**Тренинг-практикум для родителей: «Моя счастливая семья»**
**Цель:** способствовать укреплению взаимопонимания в семье, повышению
социально-психологической компетентности родителей.
**Психолог:**Есть дом, в котором я живу
И для меня он лучший самый,
В нем и во сне, и наяву
Я слышу добрый голос мамы.

А вечерами папа мне,

Когда смолкают птицы в гнездах,

 Расскажет о луне,

Ракетах, спутниках и звездах.

Пускай мой дом он будет вечно,

Пускай в нем будет хлеб и смех

Туда я буду возвращаться,

И только с ним возможен мой успех.

**Психолог:**

-Как вы думаете, о чем или о ком пойдет наш разговор?

В сентябре в Казахстане отмечается праздник «День семьи»
Семья – это важнейший фактор долголетия и здоровой жизни. Первые жизненные уроки ребенок получает в семье. Его первые учителя – отец и мать. Ребенок, наблюдая за отношениями отца и матери в повседневной жизни, усваивает определенный тип отношений между мужчиной и женщиной. Именно эта модель будет определять дальнейшее поведение ребенка в социуме.

**1. 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 и приклеивают перышки на его крылья.

**2. 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.

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

**3.Разминка. Викторина «И в шутку и в серьёз».**

Много серьёзных слов сказано о семье. А сейчас я предлагаю вашему вниманию небольшую викторину:

*1. Какое выражение стало символом большой семьи:*

а) Трое в лодке;

б) Четверо за компьютером;

в) Пятеро в ванной;

г) Семеро по лавкам.

*2.Буквенная семья, в которой, согласно многочисленным стихам,«33 родных сестрицы». Что это за семья?* (алфавит)

*3. Цветок – символ семьи* (ромашка).

*4*.*Какое растение олицетворяет собой одновременно и родного и не родного родственника?* (мать-и-мачеха)

*5.О какой русской игрушке эта цитата: «Она олицетворяет идею крепкой семьи, достатка, продолжения рода, несёт в себе идею единства»?* (о матрёшке)

*6.Как звучит «фруктовая» пословица о том, кто унаследовал плохое, неблаговидное поведение от отца или матери?* («Яблоко от яблони недалеко падает»).

*7.Мать жены, это кто?* (теща)

*8.Отец мужа?* (свекор)

*9.Какое из музыкальных произведений традиционно звучит на церемонии бракосочетания:*

*А) вальс Шуберта*

*Б) Полонез Огинского*

*В) Марш Мендельсона*

*10. Какую погоду не в силах предсказать синоптики?* (в доме)

**4. На слайде даны понятия «Семьи»**

-Какие понятия «Семьи» вам ближе всего просигнальте с помощью сердечек, которые лежат у вас на столах.

* Семья- это самое главное в жизни человека;
* Семья- это дом, крепость, тыл;
* Семья- это союз единомышленников и близких людей;
* Семья- это моя гордость.

**5. Упражнение «Идеальная пара»**

Жены отдельно от мужей составляют список, который характеризует идеального супруга (супругу).

После этого списки зачитываются. Участникам предлагается обсудить являются ли они таковыми, что из списка им бы хотелось взять в первую очередь, чтобы приблизиться к образу «Идеального супруга (супруги)».

Вывод: ИДЕАЛА в мире нет, и недостатки есть у всех, но от этого мужья не перестают любить жен, а жены мужей.

Упражнение заканчивается тем, что составленные списки разрываются, а пары (муж - жена) обнимаются.

**6. Круг радости.**

*(Ведущий становится в центре круга, подняв над собой обруч с лентами.)*

**Ведущий:** Возьмите каждый по одной ленточке. Что у нас получилось?

Наш круг очень похож на юрту. А над вами купол юрты, он называется шанырак. Шанырак- это символ казахского дома.. Каждый человек, большой и маленький, любит свой дом, потому что в нём живёт его семья.

Родительский дом- всему начало. Однажды скульптор Роден сказал: «Дом должен улыбаться улыбкой человеческой души».

**7. Упражнение «Живой дом»**

Цель: диагностировать субъективное восприятие психологического пространства семейных отношений.

Перед вами лежит лист бумаги. Нужно написать в колонку имена 7-8 человек, которые влияют на вашу жизнь, рядом нарисовать дом, у которого обязательно должны быть фундамент, стены, окна, крыша, чердак, дверь, дымоход, порог. За каждой частью дома закрепить 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.

**Психолог:** Какой же дом без детей.

**8. Психолог предлагает взять бумагу и вырезать силуэт своего ребенка.** (Родители вырезают из бумаги силуэт своего ребенка).
**Вывод:** всем была дана одна инструкция, а силуэты получились разные, так и каждый ребенок неповторим.

**9.Упражнение «Сердце в надежных руках»**
**Педагог-психолог**: предлагаю из бумаги вырезать ладошки. Напишите на них ответ на вопрос - «Что Я делаю для того, чтобы мой ребенок стал СЧАСТЛИВЫМ?»

Выход детей, которые держат в руках сердце.
К детям выходят родители и прикрепляют к сердцам своих детей подписанные ладошки .

 - Давайте посмотрим на наши результаты. Наши ладошки – это руки, которые мы протягиваем нашим детям, чтобы поддержать их, помочь им или просто обнять. И очень хочется, чтобы такие заботливые руки были в каждом доме и в каждой семье.

**10.Упражнение «Аплодисменты»**
Педагог-психолог: мы с вами хорошо поработали. Я предлагаю представить на одной ладони улыбку, на другой - радость. А чтобы они не ушли от нас, их надо крепко соединить и поаплодировать.
**11.Рефлексия**.
Педагог-психолог: предлагаю вернуться к аисту, вспомните, что вы писали в начале тренинга на перышках. Оправдались ли ваши ожидания?