

## **Тренинг как способ активного социального обучения родителей**

Трудностей в организации общения с родителями воспитанников много: это и непонимание родителями важности режима детского сада, и постоянное его нарушение, и отсутствие единства требований в семье и в детском саду. Сложно складывается общение с молодыми родителями, а также с родителями из неблагополучных семей или имеющими проблемы личного характера. Они зачастую относятся к педагогам снисходительно и пренебрежительно, с ними трудно установить контакт, наладить сотрудничество, стать партнерами в общем деле воспитания ребенка. Вместе с тем, как показал опрос, многие из них хотели бы общаться с педагогами «на равных», как с коллегами, прийти к доверительному, «душевному» общению.

Из чего складывается успех общения? Прежде всего, из желания пойти на контакт, наладить отношения, помочь друг другу, увидеть в другом равного себе партнера, услышать его, признать право другого на иную позицию и понять эту позицию. Общение будет успешным, если оно содержательно, основано на общих и значимых для обеих сторон темах, если каждая из них в процессе общения обогащает свой информационный багаж.

Одной из важных функций педагога является психологическая поддержка родителей и детей, оказание необходимой помощи семье в решении проблем, возникающих в процессе развития ребенка. Для каждой конкретной ситуации воспитатель должен уметь правильно подобрать наиболее эффективный метод.

В последнее время наряду с индивидуальной формой работы с родителями воспитатели все чаще стали использовать групповые консультации, семинары-практикумы, тренинги.

Как показывает опыт, эффективным методом, позволяющим родителям приобрести новые знания, социальные установки, умения и навыки самопознания и саморегуляции, общения и межличностного взаимодействия, является тренинг (активное социальное обучение). Он требует от педагога не только профессиональных знаний и коммуникативных умений. Работая с группой, ему важно соблюдать условия и принципы построения взаимодействия с родителями, помнить, что на эффективность контактов с ними влияют его умения и навыки правильно выбрать интонацию, грамотно говорить, использовать профессиональную терминологию, а также жесты, мимика, манера держаться перед публикой, вкус в одежде и др.

При проведении тренинга, как правило, применяются приемы, которые содержат:

- процедуру знакомства;
- интерактивные игры;
- ролевую игру;
- групповую дискуссию;
- тренировку поведенческих навыков;
- психогимнастику;
- анализ ситуаций;
- элементы психодиагностики и т. п.

Цель социального обучения родителей в том, чтобы помочь им усвоить как

можно больше типов взаимодействия, основанных на принципах социально-педагогического партнерства и равенства между детьми и взрослыми.

Тренинг состоит из относительно самостоятельных занятий. В их структуру включены разного вида невербальные методики: мимические, жестовые, тактильные, ролевые этюды, позволяющие каждому на время стать разным "Я" и другим "Я".

Численность группы: 8-12 человек. Расписание работы группы: предлагается проведение 10 занятий длительностью 1,5-2 ч, что с точки зрения групповой терапии достаточно для достижения поставленных целей. В зависимости от условий можно планировать 1-2 занятия в неделю.

Местом для проведения занятий важно выбрать изолированное, просторное помещение, оснащенное звуковой аппаратурой, плоской поверхностью для рисования. Стулья нужно расставить так, чтобы все могли сесть в круг.

План занятий предусматривает три основные части: вводная, рабочее время, обсуждение.

Вводная часть и обсуждение должны составлять примерно по четверти всего времени занятия. Оставшаяся половина времени должна быть уделена собственно работе. Вводная часть служит для включения участников группы в работу. Снижается уровень напряжения. Формируется мотивация к совместной деятельности. Появляется возможность взаимодействия участников друг с другом, устанавливается связь между всеми занятиями.

Все последующие занятия необходимо начинать с краткого обзора предыдущей встречи. Очень важно спрашивать участников тренинга, не хотят ли они что-нибудь "высказать" (любые чувства, мысли или вопросы) по поводу последнего занятия. Другой очень важный момент — обсуждение того, что они пробовали делать сами между занятиями (например, использовали ли они новые способы поведения и т. п.).

Рабочее время направлено на достижение намеченной цели занятия и зависит от динамики группы.

Обсуждение является важнейшей частью каждого занятия, поскольку позволяет членам группы сконцентрироваться на том, что они узнали во время занятия. Затрагивает внутри-личностные процессы, межличностные взаимодействия, новые чувства, мысли, поведение и возможности применения новых знаний. Этому уровню отвечают следующие вопросы:

- Что вы чувствовали, когда рассказывали об этом?
- Какие мысли возникли у вас, когда кто-то рассказывал о своих проблемах?

Обсуждение следует проводить после выполнения каждого упражнения и в конце занятия. Если не уделять должного внимания обсуждению, все предыдущие этапы теряют смысл. Оно помогает структурировать весь материал занятия. Это дает возможность понять точно и ясно, что произошло, помогает закрепить новый опыт.

***В качестве примера предлагаем вашему вниманию вариант тренинга с родителями на тему "Наказание: польза или вред?"***

Реквизит: цветные карандаши, фломастеры, ручки, ножницы, булавки, бумага, грецкие орехи, мешочек, коробок спичек, столик, 3 доски.

Цель тренинга: познакомить родителей с различными типами воспитания детей старшего дошкольного возраста.

Ход тренинга:

Знакомство: Здравствуйте, уважаемые родители! Спасибо, что нашли время и

пришли на сегодняшний тренинг, посвященный вопросам воспитания детей, общения с ними, оптимальным методам разрешения конфликтных ситуаций, которые нередко возникают из-за непослушания или плохого поведения ребенка. Меня зовут Наталья Вячеславовна.

Для того, чтобы нам легче было общаться, предлагаем вам сделать визитную карточку, которая может быть любой по форме, цвету и украшенной по вашему художественному вкусу. Важно, чтобы на карточках было указано ваше имя, которым вы хотите, чтобы вас называли.

Подойдите к столам, возьмите листок бумаги, выберите карандаши, которые вам понадобятся, и оформите свой бейджик в свободной форме. На это задание мы вам даем 5 мин. С помощью булавок закрепите свои визитки на одежде и можете вернуться на свои места.

(Участники тренинга выполняют задание.)

Ведущий: А сейчас будем знакомиться. Я по кругу буду передавать игрушку, у кого игрушка окажется в руках, тот отвечает на два вопроса:

■Как его зовут?

■Почему бейджик оформлен именно так? Здесь нужно попытаться объяснить, почему использованы такие цвета, форма, что это для вас значит.

(Участники тренинга выполняют задание.)

Ведущий: Для более близкого знакомства друг с другом объединитесь в пары. Задача этого упражнения — узнать как можно больше информации о своем партнере, а потом рассказать всем нам, что вы узнали, чтобы все остальные участники сразу запомнили вашего партнера. Попытайтесь отметить индивидуальные черты соседа, особенности характера, увлечения (хобби) и т. д. И все это проделать надо всего за 5 мин.

(Участники тренинга выполняют задание.)

Ведущий: Ну, вот мы с вами и познакомились. Оказывается, среди нас есть педагог, врач... Каждый из вас очень индивидуален. Это мы увидели даже из оформления ваших бейджиков, вы использовали разные цвета, по-разному украсили свои визитки. Показательно и то, что у каждого из вас не только разные цвет волос, глаз, но и свой неповторимый и индивидуальный жизненный опыт, которым, мы надеемся, вы поделитесь друг с другом.

Правила тренинга Для того, чтобы нам было легче общаться, давайте создадим правила своей группы. Как вы думаете, какие правила нам понадобятся? Вам надо предложить свои правила, а мы их запишем на доске. Например:

■Не перебивать друг друга. Например, будет ли вам приятно общаться с человеком, который вас перебивает? Чтобы этого не происходило, говорить будет только тот, у кого в данный момент в руках вот эта игрушка.

■Доверительный, доброжелательный стиль общения. Такое условие необходимо, чтобы состоялся доверительный диалог.

■Искренность в общении. Говорим правду или молчим.

■Общение по принципу "здесь и теперь", говорим от 1-го лица ("Я..."). Общаемся по поводу того, что переживаем мы, рассказываем о своих проблемах, а не о проблемах посторонних людей, которые сейчас на тренинге не присутствуют.

■Помним, что поведение человека и его личность - это не одно и то же. Каждый из нас индивидуален, не следует критиковать личность другого. Можно оценивать только его высказывания и поступки.

■Стараемся видеть сильные стороны выступающего.

## Игры и упражнения

### Игра на сплочение "Спичка"

Ведущий: Теперь, соблюдая эти правила, мы предлагаем вам поиграть. Игра называется "Спичка". Встаньте плечом к плечу. Сейчас мы раздадим вам спички, которые можно держать только одним пальцем. Ваша задача: всем вместе дойти до фиши, не уронив спичку. Если упала хотя бы одна спичка, то вся команда возвращается к старту. Вам надо сделать круг вокруг каждого стула. Как именно держат спички — решать вам. Главное условие — держать их одним пальцем.

(Участники тренинга выполняют задание.)

Ведущий: Молодцы, садитесь на свои места. Ответьте на вопросы:

- Легко ли было выполнить это упражнение?
- Что мешало пройти до финиша?
  - Какие действия вы предприняли, чтобы удержать спичку?
  - Что каждый вынес для себя из этого упражнения? (Какой жизненный урок, мораль.)

Также это упражнение направлено на сплочение нашей команды.

"Каким вы хотите видеть вашего ребенка?"

Ведущий: А теперь опишите, каким вы хотите видеть вашего ребенка и почему? По очереди называйте желаемые качества, а мы будем записывать их на доске: послушный, хорошо ест, умеет сам одеваться, не дерется, самостоятельно ест, не капризничает, хорошо засыпает, добрый, общительный, ласковый, смелый, умный, умеет постоять за себя, хорошо говорит, любит рисовать, любит лепить, любит, когда ему читают, здоровый, умеет найти для себя занятие, любознательный, помогает взрослым и т. д.

Давайте подробнее остановимся на таком качестве, как послушание. Для чего оно нужно? Какие могут быть варианты ответа? Вы по очереди называете возможные причины, по которым вы хотели бы воспитать это качество в своем ребенке, а я буду записывать их на доске:

- чтобы ребенок не мешал взрослому заниматься своими делами;
- учился учитывать интересы других людей;
- приучался к порядку, дисциплине;
- предотвращать возможные негативные последствия непослушания для личной безопасности ребенка;
- иметь возможность его чему-то научить;
- чтобы он умел соблюдать режим;
- не конфликтовал со сверстниками;
- был управляемым и пр.

При воспитании тех или иных качеств, следует понять, с какой целью вы их воспитываете в своих детях? С целью ввести ребенка в социум, развить какие-то положительные личностные качества или же с целью удобства и выгоды для себя?

Например, какие из перечисленных причин подразумевают удобство взрослого? За каждой из формулировок: "чтобы он не мешал взрослому" и "чтобы учился учитывать интересы других людей" скрываются разные ценности. Очевидно, что аргумент "послушание нужно, чтобы ребенок не мешал взрослому" не подразумевает ценности развития ребенка и будет отнесен к формулировкам, определяющим ценности "удобства" взрослого; а второй аргумент — к формулировкам, в которых содержатся ценности развития ребенка.

*Анализ методов воспитания*

Ведущий: А как вы обычно добиваетесь послушания в разных ситуациях? Передавайте игрушку по кругу и называйте ваши собственные, а также возможные способы наказания (все способы записываются на доске):

- шлепают;
- ставят в угол;
- пугают;
- лишают развлечений, сладкого, подарков;
- используют окрики;
- читают нотации;
- стараются объяснить, уговорить;
- переключают внимание;
- обижаются;
- используют игровые приемы и т. д.

Давайте попробуем по ролям проиграть ситуацию, касающуюся наказания. Есть желающие? Ситуация такая: вы идете по улице с ребенком, и он захотел, чтобы вы что-то ему купили. Вы не можете этого сделать. Причины могут быть разные: нет денег, это что-то из еды, а скоро обед и т. д. Малышу это не нравится, и он начинает капризничать все сильнее и сильнее, проще говоря, не слушается. Как вы поступите в такой ситуации?

(В зависимости от выбранного типа наказания предлагается проанализировать метод с точки зрения его значения для развития личности ребенка.)

#### Негативные формы наказания

Ведущий: Кто-нибудь помнит себя в детстве, когда вы еще не ходили в школу? Расскажите, пожалуйста, самое яркое (в плохом смысле, т. е. обидное, грустное) на казание того времени. За что вас наказали? Как это сделали? И какие чувства вы при этом испытывали? (Унижение; обида; страх; вина; ощущение, что не любят, отвергают; горе; ответная агрессия; растерянность и пр.) Такие методы, как физические наказания, окрики, лишение общения, попытки напугать ребенка, унижают его достоинство, лишают доверия к взрослому, застав ляют почувствовать себя нелюбимым, ущербным и в конечном итоге могут стать источником невротических реакций. В результате таких воздействий взрослый, преследуя благую цель — развить положительное качество у ребенка, на самом деле может нанести вред его личностному развитию и психическому здоровью.

#### Положительные выходы из ситуации

Ведущий: Верным выходом из сложившейся ситуации может быть использование в общении с ребенком таких методов, как:

- стараться объяснить, уговорить;
- переключить внимание;
- использовать игровые приемы;
- не обращать внимание на капризы ребенка, отойти в сторону, чтобы он видел, что его поведение на вас не оказывает влияния.

Эти методы эффективны и положительны по своим последствиям, так как ребенок:

- не испытывает унижения, обиды, страха, не теряет контакта с взрослым;
- получает положительные образцы действий;
- проявляет собственную инициативу;
- сохраняет положительное самоощущение и пр.

(Если при проигрывании ситуации родители изначально использовали метод с

негативными формами наказания, то применяется сценарий с положительными выходами из ситуации. Если родители изначально предложили положительный вариант, то просто проводится беседа.)

#### Модели личностного развития ребенка

(Ведущий рассказывает родителям о том, как те или иные воспитательные стратегии обуславливают различные модели личностного развития ребенка.)

Ведущий: Думаю, вы все знаете, что фундамент личности закладывается в раннем возрасте и во многом определяет ее особенности в последующие годы жизни.

Реализация принципов авторитарной педагогики способствует накоплению у ребенка негативного опыта контактов с взрослым, формирует недоверие к миру, низкий уровень инициативности, любознательности, неуверенность в себе, тормозит развитие творческих способностей, проявлений детской непосредственности, жизнерадостности, часто провоцирует появление робости, конфликтности, агрессивности.

Напротив, следование принципам личностно-ориентированной педагогики способствует накоплению у ребенка позитивного опыта общения со взрослым, дает ему возможность развить инициативность, активность, познавательные способности, уверенность в себе, доброжелательное отношение к окружающим.

Детское непослушание и нарушение запретов часто имеют важное психологическое содержание.

В раннем возрасте дети используют непослушание для определения границ дозволенного, для привлечения внимания взрослого к себе в тех случаях, когда его не хватает.

Например, маленький ребенок подходит к маме, держа в одной руке соску, а в другой — ботинок. Уже зная, что ему не разрешается брать ботинок в рот, малыш подносит его ко рту и лукаво смотрит в глаза взрослому. Услышав "не надо", он улыбается и берет в рот соску. Так может продолжаться несколько раз и с различными предметами. В подобных случаях взрослый должен понимать, что ребенок не дразнит его, а выясняет границы дозволенного и недозволенного. Наказания здесь неуместны. Лучше отвлечь внимание ребенка и предложить ему совместную игру.

Часто проблема непослушания возникает из-за недооценки родителями и воспитателями присущего детям стремления к познанию окружающего предметного мира. Ребенок раннего возраста пытается все попробовать на вкус, залезть в шкаф, засунуть палец в розетку, схватить горячую кастрюлю, ножницы и пр. Многие родители вместо того, чтобы убрать неподходящие предметы из зоны досягаемости детей и заполнить ее игрушками и безопасными предметами, прибегают к ограничениям, запретам. Тем самым они тормозят развитие у ребенка познавательной активности и провоцируют его на конфликты.

#### Мышечная релаксация (обучение методам саморегуляции)

Ведущий: Сегодня мы выполним некоторые упражнения на расслабление. Они помогут вам научиться расслабляться, когда вы чувствуете скованность, и избавиться от многих неприятных ощущений в теле. Эти упражнения довольно короткие и простые — вы можете выполнять их незаметно для окружающих. Но есть некоторые правила, которые вы должны соблюдать, чтобы они принесли пользу:

■ Вы должны делать именно то, что я вам говорю, даже если это кажется вам неправильным.

■Вы должны делать это очень старательно, прикладывая все силы.

■Вы должны прислушиваться к ощущениям своего тела. Обращайте внимание на то, как чувствуют себя ваши мышцы, когда они напряжены и расслаблены.

Упражнение "Лимон" (руки)

Ведущий: Закройте глаза. Представьте, что в вашей левой руке находится целый лимон.

Как можно сильнее сожмите его. Постарайтесь выдавить из него весь сок. Прочувствуйте, как напряглись ваши рука и ладонь, когда вы сжимаете лимон. Обратите внимание на свои ощущения, когда рука расслаблена. Теперь возьмите другой лимон и сожмите его. Постарайтесь сжать его еще сильнее, чем первый. Прекрасно. Вы прилагаете все силы. Теперь выроните этот лимон, расслабьтесь. Не правда ли, насколько лучше чувствуют себя ваши рука и ладонь, когда они расслаблены? И снова возьмите лимон левой рукой и постарайтесь выжать из него весь сок до последней капли! Прекрасно. Теперь расслабьте руку, пусть он выпадет.

Оставайтесь расслабленными. Пусть все тело станет слабым и безвольным, почувствуйте, как каждый мускул "распускается". Через несколько минут я попрошу вас открыть глаза. Эти упражнения можно повторять дома вместе с детьми.

Медленно потянитесь, откройте глаза.

### Рефлексия

Ведущий: А теперь давайте подведем итоги нашей сегодняшней встречи. Выполним так называемую рефлексию, т. е. отслеживание своих чувств и эмоций по поводу тренинга.

Прошу каждого, передавая мячик, высказаться о том:

■что он узнал сегодня;

■было ли для него это полезно;

■какие чувства он испытывает в данный момент и испытывал в момент самого тренинга;

■что он хотел бы еще узнать.

Построить свое высказывание нужно от третьего лица, т.е.: "Он(а) узнал(а)...".

(Далее проводится свободное обсуждение тематики следующих тренингов.)

### **Список литературы**

1. Арнаутова Е.П. Планируем работу с семьей. // Управление ДОУ 2002г., № 4 .
2. Арнаутова Е.П. В гостях у директора: Беседы с руководителем ДОУ о сотрудничестве с семьей. - М., 2004 — 208 с.
3. Евдокимова Н.В., Додокина Н.В., Кудрявцева Е.А. Детский сад и семья: методика работы с родителями: Пособие для педагогов и родителей. М: Мозаика – Синтез, 2007г
4. Зверева О.Л. Конкурс знатоков педагогических секретов.//Д/в 1997г.,№ 10.
5. Зверева О.Л. Методическая помощь воспитателю в подготовке к общению с родителями. // Управление ДОУ 2002г., № 4
6. Марковская И.М. Тренинг взаимодействия родителей с детьми. СПб: Речь, 2002 г.
7. Свирская Л. Работа с семьей: необязательные инструкции. М.: ЛИНКА — ПРЕСС, 2007. - 176 с.

