работе, каким образом договаривались о прорисовке деталей. Обсуждаются также те особенности взаимодействия родителей и детей, которые проявлялись на различных этапах выполнения задания: сотрудничество, соперничество, ориентация на интересы партнера или их игнорирование.

### **Упражнение «Узнай свою маму»**

Водящему ребенку завязывают глаза. Все мамы одновременно зовут его. Он по голосу должен узнать свою маму.

### **Упражнение «Налаживание взаимоотношений»**

Цель: возможность выразить свою любовь, поддержку, ощутить тактильный контакт.

Звучит спокойная музыка. Участники садятся на ковер, закрывают глаза и чувствуют друг друга. Присутствующие в паре говорят друг другу: «Я тебя люблю!» и так по очереди сколько захочется.

В конце упражнения дать возможность выразить свои чувства (обнять, поцеловать, погладить).

3. Заключительная часть.

Обсуждение.

Рефлексия.

### **Упражнение «Плодородный сад»**

На доске плакат, на котором нарисовано дерево. Участникам раздаются яблоки (зелёные – положительные эмоции и красные – отрицательные эмоции), на которых все пишут ответ на вопрос: «Что вы думаете о прошедшей нашей встрече?»

### **Занятие 7. Итоговое занятие**

Цель: определение позитивных целей членов семьи, мотивирование на преодоление трудностей при взаимодействии со специалистами службы сопровождения семей в тжс.

Оборудование

1. Вводная часть:  
Видеоролик "Счастливая семья"
2. Основная часть:

### **Упражнение «Солнце любви»**

Каждый участник рисует на листке бумаги солнце, в центре которого пишет имя ребенка. На каждом лучике солнца необходимо перечислить все прекрасные качества своих детей.

Затем все участники демонстрируют свое "солнце любви" и зачитывают то, что написали.

Предлагаю вам взять это Солнышко домой. Пусть теплые лучики его согреют сегодня атмосферу вашего дома. Расскажите вашему ребенку о том, как вы оценили его качества – подарите ребенку теплоту, ласку и внимание.

Мастер –класс «Северная берегиня»

Цель: Создание совместно при участии всех членов семьи традиционную народную куклу-оберег для дома «Северная берегиня»

Берегини – это традиционные славянские куклы-обереги. Главная задача куклы заключалась в защите от напастей, она должна была оберегать всех домочадцев от болезней и злых духов.

Одна из таких кукол-оберегов - оберег для дома «Северная берегиня»

Эта необычная куколка очень непохожая на традиционные куклы. Выполнена она по принципу трещётки, из ярких тканей. Очень позитивная и нарядная. Это мощный оберег для дома, привлекающий благополучие и удачу. Ставили такую куколку в северный угол избы.

Кукла «Северная берегиня» изготавливалась из небольших лоскутов ткани, ярких расцветок, от ношенной одежды, впитавшей в себя энергетику хозяина. Считалось, что она приносит благополучие в дом и охраняет его от четырёх стихий (огонь, вода, воздух, земля). Её ставили в северный угол избы. Многослойность этой куклы указывала на множество тел человека, множество миров, множество воплощений души. Кукла берегла народы севера от злых духов, которыми северная земля была полна, так как считалось, что все зло находится в северных широтах и людям там приходится очень нелегко, защищаясь от злых духов. Считалось, чем ярче лоскутки ткани, тем сильнее кукла и ее магическая сила.

Куколка Берегиня дарится к любому случаю, оберегает дом, семью. Её можно укрепить в машине, у кровати ребёнка, можно положить в сумочку или украсить ею елочку. Яркая цветная берегинюшка принесет вам хорошее настроение и счастье! С помощью этой куколки мы можем ОТМЕСТИ все, что нам не нравится в нашей жизни, отгородить себя от чужого влияния; также можно ВМЕСТИ в свой дом, в свою жизнь удачу, радость, здоровье и благополучие.

Выполнить «Северную берегиню» можно двумя способами:

При выполнении первым способом - Куколка получается яркая и озорная, имеет семь цветов, как радуга и называется ещё Семицветицей.

При выполнении вторым способом мы берём 13 видов ткани, отмеряем 13 см в длину, то символизирует 13 лун, проходящих за год. Ведь женщина – это преобладание лунной энергии, если мы обратимся к ней за помощью, то можем усилить своё женское начало.

Не запрещай себе творить,  
Пусть иногда выходит криво –  
Твои нелепые мотивы  
Никто не в силах повторить."

Мастер – класс изготовление куклы «Северная берегиня»

Материалы:

1. Основа куклолки – 7 лоскутков 6x18 (ярких цветов)
2. Платок – яркий лоскут ткани 10x10
3. Лицо - Полоска светлой ткани: ширина 3x10-15 см
4. Красные нитки и ленточки – для оформления куклолки

Формование основы – тела:

Каждый из 7 лоскутков сложить пополам

Оба края каждого из 7 лоскутков складываем (заворачиваем) к образовавшейся середине



Собрать полученные полоски вместе - сложить получившиеся полоски друг на друга.

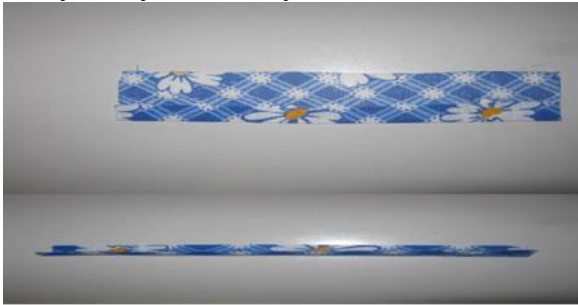


Формование лица куклолки:

Полоску светлой ткани сложить в ширину пополам.



Полученную полосу сложить пополам в длину



Закрутить получившуюся полосу (Когда делаешь головку из куска ткани - обязательно закручивать полосу по часовой стрелке, что означает «жизнь - бесконечность»).



### **Сбор куклы «Северная бергиня»**

На получившееся «лицо» куклы накладываем цветные полоски ткани, чередуя темные и светлые тона. Сложить все пополам



Формируем с помощью красных ниток голову куклы, отступив от сгиба 1,5 см



### **Изготовление рук и платочка**

У яркого лоскутка для платка, отогнуть два противоположных уголка (для рук) на 5-7 мм.



Сложить полученный квадрат по диагонали пополам.  
Два уголка перевязать нитками – это будут руки куколки.



Надеть платок на голову куклы.  
Украсить куклу лентой



Куклу-Берегиню можно сделать на любовь и верность, благополучие в семье, успешное замужество, счастливое материнство, удачу в дороге и путешествиях, денежную прибыль, успешную карьеру, успехи в бизнесе и многое другое по Вашему желанию. Она будет Вашим верным спутником и оберегом. Беседуйте с ней, просите помощи и совета, благодарите её за помощь.

### **3. Заключительная часть.**

**Рефлексия.**

**Упражнение "Послание"**



Каждому участнику выдается конверт, который был оформлен на первом занятии. Участникам предлагается кратко написать приемному ребенку послание, о том, что радует его в ребенке, чем он гордится, какие позитивные чувства вызывает его появление в семье. Участники родители и дети пишут послание, в котором выражают свои чувства по отношению друг к другу и формулируют ближайшие цели. Обсуждение.

## Список литературы

1. Гиппенрейтер Ю.Б. Общаться с ребенком. Как? – М.: МАСС-МЕДИА, 1995. – 240 с.
2. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. – СПб.: ООО Издательство “Речь”, 2000. – 150 с.
3. Сакович Н.А. Диалоги на Аидовомпороге. Сказкотерапия в профилактике и коррекции суицидального поведения подростков.-М.: Генезис, 2012.
4. Профилактика суицида в детской среде. Сборник методических рекомендаций. – Биробиджан: ОблПКПР, 2012
5. Защита детей от жестокого обращения/ Под редакцией Е.Н.Волковой. – СПб.:Питер, 2007
6. <https://infourok.ru/podborka-metodik-po-diagnostike-detskoroditelskih-otnosheniy-3228595.html>
7. <http://www.proshkolu.ru>
8. <https://infourok.ru/podborka-metodik-po-diagnostike-detskoroditelskih-otnosheniy-3228595.html>

**Динамика детско-родительских отношений в семье анкета для родителей.**

Ответьте на предложенные вопросы, интуитивно проставив балл по пятибалльной шкале:

Оцените психологический климат в Вашей семье: \_\_\_\_\_

Насколько Вы интересуетесь проблемами своего ребенка? \_\_\_\_\_

Насколько члены вашей семьи принимают участие в воспитании ребенка? \_\_\_\_\_

Насколько Ваш ребенок успешен в образовательном учреждении?

По Вашему мнению, насколько ребенку интересна Ваша жизнь, знает ли он в чем заключается Ваша работа, Ваши любимые занятия, предпочтения? \_\_\_\_\_

Какова степень трудности в общении с ребенком? \_\_\_\_\_

Как Вы думаете, как ребенок относится к Вам? \_\_\_\_\_

Насколько Вы последовательны во взаимоотношениях с ребенком? \_\_\_\_\_

На сколько Вы уверены в том, что если у ребенка появятся какие - либо проблемы он расскажет Вам первому о них? \_\_\_\_\_

Насколько Вы уверены, что ребенок Вам не лжет? \_\_\_\_\_

Насколько Вы уверены в том, что Ваш ребенок не попадет под дурное влияние со стороны? \_\_\_\_\_

Насколько Вашему ребенку нравится его комната( домашняя обстановка)? \_\_\_\_\_

Насколько Вам интересно мнение ребенка при приобретении ему каких – либо вещей? \_\_\_\_\_

Насколько Вы удовлетворены своим ребенком, в качестве помощника по дому? \_\_\_\_\_

Насколько Вы осведомлены о круге общения своего ребенка? \_\_\_\_\_

Насколько Ваши методы воспитания эффективны? \_\_\_\_\_