**Детско-родительский тренинг «Связующая нить»**

**Цель:** установление и развитие отношений партнёрства и сотрудничества родителя с ребёнком; улучшение понимания родителями собственного ребёнка.

**Материалы:** клубок цветных ниток, цветные карандаши, бумага, 2 ватмана, платки.

**Ход тренинга**

**Упражнение «Снежный ком»**

**Цель:** создание работоспособности, позитивного настроения и сплочённости группы.

Участники становятся в круг. Ведущий, держа в руках клубок, называет своё имя и качество на первую букву имени и передаёт клубок соседу, оставляя ниточку у себя. И так по кругу. Когда клубок возвращается к ведущему, все оказываются «связаны» одной нитью. «Слегка натяните ниточку и почувствуйте, что мы - единое целое в этом мире...».

**Упражнение «Какая моя семья»**

**Цель:** формирование представления о семье.

Инструкция: Подумайте, какое качество вы считаете присуще именно вашей семье. Постарайтесь охарактеризовать одним словом, какая ваша семья.

**Упражнение «Узелок»**

**Цель:** развитие невербальной экспрессии.

Каждый участник прячет одну руку за спину. Перед партнёрами находиться шнурок (верёвочка).

Инструкция: «У каждого из вас сейчас может работать одна рука. Вам вдвоём нужно завязать узелок на верёвочке».

Ведущий в ходе выполнения упражнения наблюдает за стилем общения между родителями и детьми, и реакциями родителей на ошибку ребёнка, а также реакцией детей на порицания и замечания со стороны родителя.

**Обсуждение:**

- Удалось ли вам выполнить задание?

-  Какие чувства вы испытывали? Почему?

- Что для вас было трудным? Лёгким?

- Какие выводы вы для себя сделали?

**Упражнение «Какой Я»**

Очень важно понимать самого себя и понимать своего ребёнка. Сейчас мы разделимся на 2 группы: дети и родители.

Задание родителям: разделить лист на 2 колонки и написать:

1. Какой мой ребёнок
2. Я в глазах своего ребёнка

Задание детям: поделитесь,

Какие мои родители?

1. Я в глазах своих родителей.

Работа под спокойную музыку. Обсуждение.

**Упражнение «Игра без правил»**

**Цель:** создание атмосферы принятия и понимания, развитие навыков общения, активного слушания, эмпатии, умения безоценочно относиться друг к другу.

Родитель и ребёнок садятся рядом и разговаривают, постоянно проговаривая начало предложенной фразы «Мне нравится, что ты....» и добавляя к ней своё содержание.

Обсуждение.

- Понравилось ли вам это упражнение?

-Что понравилось больше всего?

-Как часто мы говорим другу другу приятные слова?

В любом возрасте человек нуждается в любви и заботе со стороны близких и значимых для него людей. Дети подобны чашам. Когда эти чаши заполнены любовью, тогда они сами готовы отдавать свою любовь, тогда они будут любящими детьми.

**Показ видеоролика «Любящие руки»**

**Упражнение «Машины»**

**Цель: формирование чувства доверия.**

Участники группы разбиваются на пары (родитель и ребёнок). Ребёнок в роли «машины», а родитель в роли «мойщика» машины. У мойщика глаза закрыты или завязаны. В течении 5 минут «машину» приводят в порядок: моют, протирают, полируют, проговаривая свои действия, используют как можно больше ласковых слов. Затем родители меняются с детьми ролями.

Обсуждение:

- Какие чувства испытывали при выполнения задания?

- Что для вас было неожиданностью?

- В какой роли больше понравилось быть? Почему?

Как часто в отношениях между родителями и детьми не хватает поглаживаний, которые выражаются как в физическом прикосновении, так и вербальном (ласковые слова). Подумайте, как изменяться ваши отношения, если такие поглаживания будут частыми.

**Упражнение «Один карандаш»**

**Цель: повышение сплоченности, развитие умения взаимодействовать с партнером.**

Родитель и ребёнок сидят рядом. Перед ними альбомный лист и один карандаш.  
Ведущий: «нарисуйте вдвоём картинку, на которой обязательно должен быть дом и дерево. Рисовать надо вдвоём держась за один карандаш. Придумайте для рисунка названия и напишите также одним карандашом».

**Обсуждение:**

- Удалось ли прийти к общему мнению между родителем и ребёнком? Как?

- Кто в паре больше предлагал, а кто рисовал?

**Рефлексия**

Ведущий держит клубок, передаёт нить участнику тренинга и каждый высказывает своё настроение, свои чувства, что понравилось.

Что показалось вам важным и полезным в такой работе?

Что вы сами приобрели в процессе тренинга?

**Вопросы детям:**

Что вам больше всего понравилось?

**Общий вопрос:**

- Что бы вы пожелали друг другу и себе?

Посмотрите внимательно, что у нас получилось. Мы снова оказались связанными одной нитью. Мы, действительно, все едины. Для каждого из нас очень важно иметь благополучную семью, быть любимыми и любить.

Хочется пожелать вам всем почаще улыбаться друг другу, говорить приятные слова, понимать и принимать друг друга, такими какие мы есть.