

**Тамбовская область, Тамбовский район д.Красненькая,
МАДОУ детский сад “Маленькая страна”**

ТРЕНИНГ РОДИТЕЛЬСКОЙ УВЕРЕННОСТИ

**составители:
старший воспитатель
Гладышева Жанна Викторовна,**

**педагог-психолог
Попова Светлана Александровна**

Введение

Обычно взрослый человек учится родительству уже после того, как у него появляется ребенок. Мало кто обладает к этому времени необходимым запасом педагогического мастерства. На ошибках приходится не только учиться, но и «мучиться». Стоит преодолеть одну непростую воспитательную задачу, как на пороге стоит следующая. Даже если удалось преодолеть «без проблем» один возрастной период ребенка, наверняка в другом - наступит период «бури и натиска», когда придется иметь дело с детскими капризами и непослушанием.

К счастью семья – система, которая наделена большим ресурсом самосохранения и противостояния стрессу. В подавляющем количестве случаев родители находят решение той или иной возникающей проблемы по уходу и воспитанию ребенка. Мать и отец вырабатывают его сообща методом проб и ошибок, находят с помощью друзей (таких же молодых родителей), общаются на форумах родительских сайтов, пользуются советами и перенимают педагогические навыки у родственников старшего поколения. В последние годы семьи все чаще обращаются на школы и тренинги для родителей.

Эффективные программы повышения родительской компетентности помогают получить поддержку, необходимые знания и потренироваться. Что важно - не на ошибках в отношении собственного же ребенка, а в безопасном пространстве – в среде других таких же родителей, озабоченных схожими вопросами и задачами. В отличие от родительских сайтов на очных занятиях есть возможность не только активно обсуждать, но прорабатывать или проигрывать трудные ситуации. И в итоге выбирать решение, наиболее подходящее для себя лично и для своей семьи.

Надеемся при помощи этой программы помочь родителям почувствовать воспитательную уверенность, укрепить родительский авторитет, приобрести умение создавать в семье комфортную среду общения, взаимопонимания и сотрудничества. А значит - вырабатывать у ребенка жизненную стойкость, уверенность в себе и своих силах, хорошую адаптивность, позволяющую успешно взаимодействовать в обществе.

Цель тренинга: Укрепление воспитательной уверенности, компетентности и авторитета родителей детей дошкольного возраста за счет тренировки педагогических умений и навыков, развития способностей понимать причины нежелательного поведения ребенка и применять эффективные воспитательные приемы.

Задачи:

Обсуждение с родителями причин благоприятного и нежелательного поведения ребенка.

- Информирование родителей о способах оптимизации процесса воспитания и ухода за ребенком (несколькими детьми): как распределять функции, планировать ресурсы.
- Поиск, обсуждение и тренировка эффективных методов и совладания с «трудным» поведением ребенка.
- Сопоставление и сравнение воспитательных методов с применением и без применения наказаний и крика по эффективности, последствиям и психологическому комфорту для обеих сторон – родителей и детей; выработка критического отношения к применению физических наказаний и крика.
- Обучение способам регулирования эмоционального состояния в стрессовых ситуациях, связанных с собственной усталостью, нехваткой времени и трудностями воспитания ребенка.
- Организация среды для взаимоподдержки и обмена опытом между родителями

Ожидаемые результаты:

- Родители узнают об особенностях психологии детей дошкольного возраста, потренируются распознавать потребности, страхи, желания и возможности своего ребенка, прогнозировать, что может вызывать негативные реакции ребенка и непослушание;
- Потренируют навыки и приемы эффективного детско-родительского взаимодействия (научатся эффективно реагировать в конфликтных ситуациях с ребенком, создавать необходимые условия общения и воспитания, воодушевлять

ребенка, развивать в нем чувство уверенности, подкрепляя варианты благоприятного развития личности);

- Узнают методы планирования собственных ресурсов и привлечения помощь извне;
- Узнают про способы снижения эмоционального напряжения и родительского стресса и попробуют применять их на практике, реже будут действовать импульсивно, а вместо этого - осознанно выбирать и использовать позитивные воспитательные стратегии.
- Потренируют навыки методов взаимодействия с детьми без применения насилия (узнают, как использовать эффективные способы обучения и дисциплинирования детей, научатся реагировать на непослушание детей без криков и применения физической силы).

Продолжительность и порядок организации занятий

Программа предполагает цикл из 9 занятий, рекомендуемая периодичность проведения 1 раз в неделю. Продолжительность одного занятия составляет от 1 час 20 мин. до 1 часа 30 мин. Рекомендуется также провести дополнительное, 10-е занятие в режиме индивидуальной или групповой консультации по запросу родителей.

Общее время, необходимое для реализации программы, составляет 2,5 – 3 месяца.

Занятия проводятся в группе для 11-15 человек родителей. При большем количестве желающих принять участие рекомендуется организовать несколько групп. По возможности, рекомендуется привлекать для участия в занятиях обоим родителям, в некоторых случаях возможно вовлечение других мотивированных на занятия родственников, осуществляющих непосредственный уход за ребенком.

Групповая работа имеет свои преимущества по сравнению с индивидуальной:

- групповой опыт позволяет не «ходить по кругу», замкнувшись в пределах семьи со своей проблемой, помогает увидеть свою ситуацию в ином контексте, узнать о вариативности поведения родителей в похожих случаях;
- в группе возможно получение обратной связи от других участников, эмоциональной поддержки и обмена практическим опытом в атмосфере, снимающей барьеры общения, благодаря принципу «равный равному»;
- в группе можно потренировать и укрепить конкретные навыки взаимодействия с детьми.

Рекомендуемое оборудование и необходимые материалы:

Помещение, приспособленное для групповой работы на 15 человек

Стулья по числу участников, установленные полукругом или кругом.

Флипчарт, бумага и набор маркеров для флипчарта.

Мультимедийное оборудование и экран.

Бумага и ручки на тот случай, если участники захотят что-то записать.