МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ

УЧРЕЖДЕНИЕ ЦЕНТР РАЗВИТИЯ РЕБЕНКА - ДЕТСКИЙ САД №26 «СОЛНЫШКО» Г.СВЕТЛОГРАД

**Мастер-класс для родителей (законных представителей)**

**«Путь доверия»**

**Воспитатель: Перепелятникова Т.Н.**

Как вызвать ребенка на откровенность? Родители очень часто задают себе этот вопрос, но иногда, к сожалению, слишком поздно, когда уже трудно вернуть потерянное доверие, уважение и авторитет.

             Недоверие ребенка к своим родителям – ситуация, возникающая во многих семьях, - нередко влечет за собой целый комплекс [проблем в жизни ребенка и его близких](http://psihdocs.ru/razvitie-rebenka-ot-0-do-1-goda-1-mesyac-jizni-rebenka.html). Дети, потерявшие доверие к своим родителям, часто становятся замкнутыми, одинокими, неуверенными в себе, неприспособленными к преодолению жизненных трудностей. Однако, каждый родитель сможет предотвратить развитие этих качеств у своего ребенка, если станет для него не только воспитателем, но и близким другом. Доверительные отношения в семье являются залогом гармоничного развития ребенка и его душевного здоровья.

              Но как же завоевать доверие ребенка? Следование некоторым рекомендациям поможет родителям установить доверительные и уважительные отношения со своими детьми. Прежде всего, надо постараться это доверие не потерять. Ведь с первых дней своего существования малыш видит в вас свою защиту. Так что не спешите нарушать физическое и эмоциональное единство между вами и ребенком. Улыбнитесь, поговорите с малышом, для него очень важно, что с ним общаются. Большое значение имеет интонация, с которой вы произносите слова.

 Вы избавитесь от множества проблем, если станете для него не только матерью, но и другом. Ребенок способен ощутить и понять, любят ли его, радуются ли ему, относятся ли к нему с уважением или нет. Значит, мало говорить ему, что его любят, он должен находить этому подтверждение, чтобы не получилось так, что вы говорите ему о своей любви, а на самом деле он чувствует себя одиноким.

 Ни в коем случае нельзя обманывать ребенка. Обман приводит к тому, что ребенок постепенно утрачивает доверие к взрослым. Например, если мама ушла в магазин, а папа говорит, что мама скоро вернется и принесет что-нибудь сладенькое, малыш начинает в ожидании бегать от окна к окну. Когда мама наконец-то приходит и не приносит обещанных отцом сладостей, у ребенка появляется разочарование и от обиды он плачет. Если такое случается неоднократно, малыш перестанет доверять родителям!

 Большое значение для ребенка имеет общение со сверстниками. И если малыш стесняется сам пойти на контакт с другими детьми, ему необходимо помочь. Малыша нужно познакомить с детьми, спросить, во что они играют и не примут ли еще одного участника.

 Проанализируйте свое поведение, свое отношение к малышу, каждый жест, слово, действие, поставьте себя на его место, и это позволит вам добиться взаимопонимания с ребенком. Важно понять, что воспитание — это сотрудничество, взаимодействие, взаимовлияние, взаимообогащение (эмоциональное, нравственное, духовное, интеллектуальное)

             Понимаем ли мы своих детей? Вызываем ли доверие у своих детей? Понять человека — значит увидеть причины его поступков, мотивы, побудившие его действовать определенным образом. Чтобы научиться понимать ребенка, необходимо перестать предъявлять к нему завышенные требования, которые он просто не в состоянии выполнять.

             Чтобы ребенок понял, что такое забота и уважение, ему самому иногда необходимо о ком-то позаботиться. Например, вы пришли с работы, устали, у вас сильно болит голова, на работе неприятности. Малыш пытливо на вас посматривает, недоумевая, почему вы в таком состоянии. Попросите его принести вам попить. Расскажите ему, не вдаваясь в подробности, что вас обидели на работе, дайте малышу проявить сочувствие, пусть он вас пожалеет. Так он поймет, что вы нуждаетесь в нем, не можете без него.

          Если вы заметили у своего малыша склонность ко лжи, постарайтесь найти причину. Нередко ложь возникает из-за страха наказания, поэтому не наказывайте ребенка слишком строго, тем более избегайте телесных наказаний. Выясните, почему ребенок солгал, вникните в его проблему. Может быть, поговорив с ним, вы избавите его не только от страха и следующей за ним лжи, но и от других комплексов.

            На отношения взрослых и ребенка благоприятно влияют совместные игры, которые следует организовывать таким образом, чтобы они способствовали разностороннему и гармоничному развитию малыша.

             Чтобы между вами и ребенком существовали взаимопонимание и доверие, вы должны подарить малышу любовь и внимание, с раннего детства приучать его к труду, воспитывать уважение к взрослым, учить ценить дружбу.

              Постарайтесь стать своему ребенку настоящим другом, не отмахивайтесь от его детских проблем, и тогда вы увидите его сияющие глаза и поймете, что для него вы не только предмет обожания и преклонения, надежная защита и опора, но и самый верный и надежный друг.

 Что это за слово такое «доверие»? Послушаем, как загадочно и нежно оно звучит Что чувствуете? Что представляете? Какие ассоциации, ассоциативные образы возникают?

 Наверняка,произнося это слово, каждый из нас представляет себе что-то хорошее: надежность, открытость, искренность, честность, что рядом с нами человек, на которого можно всегда положиться. В общем, «доверие» — какое-то очень хорошее и теплое слово, как и ассоциации, возникающие при его произношении.

С чем у вас ассоциируется слово «доверие»? В виде чего его можно представить, на что похоже? (Примеры: рука в руке, щит, мама, друг, улыбка, тайна, шепчет на ушко, семья, храм, команда, банк, учитель и т.п.)

Итак, слово «доверие» - это- убежденность в чьей-нибудь честности, порядочности; вера в искренность и добросовестность кого-нибудь в этом слове вер, вера; этим и объясняется смысл слова «доверие».

Какие обороты речи, фразы существуют в обиходе речи со словом доверие?

*Примеры:* Питать к кому-нибудь доверие. Оказать доверие кому-нибудь. Заслужить доверие. Злоупотребить чьим-нибудь доверием. Лишиться доверия. Потерять чье-нибудь доверие. Нарушить чье-нибудь доверие. Слепое доверие. Вкрасться в доверие.А кому вообще мы доверяем в жизни и что доверяем? (членам семьи, другу, врачам, педагогам, полицейскому, водителю транспортного средства, рекламе товара, в спорте партнеру, Богу, святыням и т.д.) Что доверяем? (тайны, мечты, проблемы, секреты, жизнь, здоровье, любовь). Т.е. самое сокровенное, дорогое! На нашем тренинге, конечно, речь пойдет о доверии в семье, доверии между родителями, взрослыми и детьми. Это самый главный вид доверия. И самое страшное, что может произойти в семейных отношениях - это потеря, утрата доверия близкого человека, будь то мама, папа, ребенок, муж, жена и т.п. Доверие это очень хрупкая вещь; ее можно долго завоевывать, заслуживать и в то же время очень быстро разрушить одни словом, поступком, действием и очень трудно восстановить, склеить.

**Упражнение на знакомство «Волшебные предметы»**

 На столе выкладываем разные предметы: камушки, ракушки, бусинки, перья, киндер-сюрпризы и т.д., предлагает участникам тренинга найти предметы, которые напоминают им членов их семьи, объяснить, почему они выбрали этот предмет, какие черты характера у этого предмета.

**Упражнение «Солнце светит для тех, кто…»**

 Нужно произнести фразу: «Солнце светит для тех («Попутный ветер дует для тех, …», «Небо будет ясным для тех, …», «Буря не коснется тех, …», «Осадки в виде счастья выпадут на тех…» (Например, «у кого два ребенка», «у кого хорошее настроение» и т.д.). Участники, имеющие то, что назвал ведущий, меняются местами.

**Упражнение «Два корабля»**

 Команда родителей встают на одной половине, а команда детей, напротив, на определенном расстоянии. Одна из команд закрывает глаза. Члены другой команды по очереди голосом управляют кораблем (вправо, влево, кругом, два шага вперед/назад и т.д.); как только команда дошла до противоположной команды, произносится фраза «швартуемся» и открывают глаза. Как только команда пришвартовывается, члены команд обнимаются, рады встрече (причем обнимаются не обязательно мама со своим ребенком, кто будет напротив)! Затем команды меняются ролями.

**Баллы доверия**

 Участники тренинга по счету "три" выкидывают степень доверия или уровень отношений: от абсолютного недоверия (один палец) до абсолютного доверия (пять пальцев).

**Упражнение «Сиамские близнецы»**

 Каждая пара (родитель-ребенок) берется за руки так, чтобы левая рука одного участника и правая рука другого участника были свободны. Каждой паре предлагается из листов бумаги сделать поделку – пароход или кораблик. Пара изготовляет поделку только свободными руками.

**Игра «Отгадай, кто я»** (в паре родитель-ребенок)

 Всем участникам на спину прикрепляются таблички с названиями (картинками) морских обитателей. Задача родителей и детей – отгадать, что написано у них на спине. Для этого они должны объяснить своей паре с помощью жестов, мимики и односложных ответов на их вопросы название морского обитателя. (Животные: кит, осьминог, дельфин, акула, морская звезда, медуза, черепаха, морской еж, морж, крокодил, рыба, тюлень, краб, морской конек, рыба-меч, пингвин, морская змея, морской котик, рыба, русалка, креветка, бегемот, скат, улитка, морской слон, белый медведь).

**Задание «Расшифруй и объясни цитату»** (в паре)

 Примеры цитат:

Лучшее доказательство любви - доверие.

Доверие начинается с правды и заканчивается правдой.

Доверие умирает, а недоверие расцветает.

Доверие, как бумага, однажды скомкав, оно больше не будет идеальным.

Доверие - это подарок. Не пытайтесь обменять его на что-нибудь другое.

Одна капля лжи, портит океан доверия.

Доверие — это когда свои поступки не надо объяснять.

Самое подлое преступление — злоупотребление доверием друга.
Растоптанное доверие не подлежит реставрации.

Если ты бросишь ребёнка в момент нужды, в будущем он тебе не доверится.

Доверие, как тоненькая ниточка. Чуть-чуть сильнее дерни и порвешь.

Поверить или проверить? Различие в одну букву. А в этой букве и есть доверие.

В доверие войдя, сумейте задержаться.

Доверие, как ластик. Его становится все меньше и меньше после каждой ошибки.

Семейное счастье не бывает без доверия друг другу.

**Упражнение «Доверие»**

Ребенок, стоя спиной к матери, падает назад. Мама удерживает от падения.

**Арт-упражнение «Создаем общую картину «Морской пейзаж»**

Сейчас мы будем рисовать совместный рисунок. Возможно спонтанное произвольное рисование. Первая пара, мама с ребенком начинают рисовать красками и кистью все, что захотят, что представят. Далее по сигналу (звон колокольчика) передают кисти другой детско-родительской паре и те дополняют рисунок своими образами или что-то пририсовывают в полученный от предыдущей пары рисунок; затем опять по сигналу другая пара вносит свою лепту: что-то исправляют, дорисовывают для создания коллективной картины «Морской пейзаж». И так все пары.

**Упражнение «Правда и ложь»**

 Представьте, что все мы выпили волшебный напиток. Этот напиток обладает такой силой, что все вокруг начинают говорить неправду, но добрая морская фея смягчила заклинание, и теперь каждый из вас может сказать правду только один раз. Сейчас вы скажите о себе 3 высказывания, например: « Я очень люблю мороженое…., Я хочу иметь собаку…, Я очень люблю пить таблетки»; фразы должны начинаться со слов: «Я умею, люблю, хочу». Одно из них будет правдой, а два ложью. Задача родителя и ребенка узнать, где ложь, а где правда, и отследить свои внутренние чувства, попробовать определить, что вам подсказало, где правда, а где ложь.

**Упражнение «Слепой и поводырь»**

 Сначала мама – «слепая», ребенок – «поводырь». Мама закрывает глаза, ребенок аккуратно ведет ее между стульями, дает потрогать некоторые вещи. Затем меняются местами.

**Упражнение «Ожерелье доверия»**

 *Инструкция:* Написать набусинках из бумаги – «жемчужинах» свои советы, умные мысли, пожелания по укреплению доверия в семье. Важны подсказки, как от детей, так и от родителей.

*Примеры:*

1. Слушать друг друга
2. Используйте зрительный контакт
3. Будьте честными
4. Позаботьтесь о границах
5. Уважайте личные границы

### Не давайте обещания

1. **Покажите ребёнку, что вы ему доверяете**
2. Уважайте потребность вашего ребёнка в уединении
3. Уважайте мнение друг друга
4. Уважайте личное пространство и время
5. Просите о помощи
6. Расширяйте границы ребенка
7. Совместная деятельность
8. Попросить прощение, если ошиблись
9. Обнимайтесь
10. Предоставляйте выбор
11. Будьте образцом для подражания
12. Признавайте свои ошибки.
13. Вести задушевные беседы
14. Не нарушать зону комфорта.
15. Не приставать с расспросами.
16. Шутить
17. Проявлять интерес к увлечениям
18. Поддерживать, если с первого раза у кого-то что-то не получается.
19. Не рассказывать секреты ребенка (родителя) другим людям. Закон конфиденциальности.
20. Беседы в формате тет-а-тет.
21. Не бояться делиться с ребенком своими страхами, неудачами, сомнениями.
22. Не смеяться, не высмеивать, не поднимать на смех мнение, мечту, желание и т.п.
23. Способность сопереживать.
24. Отвечайте за свои поступки.
25. Помните: недоверие оскорбляет!!!

**Упражнение «Тепло свечи»** (под спокойную музыку)

 Психолог предлагает участникам тренинга представить, что они сидят возле костра, но это необычный костер. Это костер, который сжигает все наши проблемы, печали, горести, обиды. Участники должны постараться сжечь все плохое.

**Упражнение «Рыбалка»**

 Каждая семья «вылавливает» из коробки какой-нибудь предмет.

(предметы морской тематики: ракушка, камешки, зубная паста «Жемчуг», конфеты «Морские камешки», «Морские», шапочка для душа, гель для душа с морским названием, магнитик и т.п.)

**Упражнение «Я хочу сказать тебе спасибо…»**

 Необходимо маме и ребенку по очереди продолжать фразу, возможно два варианта: «Я хочу сказать тебе (маме, ребенку) спасибо за….» или «Я хочу сказать всем спасибо за…»

Взаимодействие ребенка с родителем является первым опытом взаимодействия с окружающим миром. Этот опыт закрепляется и формирует определенные модели поведения с другими людьми, которые передаются из поколения в поколение. Важно осознавать, что взаимодействие должно строиться на основе принципа равных ценностей и взаимного уважения.

Основная задача семейного воспитания — помочь ребенку стать компетентным человеком, который использует конструктивные средства для формирования чувства собственного достоинства и достижения определенного общественного положения.