

Мартиненко Г.А. Тренінг для батьків майбутніх першокласників «Моя дитина йде до школи». Актуальні проблеми практичної психології : матер. Всеукр. наук.-прак. конф. Збірник науково-методичних праць (м. Херсон, 17-18 квітня 2008 р.) / Херсонський державний університет.– Херсон, 2008. – С.252-253.

Тренінг для батьків майбутніх першокласників «Моя дитина йде до школи»

Мартиненко Ганна Анатоліївна , психолог ЗОШ №32, м. Херсон

Для сучасної сім'ї дуже важливо побудувати адекватні взаєностосунки між її членами. А особливо між батьками і дітьми.

Кожна мати й батько хочуть, щоб були взаєморозуміння й дружба. Хоча інколи це нелегко. Дитина своєю поведінкою часто ставить перед батьками складні завдання: як відреагувати на спалах злості, неслухняності, що робити, якщо дитина пригнічена і невпевнена у собі, як допомогти їй налагодити контакт з однолітками, як бути, якщо ваша надмірно активна дитина не може всидіти і п'яти хвилин на одному місці...

У батьків може виникати багато неприємних почуттів – злість, розчарування, безпорадність, почуття провини за те, що не змогли чогось навчити. Як ми ставимося до дитини (та й не тільки до дитини), впливає на те, чи зможемо ми знайти спільну мову, досягти взаєморозуміння, задоволення, радості у взаєминах.

Мета тренінгу:

- Розширити знання батьків про психологічну готовність дитини до навчання, адаптацію;
- Формувати навички ефективного спілкування, толерантних взаємовідносин;
- Навчити адекватно реагувати на різноманітні життєві ситуації.

Завдання:

- Поглибити пізнання батьками самих себе, своїх психологічних особливостей, усвідомлення своїх дій і думок, зміцнення позитивних якостей особистості, набуття навичок адекватної поведінки в певних соціальних ситуаціях;
- Вивчення світу дитинства як такого, поглиблене пізнання своєї дитини, її вчинків, емоцій, думок;
- Знаходження оптимальних шляхів спілкування з дитиною, пошук та використання адекватних методів виховання і розвитку дитини та умов їх повного прийняття.

Хід тренінгу:

1. *Знайомство.* Учасники по черзі називають своє ім'я та повідомляють деяку (за бажанням) інформацію про себе.
2. *Правила роботи у групі.*
3. *Очікування учасників.* Батьки відповідають на запитання: «Що привело вас у групу?», «Які у вас очікування від заняття?»
4. *Інформаційне повідомлення «Сім'я».* У кожної людини є кілька сфер спілкування: на роботі, з друзями. Але найскладніша і радісна сфера взаємодії – це сім'я. Сімейні умови, зокрема соціальний стан, рід занять, матеріальний рівень і рівень освіти батьків, значною мірою визначають життєвий шлях дитини. Крім свідомого, цілеспрямованого виховання, яке дають дитині батьки, на неї впливає вся внутрішньосімейна атмосфера. (З батьками обговорюються питання: Що таке сім'я? Яку роль вона відіграє в житті кожної людини? Якою вона повинна бути, щоб принести людям щастя?)
5. *Дискусія на тему «Чого ми чекаємо від наших дітей?»* Батьки по колу висловлюють свої думки, психолог

записує їх на дошці. Потім очікування аналізуються з використанням таких критеріїв: реальність – нереальність очікувань; наявність суперечностей очікувань у різних членів групи (особливо звертається увага на суперечності у подружжя); чи є серед очікувань те, що батькам не вдалося досягти в житті (і тепер вони будь-якою ціною намагаються спрямовувати зусилля дітей саме в цьому напрямку, незважаючи на бажання, можливості дитини).

6. *Вправа «Риси моєї дитини».* Батьки об'єднуються у групи з 4-5 осіб, обговорюючи і записуючи на заздалегідь підготованих аркушах А4 відповіді на запитання: «Що мене засмучує?», «Що мене тішить у моїй дитині?». Обговорення записів.

7. *Тест-гра «Погоджуюся – не погоджуюся».*

1. Я вважаю, що повинен знати все, про що думає моя дитина. (-)
2. Суворі дисципліна в дитинстві розвиває сильний характер. (-)
3. Я мрію про те, щоб моя дитина досягла в житті того, що не вдалося мені. (-)
4. За суворе виховання діти дякують потім. (-)

8. *Вправа «Культура взаємовідносин у сім'ї».* Батьки об'єднуються у дві групи: «Батьки» та «Діти». Завдання: розробити рекомендації щодо ефективного спілкування між членами родини. Обговорення записів.

9. *Вправа «Квітка».* Учасникам тренінгу роздаються аркуші, на яких вони малюють ромашку, а на кожній пелюстці вказують «За що я люблю свою дитину».

10. *Підведення підсумків.* Тренер пропонує учасникам відповісти на запитання: Які знання ви отримали? Як ці знання використовуватимете в подальшому? Далі кожен учасник

може висловити власні судження з приводу тренінгу. «Що було корисним, цікавим?»»

11. Прощання.

У статті розкрито особливості взаємин між дітьми та батьками. Наведено приклад психологічного супроводу батьків майбутніх першокласників практичним психологом.

Ключові слова: батьки, діти, взаємодія.