**Занятие педагога психолога с детьми по теме «Семья»**

**Материалы и оборудование:** бумага формата А4, цветные карандаши, простой карандаш, лист бумаги с изображением фоторамки, смайлики с разным настроением, клей, ножницы, планшет для Sand Art и цветотерапии, анкета обратной связи.

**1. Упражнение «Предложи приветствие».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся самому придумать способ приветствия.

*Инструкция:* давай начнем наше сегодняшнее занятие необычно. Ты сам(а) придумаешь способ приветствия. Это может быть какое-то движение, рисунок и т.д. Затем озвучишь его, и мы вместе так поприветствуем друг друга.

*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какое у тебя настроение?
* Готов ли ты продолжать работу?

**2. Упражнение «Фото настроения».**

*Цель:*определение настроения в начале занятия.

*Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением фоторамки, смайлики с разным настроением, клей, ножницы.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся выбрать смайлик с настроением похожим на его и вклеить в фоторамку с левой стороны.

*Инструкция:*посмотри, перед тобой фоторамка и много разных смайликов. Обрати внимание, у смайликов разное настроение. Какое у тебя настроение? Найди тот смайлик, настроение которого похоже на твое. Возьми ножницы и вырежи его, а затем вклей в фоторамку с левой стороны.





*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какие интересные моменты были в работе?
* Готов ли ты продолжать дальнейшую работу?

**3. Упражнение «Незаконченные предложения».**

*Цель*: активизация самосознания, проективная самодиагностика отношения к родителям, семье в целом, развитие коммуникативных навыков.

*Материалы и оборудование*: бланк с незаконченными предложениями, простой карандаш.

*Техника проведения:*педагог-психолог предлагает ребенку закончить предложения.

*Инструкция:*подумай и закончи предложения.

1. *«В моей семье принято...»*
2. *«Мои родители часто... »*
3. *«Моя мама обычно...»*
4. *«Мой папа обычно...»*
5. *«Я с родителями часто...»*

*Анализ:*

* С какими трудностями ты столкнулся (ась)?
* Что давалось тяжело, а что легко?

**4. Мини-лекция «Моя семья и мое место в ней».**

*Цель:* создание атмосферы поддержки, понимания, развитие доверительных семейных взаимооотношений.

Взгляни на картинку, давай вместе отгадаем ребус. Какое слово в нем скрывается?



Правильно, это слово «СЕМЬЯ».

Сегодня мы поговорим о семье, о том, что такое семья, о том, что значит семья в жизни каждого человека и почему, семью нужно беречь. Но сначала послушай стихотворение.

***Что такое семья?***

Семья - это мама и папа, и дед,
Бабуля нам вкусный готовит обед.
В семье еще братья и сестры бывают,
Семья - это я. И меня называют
- Котенок и лапочка, заинька, птичка;
Мне кто-то - братишка, а кто-то - сестричка.

Взгляни на рисунок - у нас получилась солнышко, а каждый член семьи это лучик. Не зря слово семья состоит из семи Я, то есть, семь таких же как и я, не даром иногда члены некоторые члены семьи похожи друг на друга, как внешне так и по характеру.

Семьи бывают разные, в некоторых семьях есть всего один родитель, это не беда, от этого такая семья не становиться хуже, она может стать самой лучшей, если в ней будет царить, взаимопонимание и забота. А кого еще можно назвать родственником (тетю, дядю и т.д.).



Семья – это такое же теплое слово, как и солнышко. Что такое семья, как ты понимаешь? Семья это группа людей, состоящая из мужа, жены, детей и других близких родственников, живущих вместе. Каждый человек творец своего счастье, а оно рождается в семье. А что значит счастливая семья, какая по-твоему? Ты еще не совсем взрослый, но от этого твоя роль в семье не становиться меньше, ты можешь стать опорой и надеждой своей семье. Как ты думаешь, что ты можешь сделать для своей семьи? Правильно, помощь родителям, уважительное отношение к ним, забота о младших с вашей стороны именно это, станет вашем не заменимым вкладом в укрепление семьи, ее защите и сохранении. Ты тоже можешь слепить свое семейное счастье.

В каждой семье – особая атмосфера, свои семейные привычки, увлечения и традиции.

Семьи все разные. А чем они отличаются? (привычками, укладом, атмосферой, традициями, которые передаются из поколения в поколение). Например, в каждой семье есть семейные фотографии. Традиция составлять и хранить семейные альбомы прочно вошла в нашу жизнь. В каждой семье есть фотографии, которые надолго оставляют память о дорогих людях, о событиях в семейной жизни.

Традиция эта очень важная. Недаром во время войны или в других ситуациях, когда люди были вынуждены покидать свои дома, они брали с собой только самые ценные вещи и среди них фотографии дорогих людей.

Каждая семья отличается своими увлечениями. А какие традиции, обычаи, увлечения характерны для твоей семьи? Расскажи о них.
А ты знаешь, когда в России празднуется день семьи? 8 июля. А что является символом это праздника? Ромашка. А почему, как ты думаешь?
Может быть потому, что ромашка – это что-то русское, чистое, светлое, как семья. Потому что лепестки ромашки – это единое целое, как семья. Потому что ромашка немножко похожа на солнце, которое должно светить в каждой семье.

Мы с вами сейчас создадим свою ромашку, которую вы дома доделаете, и можете подарить кому-нибудь в своей семье, чтобы просто так, без повода порадовать родного человека. Договорились? Будете стараться?

*Анализ:*

* Как, по-твоему, что такое семья?
* Как тебя ласково называют дома?
* Как ты думаешь, тебя любят родители?

**5. Упражнение «Семья».**

*Цель:* выявление представлений о семейных взаимоотношениях и их коррекция.

*Материал:* бумага формата А 4, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается нарисовать всех членов семьи сказочными героями и впоследствии составить сказку про них.
*Инструкция:* я предлагаю взять лист бумаги, цветные карандаши и представить, что в ваш дом пришел добрый волшебник и превратил всех домочадцев в сказочных героев. Кто в кого превратится? Нарисуй. А теперь сочини сказку про сказочных героев.

*Анализ:*

* Легко ли ты справился(ась) с заданием?
* Какие чувства ты испытывал(а)?

**6. Упражнение «Рисование на песке».**

*Цель:*снятие психоэмоционального напряжения.

*Материалы и оборудование:* планшет для Sand Art и цветотерапии.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает ребенку нарисовать на песке дом. Затем обучающийся завершает картину с помощью наводящих вопросов педагога-психолога.

*Инструкция:* посмотри, перед нами песок. Я предлагаю нарисовать на нем дом – свой дом.

*Анализ:*

* Твое впечатление от рисования на песке?
* Какие сложности возникли и с чем это связано?
* Что полезного извлек (ла) для себя?

**7. Обратная связь.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений ребенка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

*Материалы и оборудование:* анкета обратной связи.

*Техника проведения:* обучающийся отвечает на вопросы анкеты.

*Инструкция:* перед тобой анкета, ответь письменно на вопросы.

Какой бал (от 1 до 5) поставишь нашему занятию?

Комфортно ли ты себя чувствовал во время занятия?

Что понравилось больше всего остального? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_



Что не понравилось?\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**8. Упражнение «Фото настроения».**

*Цель:*определение настроения в конце занятия.

*Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением фоторамки, смайлики с разным настроением (см. упр.2), клей, ножницы.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся выбрать смайлик с настроением похожим на его и вклеить в фоторамку с правой стороны.

*Инструкция:*занятие подходит к концу,какое у тебя настроение? Выбери тот смайлик, который похож на твое настроение и наклей его в фоторамку с правой стороны.

*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какие интересные моменты были в работе?

**9. Упражнение «Ромашка с пожеланиями».**

*Цель:* выражение эмоционального отношения обучающегося к педагогу-психологу и наоборот.

*Материалы и оборудование:* цветная бумага, ножницы, клей, лист бумаги формата А4.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается изготовить ромашку и написать пожелания на лепестках. Количество лепестков соответствует количеству членов семьи.

*Инструкция:* я тебе предлагаю изготовить ромашку. Необычную! Количество лепестков будет соответствовать количеству членов семьи. На каждом лепестке напиши пожелания себе или членам своей семьи. Начнем! Возьми цветную бумагу и вырежи из нее лепестки.

**Занятие «Правила поведения в семье».**

*Цель:*формирование представления о нормальных взаимоотношениях членов семьи, выработка правил поведения в семье.

*Время:*1 академический час.

*Материалы и оборудование:*бумага формата А4, цветные карандаши, ручка, лист бумаги с изображением двух кружков, бланк, анкета обратной связи.

**1. Упражнение «Эмоциональный привет».**

*Цель:* настрой на работу, формирование позитивного эмоционального фона.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся поприветствовать друг друга фразой: «Привет!», произнося ее в разной эмоциональной окраске.

*Инструкция:* давай поздороваемся друг с другом, произнося по очереди фразу: «Привет!» с разной эмоциональной окраской, например, радостно, удивленно, зло и т.д.

*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какое у тебя настроение?
* Готов ли ты продолжать работу?

**2. Упражнение «Круг настроения».**

*Цель:* определение настроения в начале занятия.

*Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением двух кружков, цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обратить внимание на два кружка, нарисованных на листе бумаге, и дорисовать первый так, чтобы он отражал настроение обучающегося в начале занятия.

*Инструкция:* посмотри, перед тобой лист бумаги с изображением двух кружков. Дорисуй первый кружок так, чтобы он отражал твое настроение. Какое у тебя сейчас настроение? На что оно похоже?

|  |  |
| --- | --- |
| Мое настроение в начале занятия | Мое настроение в конце занятия |
| https://urok.1sept.ru/articles/668796/img6.gif | https://urok.1sept.ru/articles/668796/img6.gif |

*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какие интересные моменты были в работе?
* Как ты себя чувствуешь?

**3. Упражнение «Семья дома и на работе».**

*Цель:* изучение семейных взаимоотношений.

*Материалы и оборудование:* бланк, цветные карандаши.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается нарисовать маму, папу и себя дома и на работе (в школе).

*Инструкция:* я предлагаю порисовать. Возьми любые карандаши и нарисуй, как ты себе представляешь маму, папу и себя дома и на работе. Для тебя работа – это что? Школа. Приступай.

*Вопросы для обсуждения:*

1. Что еще делает дома папа (мама)?
2. Что еще делает на работе папа (мама)?
3. Хотел бы ты, когда вырастешь, быть похожим на них? На кого именно?
4. Как ты считаешь, чем похожи и чем отличаются папины и мамины обязанности?
5. Часто ли ты помогаешь родителям?
6. Что тебе нравится делать больше, а что меньше?
7. Как ты думаешь, что чувствуют твои родные, когда ты стараешься им помогать?
8. Что ты чувствуешь, когда родители не могут уделить тебе времени?

*Анализ:*

* Понравилось упражнение?
* Какие интересные моменты были в работе?
* С какими трудностями ты столкнулся?
* Готов ли ты продолжать дальнейшую работу?

**4. Мини-лекция «Способы выживания в семье».**

*Цель:* формирование представления о нормальных взаимоотношениях членов семьи, выработка правил поведения в семье.

1. Что является регулятором отношений в семье?
2. Что такое правила?
3. Какие правила у Вас в семье?
4. Какие правила у родителей в семье?
5. Какие примерные правила должны быть?

Звучит тема лекции грозно, но речь пойдет о том, как научиться договариваться родителям и детям.

Правила, регулирующие взаимоотношения между родителями и детьми, есть в каждой семье. Правила необходимы. Правила (ограничения, требования, запреты) обязательно должны быть в жизни каждого ребенка. Человеческая жизнь всегда идет по тем или иным правилам, и, осваивая правила, ребенок взрослеет, из звереныша становится человеком.

Любопытно: если правила исчезают, ребенок вначале радуется, а потом чувствует себя забытым и ненужным («никому до меня нет дела»).
Правила - это то, что было когда-то установлено и стало привычным. Бывает, что правила настолько врастают в нас, что мы уже забываем, что это когда-то были правила, и начинаем называть это отношениями между нами. Плохие отношения в семье - это следствие плохих правил в этой семье. Если не родители устанавливают правила ребенку, ребенок сам устанавливает их для них, и едва ли это хорошо. «Вы обязаны делать все, о чем я вам буду говорить!» - плохое правило. С другой стороны, сердитое родительское: «Что мне сейчас в голову пришло, то тебе и делать!» - ничем не лучше.

К сожалению, в плохих семьях в установлении правил возможны два перекоса - или это негласное правило «Ребенок главный, родители на побегушках», или вполне гласное «Ребенок никто, Родители все». *В хороших семьях правила строятся на основе уважения к детям и главенства родителей.*

Чтобы правила в вашей семье работали, они сами должны соответствовать некоторым правилам. А именно, правила должны быть разумными, заботиться обо всех членах семьи; минимальными (правил не должно быть слишком много); понятными и четкими; с обозначенной жесткостью (жесткие и мягкие); общими, согласованными между родителями и - твердыми. Или улыбайтесь и вас все устраивает, или говорите правило твердо: не уговаривая, а формулируя требование: «Компьютер выключаем, идем спать».

Правила или договор?

Правила обязывают одну сторону, договор - обе стороны. А в семье должны быть правила для детей или договор между родителями и детьми? Или - справедлив ли договор, в котором прописаны обязанности только ребенка? На наш взгляд, всё это не важно. Можно назвать это Правила, можно - договор, и в договоре могут быть указаны обязанности только ребенка - всё будет честно. Почему? Во многих семьях требования к детям либо завышенные, либо нечеткие и плавающие. При этом, за что и как будет наказан ребенок, неизвестно никому, и *предупредить это ребенок не может​.*Этот же договор говорит, что с ребенка требуются достаточно понятное и определенные вещи, санкции известны также, а это делает ситуацию для ребенка более понятной. Подобные договор можно назвать договором о границах дружеских отношений: если ребенок его выполняет, родители обязаны относиться к нему только дружественно, а не как им в голову взбредет под настроение.

Аналог - правила дорожного движения: в них определены обязанности водителя и обозначены санкции за то или иное нарушение. Нормально. Это ПДД, а не кабальный договор между водителями и государством.

Если же ребенок вдруг поинтересуется, каковы же обязанности родителей, то это пункт легкий: родители обязуются о ребенке заботиться и воспитывать его. Это огромная работа, здесь множество очень серьезных пунктов, если прописать хотя бы основные, то работа быть родителем уже маленькой не покажется...

**Типовые Правила для ребенка**

Здесь приводятся правила, которые зарекомендовали себя во многих семьях и которые вы можете примерить к своей семье. Если вы хотите избежать особо частых проблем, необходимо научить ребенка как можно раньше следующим правилам:

* Я должен иногда развлекать себя сам.
* Упрямство не принесет мне никакой выгоды.
* Я могу засыпать в одиночестве и спать всю ночь.
* Если это важно, я должен делать то, что скажут мои родители.

Также интересные формулировки для детей от 7 лет:

* Хороший человек все делает сам;
* Хороший человек ничего не боится;
* Хороший человек развязывает все узлы сам;
* Хороший человек умеет терпеть. Тот, кто плачет, всегда проигрывает.
* Хороших людей вокруг все равно больше, чем плохих, надо только, чтобы твоя обида на жизнь их не заслоняла.



*Анализ:*

* Какие интересные моменты тебе запомнились?
* С какими трудностями ты столкнулся (ась)?
* Что нового ты узнал(а)?
* Какие сделал (а) выводы?

**5. Упражнение «Сказка с продолжением».**

*Цель:* проработка проблемных моментов, развитие аналитических способностей.

*Материалы и оборудование:* лист бумаги формата А4, ручка, цветные карандаши.

*Техника проведения:*педагог-психолог предлагает обучающемуся послушать начало сказки, затем придумать и рассказать свою сказку. И нарисовать наиболее понравившийся эпизод в ней. Вариант сказки зависит от проблематики ребенка.

*Инструкция:* сейчас я тебе зачитаю начало сказки, твоя задача ее продолжить. Придумай и расскажи свою сказку про этого героя. Нарисуй наиболее понравившийся эпизод из сказки.

**Варианты начала сказок:**

* Сказка «*Не думай, что мы тебя не любим».*
* В одном лесу жил зайчик, которому казалось, что его никто дома не любит.
* Сказка «*Про родителей, которые всегда заняты».*
* Жил-был в одном лесу зайчик, у которого родители всегда были заняты.
* Сказка «*Про обиду».*
* В одном лесу жил зайчик, который всегда обижался на маму (папу).

***Вопросы для обсуждения:***

1. Почему зайчику казалось, что его никто дома не любит?
2. Что чувствовал зайчик, когда родители не могли уделить ему время?
3. Почему зайчик всегда обижался на маму (папу)?

*Анализ:*

* Понравилась роль писателя? Художника?
* Какие интересные моменты были в работе?
* С какими трудностями ты столкнулся (ась)?
* Какие чувства испытывал(а) в ходе упражнения?

**6. Упражнение «Огонь и лед».**

*Цель:* снятие мышечных зажимов.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает попеременно напрягать и расслаблять все свое тело.

*Инструкция:* сейчас ты попеременно будешь напрягать и расслаблять все свое тело. По моей команде: «Огонь» - начинай интенсивные движения телом. Плавность и степень интенсивности движений выбирай произвольно. По команде «Лед» - застывай в позе, в которой застигла тебя команда, напрягая до предела все тело. Выполним несколько раз, чередуя обе команды, произвольно меняя время выполнения той и другой.

*Анализ:*

* С какими трудностями ты столкнулся (ась)?
* Смог (ла) ли ты расслабиться?
* Какое самочувствие сейчас?

**7. Обратная связь.**

*Цель:* развитие самопонимания, изменение и углубление представлений ребенка о самом себе и присущих ему паттернах поведения.

*Материалы и оборудование:* анкета обратной связи (см. упр.7 занятие 1).

*Техника проведения:* обучающийся отвечает на вопросы анкеты.

*Инструкция:* перед тобой анкета, ответь письменно на вопросы.

**8. Упражнение «Круг настроения».**

*Цель:* определение настроения в конце занятия.

*Материалы и оборудование:* лист бумаги с изображением двух кружков (см. упр. 2), цветные карандаши.

*Техника проведения:* педагог-психолог предлагает обучающемуся взять лист бумаги с нарисованными двумя кружками, один из которых уже отражает его настроение в начале занятия. Задача обучающегося, дорисовать второй кружок - отобразить свое настроение, присущее на данный момент.

*Инструкция:* возьми лист с изображением двух кружков, один из которых уже отражает твое настроение в начале занятия. Возьми цветные карандаши и дорисуй второй кружок так, чтобы и он отражал твое настроение в данный момент.

*Анализ:*

* Какое у тебя сейчас настроение?
* Понравилось упражнение?

**9. Упражнение «Троекратное прощание».**

*Цель:* выражение эмоционального отношения обучающегося к педагогу-психологу и наоборот.

*Техника проведения:* обучающемуся предлагается попрощаться фразой «Пока!», произнося ее три раза и три раза хлопнуть в ладоши одновременно.

*Инструкция:* вот и подошло к концу наше занятие, давай прощаться. Прощаться будем необычно. Каждый из нас будет произносить фразу «Пока!» три раза по очереди и одновременно хлопать в ладоши. Начнем!

**Домашнее задание.**

- Составь свои семейные правила для родителей и детей.