

## **Тренинг с родителями**

### **«Волшебные лица»**

**Цель тренинга:** оказать помощь родителям в поиске эффективных способов взаимодействия с ребенком, способствовать гармонизации эмоциональных отношений в семье.

#### **Задачи тренинга:**

- создание условий для эмоционального сближения членов семьи, установление доверительных отношений между участниками встречи;
- поиск, выявление и защита уникального и неповторимого в себе и своем ребенке посредством маскотерапии;
- развитие адекватного самовосприятия через акцентирование уникальности и значимости каждого участника;
- формирование у родителей и детей умения выражать свое эмоциональное состояние, понимать друг друга;
- развитие навыков эмоциональной поддержки у родителей и детей.

**Материалы:** Листы бумаги А-4, краски, карандаши, фломастеры, музыка.

**Участники:** 3-4 семьи детей старшего дошкольного возраста.

#### **Приветствие. «Добрые пожелания»**

«Для этого каждому из участников нужно сказать своему соседу любое доброе пожелание».

#### **Упражнение «Самопрезентация»**

«Сейчас я прошу всех участников встречи коротко рассказать о себе. Важно говорить не столько о биографии, сколько о своих личных качествах.

Акцент необходимо делать на положительных качествах («Какой (какая) я?») При затруднении детям можно помочь вопросами: «Как тебя зовут? Сколько тебе лет? Какой ты? Чем любишь заниматься? И т.д. Давайте обсудим: что было легко? что-то было трудно? Какое представление больше запомнилось?

**Упражнение «Сказочные маски».** Сегодня мы с вами отправимся в необычное путешествие – путешествие в любимую сказку.

«Закройте, пожалуйста, глаза. Вы слышите эти звуки? Сказка ждет вас. Мы отправляемся в путь. Глубоко вдохните, выдохните. Мы переносимся с вами в удивительный лес, это сказочный лес, в самое его сердце – на Волшебную поляну... Мы лежим на волшебной поляне и видим над собой голубое небо. Слушаем, как поют птицы... шелестит трава... журчит ручей.... Почувствуем аромат спелой земляники. А если мы протянем руку, то сорвем и положим в рот крупную, ароматную ягоду и ощутим ее сладость.... Шелковая трава нежно щекочет наши руки... ноги... лицо.... В этом мире оживают наши воспоминания и наши сказки. У каждого есть своя любимая сказка. Взрослым их читали, когда они были маленькими. На Волшебной поляне мы видим сказочных героев, их очень много, но среди них есть один самый любимый..., вы можете встретиться со своим любимым сказочным героем, какой он..., можно поговорить с ним. Нам пора возвращаться. Постепенно можно открывать глаза».

«Каждый из вас встретился с любимым героем из сказки. Я предлагаю вам нарисовать маску этого героя. Маску мы рисуем на листе фломастерами, красками или карандашами, вырезаем саму маску и делаем прорези для глаз». Родители, при необходимости, помогают сделать маску ребенку, но при этом, ребенок отражает через маску свои особенности и предпочтения (выбирает героя, цвет, величину маски и т.д.) А ребенка можно спросить, почему он выбрал этого героя, какой он, чем он ему нравится.

В процессе изготовления масок ведущий может дать следующую

информацию для родителей, что значит маска в современной интерпретации. Маска – это лицо, облик и образ человека, его поведение. Это то, что мы показываем другим. Это средство защиты и достижения целей.

Личность всегда отражает в себе образы иных людей, часто перевоплощаясь в них «заражаясь» ими и «теряя себя».

Работа с масками – это поиск, выявление, оздоровление, закрепление и защита уникального и неповторимого своей личности. С истинным лицом связаны ее энергия и смысл жизни.

Создавая, с помощью изобразительных инструментов те или иные маски, образы и формы, человек обретает самого себя, а вместе с этим возможность разрешать для себя многие кризисные и проблемные ситуации, выстроить эффективную модель поведения.

В результате у взрослых и детей получаются маски их любимых сказочных героев.

**Задание 1.** Когда маски будут готовы, взрослым и детям предлагается посмотреть через маску и определить эмоцию своей маски (радость, грусть, страх, злость, гнев, отчаянье, восторг и т. д.) Родителям предлагается пообщаться со своим ребенком от лица маски, учитывая выбранное эмоциональное состояние.

Затем, участники могут попробовать взаимодействовать с любым взрослым или ребенком от лица маски.

Ведущий организывает обсуждение детей и родителей: «Легко ли было взаимодействовать через маску? Маска помогала или мешала? Как помогала? Чем мешала? И т.д.

**Задание 2.** «Попробуйте ответить на вопрос: «Какие качества ваш герой показывает этой маской? Напишите эти качества на лицевой стороне маски». «Что герой скрывает этой маской? Напишите данные качества на обратной

стороне». Родители помогают выполнить задание своему ребенку. (Ребенок описывает, что показывает маска, какая она, и что она ему помогает скрыть, когда он ее надевает)

Каждой семье предлагается выйти в круг, надеть свои маски и прочитать друг у друга, кто и что показывает своей маской; кто и что скрывает своей маской. Обсудить свои ощущения. По желанию можно примерить чужие маски другого члена семьи и обсудить свои ощущения.

### **«Обратная связь»**

Пожалуйста, выскажите свое мнение о сегодняшней встрече, что понравилось, что не понравилось.

**Домашнее задание:** принести 2-3 рисунка семьи детей «Семья, в образе сказочных героев».