

## Детско-родительский игровой сеанс «Счастливы вместе»

Ход мероприятия:

1. Детские годы—самые важные в жизни человека. Как они пройдут, зависит от взрослых. Главную роль в жизни маленького человека играет семья.

Наша прямая обязанность -- выявить причины спада положительных эмоций у детей.

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 желудка, сердца, бессонницы и ослабления иммунитета.

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", -- говорят специалисты центра сексологии и сексопатологии.

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.

Чтобы ваш ребенок был психически и физически здоров, необходимо оберегать его от внутрисемейных разработок, неурядиц, чаще прислушиваться к нему, ставить себя на его место. Тогда у ребенка повысится успеваемость, улучшится соматическое здоровье, он будет психически уравновешенным и избавится от страхов. Он будет уметь сопереживать другим людям.

Любите, ласкайте своих детей!

«Слово лечит, оно же и калечит» - гласит народная мудрость.

К сожалению, очень часто приходится видеть молодых родителей, которые, не стесняясь окружающих, издеваются над своими детьми. Нередко можно услышать от таких родителей «унижающие» фразы, оскорбляющие ребенка, выставляющие его на посмешище в глазах сверстников.

Психологи различают 6 основных видов эмоций. Какие самые неприятные? (Гнев, злоба, агрессия. Эти чувства можно назвать

разрушительными – они разрушают и самого человека, его психику, здоровье; и его взаимоотношения с окружающими).

## **2. Упражнение «Как слова действуют на ребенка»**

Цель: формировать представление родителей о влиянии негативных слов на эмоциональное состояние ребенка.

Сколько бы мы не слышали обисцеляющей силы доброго слова, но говорим ужасные слова со страшным тоном, а потом карим себя, но «Слово не воробей, вылетит - не поймаешь»

Поэтому я предлагаю наглядно посмотреть влияние слов на ребенка. Слова ранят душу.

Кувшин с водой – это ребенок (чистота, наивность, простота);

Соль – это грубые, соленые слова;

Перец – это слова, которые обжигают, обидные слова;

Горсть земли – безразличие, неуважительность к ребенку со стороны взрослого.

Соль, перец, земля в банку. Все это хорошо перемешивают – получаем состояние ребенка. Сколько времени должно пройти, пока все это осядет, забудется. А стоит только немножко взболтать и все поднимается вверх.

## **3. Упражнение "Статуя ребенка"**

- Прошу одного из вас, временно, стать ребенком.

- Когда рождается ребенок, мы радуемся, думаем, какими родителями мы будем, как мы будем развивать и воспитывать нашего малыша. И вот - ваша маленькая дочь, вы спешите в детский сад, вам надо успеть на автобус. Она энергичный, любознательный ребенок, задающий много вопросов.

- Мама, что там такое посмотри! - говорит она

- (1 родитель) Некогда, смотри под ноги, вечно ты спотыкаешься! Что ты крутишь головой? Не смотри! (завязываете глаза лентой).

- И вы дальше спешите в детский сад. Забегаете в автобус, встречаете там свою знакомую, начинаете с ней обсуждать прошедший день. Дочь внимательно слушает, а потом начинает задавать вопросы:

- Мама, ты слышала, как пропела птичка? Кто такой дядя Саша?

- (2 родитель) Ты, что вмешиваешься во взрослый разговор? И, вообще ты чего уши развесила, как не стыдно подслушивать? Не слушай! (завязываете уши ленточкой).

- Вы выходите из автобуса, и бежите с дочерью по дороге. Опаздываете:

- Ой, какой сегодня день будет! Мам, меня Маша ждет, мы с ней будем играть, я ей пообещала:

- (3 родитель) Отстань некогда сейчас, мы опаздываем! Что ты разболталась? Быстро рот закрой! Не говори! (завязывает рот)

- И вы двигаетесь дальше. Ребенок уже молчит, но начинает поднимать на ходу какую-то веточку. Вы бьете ее по рукам и начинаете ругать:

- (4 родитель) Что у тебя за руки, вечно ты их суешь куда-то! Выброси, я тебе сказала! Убери руки! (завязывает руки лентой).

Но тут дочь начинает скакать и задирать ноги. Вы в ужасе кричите на нее:

- (5 родитель) Ты где этому научилась? Это что еще такое? Перестань дрыгать ногами! Стой смирно! (И завязывает ноги)

- Смотрите на часы, нервничаете, и начинаете подгонять ребенка:

- Что ты тянешься, копуша, делай шаг шире, ты, что ходить разучилась? Иди быстрее! Дай руку! Гляди на дорогу не спотыкайся! Да не молчи ты, я с тобой разговариваю (прошу всех присутствующих произнести громко те фразы, которые выделены). Не смотри! Не слушай! Не говори! Убери руки! Стой смирно! (родители произносят все фразы одновременно)

И ребенок начинает плакать. А вы говорите:

- (6 родитель) Что ты плачешь? Нечего реветь! Я кому сказала - перестань реветь! (на этих словах вы сильно перевязываете живот).

Мы не довольны всем, что делает ребенок, забыв о том, что это всего лишь ребенок и ему нужна наша помощь и поддержка.

Объятия:

- Если вы видите своего ребенка в таком состоянии, первое, что вы можете и должны сделать,- это обнять его, прижать к себе и держать возле себя столько, сколько нужно ребенку. (Обнимаю того родителя, который исполнял роль ребенка). Когда ему будет достаточно, он сам отойдет. Вы просто его обнимайте.

- Скажите, пожалуйста, как вы чувствовали себя в роли маленькой девочки?

- Какие чувства вы испытали?

- Что вы почувствовали, когда я вас обняла?

- Известный семейный терапевт Вирджиния Сатир рекомендует обнимать ребенка несколько раз в день. Она считает, что четыре объятия совершенно необходимы каждому просто для выживания, а для хорошего самочувствия необходимы восемь объятий в день! А для того, чтобы ребенок развивался интеллектуально - 12 раз в день! И, между прочим - не только ребенку, но и взрослому.

Ребенку знаки безусловного принятия особенно нужны, как пища, растущему организму. Они питают его эмоционально, помогая психологически развиваться. Если он не получает таких знаков, то появляются эмоциональные проблемы, переходящие в нервно-психические заболевания.

#### **4. Упражнение «Волшебные очки» (для детей и их родителей)**

Цель: Преодоление отчужденной позиции в отношении со с родителями

Процедура проведения: Ведущий объявляет: «Я хочу показать вам волшебные очки. Тот, кто их наденет, видит только хорошее в других, даже то, что человек прячет от всех. Вот сейчас я примерю эти очки... Какие вы все красивые, веселые, умные.» Подходя к своему ребенку, взрослый называет какое-либо его хорошее качество. «А теперь мне хочется, чтобы вы дети по очереди примерили эти очки и хорошенько рассмотрели своих родителей. Может вы заметите то, чего раньше не замечали»

#### **5. Физкультминутка.**

Ведущий включает запись детской песенки «У жирафа пятна, пятна, пятна, пятнышки везде...» и просит всех участников дотрагиваться до тех частей тела, о которых поётся в песне, имитируя движения, по желанию - можно подпевать.

#### **6. Упражнение «Мы любим всей семьёй...»**

Участники сидят на стульях в круге, передавая из рук в руки какой-нибудь интересный предмет (колокольчик, ракушку) или игрушку, по очереди делают следующие сообщения:....

Ведущий предварительно говорит:

Вспомните свои замечательные умения и навыки, чем выгордитесь и занимаетесь вместе всей семьёй, общие дела, хобби и т. д. Может быть, вы любите путешествовать вместе или ловить рыбу, ходить в бассейн, лепить пельмени, собирать грибы, играть в лото или делать зарядку вместе и т. д. После окончания упражнения, все хором говорят: «МЫ - МОЛОДЦЫ. МЫ – УМНИЦЫ!»!

### **7. Упражнение «остров счастья»**

Цель: развитие творческих способностей.

Упражнение выполняется в подгруппах. В каждую подгруппу входят члены одной семьи. Каждой подгруппе выдается по большому листу ватмана. По команде ведущего все начинают рисовать, клеить, мастерить, создавать свой остров счастья. Через определенное время (5-7 минут) ведущий просит участников поменяться листами ватмана и продолжить работу над созданием теперь уже другого острова. Затем снова происходит обмен листами. Работа продолжается до тех пор, пока к каждой подгруппе не вернется их произведение. По окончании проводится обсуждение (Например: Что общего на всех этих картинах? Что такое счастье? Счастливая семья?)