***Зуева П.А., педагог-психолог КГБОУ ХК ЦППМСП***

**Детско-родительский тренинг «Наше семейное гнездо»**

*Цель* - гармонизация и реабилитация взаимосвязей и межличностных отношений в семье.

*Задачи:*

1. Улучшить взаимодействие между родителем и ребенком.
2. Наладить эмоциональную связь в семье.
3. Поддержать благоприятный психоэмоциональный климат в семье.
4. Сформировать положительные установки на эффективное взаимодействие с ребенком в сознании родителей.

*Планируемые результаты:*

1. Нормализуются родительские установки, представления, развивается сензитивность по отношению к ребёнку и другим членам семьи.
2. Формируются эмоциональная устойчивость и саморегуляция у подростков.

**Подготовительный этап**.

**Материалы:** ветки деревьев, прутья, нитки для вязания, фетр, клей-пистолет, карандаши, пластилин, белая и цветная офисная бумага.

До начала тренинга подросткам всей группой необходимо собрать ветки для работы с данным природным материалом. Веток должно быть достаточно, чтобы подготовить по количеству человек свои работы совместно с родителями.

**Основной этап.**

*Упражнение 1. «Какой прекрасный день»*

3 мин.

Цель – настроить участников тренинга на комфортный эмоциональный тон.

С помощью мяча передать по кругу пожелания на день не повторяясь.

*Упражнение 2. «Наше семейное гнездо»*

35 мин.

Цель - гармонизация семейных отношений и поиск сценариев или ценностей семьи совместными усилиями вместе с родителями.

Включить легкую веселую мелодию.

На начальном этапе данного упражнения необходимо объяснить цель и задать определенные установки.

Задание: создать совместными усилиями с помощью подручных материалов семейное гнездо. Рассказать о семейных традициях и ценностях, которые важны для вашей семьи.

В ходе наблюдения можно выявить взаимоотношения в семье, манеру общения, стиль воспитания.

В конце упражнения каждая семья должна представить свое гнездо и рассказать о том, какие семейные традиции и ценности у них дома.

**Заключительный этап.**

*Рефлексия.*

- Что было сложного в данном упражнении?

- Получилось ли договориться о совместной деятельности?

- Какие чувства вы испытывали в ходе всех упражнений?

*Упражнение 3 «Австралийский дождь»*

Цель: обеспечить психологическую разгрузку участников.

5 мин.

Участники встают в круг. Инструкция: знаете ли вы что такое австралийский дождь? Нет? Тогда давайте вместе послушаем, какой он. Сейчас по кругу цепочкой вы будете передавать мои движения. Как только они вернутся ко мне, я передам следующие. Следите внимательно!

В Австралии поднялся ветер. (Ведущий трет ладони).

Начинает капать дождь. (Клацание пальцами).

Дождь усиливается. (Поочередные хлопки ладонями по груди).

Начинается настоящий ливень. (Хлопки по бедрам).

А вот и град – настоящая буря. (Топот ногами).

Но что это? Буря стихает. (Хлопки по бедрам).

Дождь утихает. (Хлопки ладонями по груди).

Редкие капли падают на землю. (Клацание пальцами).

Тихий шелест ветра. (Потирание ладоней).

Солнце! (Руки вверх. Похлопали друг другу).